

# КОНСУЛЬТАТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ И ПСИХОТЕРАПИЯ

*Counseling Psychology  
and Psychotherapy*

**Головей Л.А., Петраш М.Д., Стрижицкая О.Ю.,  
Савенышева С.С., Муртазина И.Р. —  
Роль психологического благополучия  
и удовлетворенности жизнью в восприятии  
повседневных стрессоров**

*Golovey L.A., Petrash M.D., Strizhitskaya O. Yu.,  
Savenysheva S.S., Murtazina I.R. —  
The Role of Psychological Well-Being and Life  
Satisfaction in Perception of Daily Stress*

**Кононова А.П., Пуговкина О.Д. —  
Валидизация опросника «склонность  
к прощению и установки по отношению  
к прощению проступков» на российской выборке**

*Kononova A.P., Pugovkina O.D. —  
The Validation of Tendency to Forgive and Attitudes Toward  
Forgiveness Scale on the Russian-Speaking Sample*

**Гулина М.А., Васильева Н.Л. —  
«Отцы и дети»: психоаналитический взгляд  
на роль отца в развитии личности ребенка**

*Gulina M.A., Vasilyeva N.L. —  
«Fathers and Children»: Psychodynamic View  
on Father's Role in Child's Development*

4

2018

МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ФАКУЛЬТЕТ КОНСУЛЬТАТИВНОЙ И КЛИНИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ  
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ имени Л.Г. ЩУКИНОЙ

---

MOSCOW STATE UNIVERSITY OF PSYCHOLOGY AND EDUCATION  
THE FACULTY OF COUNSELING AND CLINICAL PSYCHOLOGY  
THE L.G. SHCHUKINA PSYCHOLOGICAL INSTITUTE

# КОНСУЛЬТАТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ И ПСИХОТЕРАПИЯ

Counseling Psychology and Psychotherapy

Том 26. № 4 (102) 2018 октябрь—декабрь

1992—2009

МОСКОВСКИЙ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ

Москва  
Moscow

**ISSN 2075-3470**

Журнал зарегистрирован Федеральной службой по надзору в сфере связи,  
информационных технологий и массовых коммуникаций ПИ № ФС77-36580

---

*Главный редактор*  
А.Б. Холмогорова

*Редакционная коллегия*  
Н.Г. Гаранян, В.К. Зарецкий, Э. Майденберг (США),  
Н.А. Польская (зам. главного редактора), Е.В. Филиппова,  
А.Б. Холмогорова, П. Шайб (Германия)

*Редактор*  
А.Ю. Разваляева

*Оригинал-макет*  
М.А. Баскакова

---

*Адрес редакции:*  
127051, Москва, ул. Сретенка, 29, к. 305  
Телефон: + 7 (495) 632-92-12  
E-mail: moscowjournal.cpt@gmail.com  
www.cppjournal.ru

*Вопросы подписки и приобретения:*  
27051, Москва, ул. Сретенка, 29, к. 305  
Телефон: + 7 (495) 632-92-12  
E-mail: moscowjournal.cpt@gmail.com

*Редакция не располагает возможностью вести переписку,  
не связанную с вопросами подписки и публикаций*

*Перепечатка любых материалов, опубликованных в журнале  
«Консультативная психология и психотерапия»,  
допускается только с разрешения редакции*

В оформлении обложки использован фрагмент картины  
Ю. Клевера «Закат солнца зимой»

**© ФГБОУ ВО МГППУ. Факультет консультативной  
и клинической психологии, 2018**

Формат 60×84/16. Гарнитура NewtonС. Усл. печ. л. 10,92. Тираж 1000 экз.

**ОТ ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА**

- 5 *Холмогорова А.Б.*  
Предисловие главного редактора

**ЭМПИРИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ**

- 8 *Головей Л.А., Петраш М.Д., Стрижицкая О.Ю., Савеньшиева С.С., Муртазина И.Р.*  
Роль психологического благополучия и удовлетворенности жизнью в восприятии повседневных стрессоров
- 27 *Кононова А.П., Пуговкина О.Д.*  
Валидизация опросника «Склонность к прощению и установки по отношению к прощению проступков» на российской выборке
- 46 *Бурменская Г.В., Алмазова О.В., Карabanова О.А., Захарова Е.И., Долгих А.Г., Молчанов С.В., Садовникова Т.Ю.*  
Эмоционально-смысловое отношение девушек к материнству
- 65 *Польская Н.А.*  
Эмоциональная дисрегуляция в структуре самоповреждающего поведения
- 83 *Собкин В.С., Лыкова Т.А., Собкина А.В.*  
Диагностика структурных особенностей личностных изменений у студентов театрального колледжа на разных этапах обучения
- 101 *Хазова С.А., Шипова Н.С., Адеева Т.Н., Тихонова И.В.*  
Совладающее поведение лиц с ограниченными возможностями здоровья как фактор качества жизни и субъективного благополучия

**НАУЧНЫЕ ОБЗОРЫ**

- 119 *Клименкова Е.Н.*  
Качество привязанности и способность к эмпатии в подростковом возрасте

**МАСТЕРСКАЯ И МЕТОДЫ**

- 132 *Лэнгле А.*  
Экзистенциальный анализ свободы. О практическом и психотерапевтическом обосновании персональной свободы (Часть 1)
- 151 *Гулина М.А., Васильева Н.Л.*  
«Отцы и дети»: психоаналитический взгляд на роль отца в развитии личности ребенка
- 169 *Никольская О.С.*  
Сравнительный анализ двух коррекционных подходов к психическому развитию ребенка с аутизмом

**FROM THE EDITOR**

- 5 *Kholmogorova A.B.*  
From the Editor

**EMPIRICAL RESEARCHES**

- 8 *Golovey L.A., Petrash M.D., Strizhitskaya O. Yu., Savenysheva S.S., Murtazina I.R.*  
The Role of Psychological Well-Being and Life Satisfaction in Perception of Daily Stress
- 27 *Kononova A.P., Pugovkina O.D.*  
The Validation of Tendency to Forgive and Attitudes Toward Forgiveness Scale on the Russian-Speaking Sample
- 46 *Burmenskaya G.V., Almazova O.V., Karabanova O.A., Zakharova E.I., Dolgikh A.G., Molchanov S.V., Sadovnikova T.Yu.*  
Girls' Emotional and Meaningful Attitude to Motherhood
- 65 *Polskaya N.A.*  
Emotion Dysregulation in the Structure of Self-Injurious Behavior
- 83 *Sobkin V.S., Lykova T.A., Sobkina A.V.*  
Diagnostics of Structural Features of Personality Changes in Theatre College Students at Different Stages of Training
- 101 *Khazova S.A., Shipova N.S., Adeeva T.N., Tikhonova I.V.*  
Coping Behavior of Persons with Disabilities as a Factor of Quality of Life and Subjective Well-Being

**RESEARCH REVIEWS**

- 119 *Klimenkova E.N.*  
Attachment Quality and Empathic Ability in Adolescence

**WORKSHOP AND METHODS**

- 132 *Längle A.*  
Existential Analysis of Freedom. On the Practical and Psychotherapeutic Substantiation of Personal Freedom (Part 1)
- 151 *Gulina M.A., Vasilyeva N.L.*  
"Fathers and Children": Psychodynamic View on Father's Role in Child's Development
- 169 *Nicol'skaya O.S.*  
Comparative Analysis of Two Intervention Approaches to Mental Development of Children with ASD

---

ОТ ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА  
FROM THE EDITOR

---

## ПРЕДИСЛОВИЕ ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА

Четвертый и последний в этом году номер нашего журнала включает большой объем эмпирических исследований. Хотя они и не объединены общей темой, условно их можно связать с проблемой психологического благополучия, стратегий совладания с жизненными трудностями и установок личности.

В статье Л.А. Головей с соавторами показано, что субъективное благополучие и самопринятие снижают уровень повседневного стресса, т. е. позитивное отношение человека к себе и жизни повышает стрессоустойчивость. В работе подтверждается важность установок и ценностей, а не только объективных проблем в переживании стресса.

В статье С.А. Хазовой с соавторами рассмотрена роль совладающих стратегий в субъективном благополучии людей с ограниченными возможностями здоровья. Особый интерес, на наш взгляд, представляют данные о неожиданно высоком уровне субъективного благополучия людей с ОВЗ, а также о положительной связи последнего со стратегиями совладания, традиционно трактуемыми как неконструктивные. Вслед за Т.Л. Крюковой авторы объясняют полученные связи тем, что при определенных обстоятельствах (в данном исследовании — реальных жизненных ограничениях) стратегии избегания проблем и дистанцирования могут вносить положительный вклад в уровень субъективного благополучия. Представляется важным дальнейшее изучение условий и обстоятельств, при которых эти стратегии можно рассматривать как эффективные или неэффективные. Так, в статье Н.А. Польской, посвященной волнующей многих специалистов проблеме самоповреждающего поведения, избегание рас-

**Для цитаты:**

*Холмогорова А.Б.* Предисловие главного редактора // Консультативная психология и психотерапия. 2018. Т. 26. № 4. С. 5—7. doi: 10.17759/cpp.2018260401

сма­три­ва­ет­ся как стра­те­гия эмо­ци­о­наль­ной дис­ре­гу­ля­ции, опос­ре­дую­щая влия­ние не­га­тив­но­го аф­фек­та на са­мо­повре­ждаю­щее по­ве­де­ние, на­ряду с ру­минатив­ным мы­шле­нием. Боль­шая ре­пре­зен­та­тив­ная вы­бор­ка де­ла­ет дан­ную ста­тью эпи­де­ми­о­ло­гиче­ски ак­ту­аль­ной в свя­зи с ши­ро­кой рас­про­странен­но­стью и не­до­ста­точ­ной изу­чен­но­стью фе­но­мена са­мо­повре­ждаю­ще­го по­ве­де­ния в со­вре­мен­ной мо­ло­де­ж­ной куль­ту­ре.

В этой же рубрике «Эмпирические исследования» редакция представляет читателям статью А.П. Кононовой и О.Д. Пуговкиной, посвященную валидации нового опросника «Склонность к прощению и установки по отношению к прощению проступков». Эпидемия депрессий в современной культуре во многом связана с переработанными травмами и обидами, нередко обусловленными завышенными требованиями как к себе, так и к другим людям (перфекционизм, адресованный себе и другим). Поэтому одной из важнейших мишеней помощи становится развитие способности к осознанному и мудрому прощению — ее можно рассматривать как эффективную стратегию совладания со стрессом, который в житейском опыте принято так выразительно называть «грузом обид».

Всегда актуальный вопрос — как развивается личность в процессе профессионального становления — рассматривается в статье В.С. Собкина, Т.А. Лыковой и А.В. Собкиной. Полученные на большой репрезентативной выборке данные свидетельствуют о том, что существуют инвариантные структуры, свойственные студентам театральных вузов и, очевидно, способствующие успешной адаптации к профессии, — это установки на индивидуализм, эмоциональное влияние на людей и др. Результаты исследования могут быть полезны в профориентационном консультировании и отборе при поступлении в театральные вузы.

В связи с негативными демографическими прогнозами и падением рождаемости особый интерес представляет статья Г.В. Бурменской с соавторами относительно установок по отношению к материнству у современных девушек. К сожалению, результаты не утешительны и не позволяют улучшить пессимистические прогнозы демографов. Однако представленные данные, как это все чаще происходит в современных исследованиях психического здоровья, возвращают нас к важнейшей роли надежной привязанности в собственной родительской семье в самых разных сферах человеческой жизни — супружестве, дружбе, сексуальных отношениях, а в данном случае — в планировании материнства.

Именно теме привязанности посвящена статья Е.Н. Клименковой, представленная в рубрике научных обзоров. На основе современных исследований в статье убедительно показана роль надежной привязанности в формировании способности к эмпатии у подростков.

Последнюю рубрику этого номера «Мастерская и методы» открывает статья А. Ленгле — одного из постоянных авторов нашего журнала. На этот раз автор поднимает тему свободы — тему вечную и всегда актуальную для психотерапии и консультирования. А то, что ее разрабатывает известный мастер экзистенциального анализа, несомненно, привлечет внимание наших читателей.

В статье М.А. Гулиной и Н.Л. Васильевой на примере психоанализа конкретного клинического случая затронута еще одна вечная тема — тема отцов и детей. Статья интересна тем, что психоаналитические взгляды на роль отца в психическом развитии иллюстрируются фрагментами психотерапевтических сессий.

Завершает номер статья О.С. Никольской, посвященная методам помощи детям с аутизмом. Вопрос эффективной психологической помощи в процессе развития детей с синдромом аутизма стоит очень остро. Сравнительный анализ подходов психологической помощи, выявление их слабых и сильных сторон, научной обоснованности обогащают арсенал методов специалистов-практиков. А именно это и является главной задачей нашего журнала.

*В заключение от лица всей редакции поздравляем наших читателей и авторов с наступающим Новым годом, желаем всем творческих свершений, а также от всей души благодарим за интерес к нашему журналу и надеемся на плодотворное сотрудничество в будущем году!*

*А.Б. Холмогорова*

**For citation:**

Kholmogorova A.B. From the Editor. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya* [Counseling Psychology and Psychotherapy], 2018. Vol. 26, no. 4, pp. 5—7. doi: 10.17759/cpp.2018260401. (In Russ., abstr. in Engl.).



---

ЭМПИРИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ  
EMPIRICAL STUDIES

---

# РОЛЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ И УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ ЖИЗНЬЮ В ВОСПРИЯТИИ ПОВСЕДНЕВНЫХ СТРЕССОРОВ

Л.А. ГОЛОВЕЙ\*,  
ФГБОУ ВПО СПбГУ, Санкт-Петербург, Россия,  
lgolovey@yandex.ru

М.Д. ПЕТРАШ\*\*,  
ФГБОУ ВПО СПбГУ, Санкт-Петербург, Россия,  
m.petrash@spbu.ru

**Для цитаты:**

*Головей Л.А., Петраш М.Д., Стрижицкая О.Ю., Савеныхева С.С., Муртазина И.Р.* Роль психологического благополучия и удовлетворенности жизнью в восприятии повседневных стрессоров // Консультативная психология и психотерапия. 2018. Т. 26. № 4. С. 8—26. doi: 10.17759/cpp.2018260402

\* *Головей Лариса Арсеньевна*, доктор психологических наук, профессор, Санкт-Петербургский государственный университет (ФГБОУ ВО СПбГУ), Санкт-Петербург, Россия, e-mail: lgolovey@yandex.ru

\*\* *Петраш Марина Дмитриевна*, кандидат психологических наук, доцент, Санкт-Петербургский государственный университет (ФГБОУ ВО СПбГУ), Санкт-Петербург, Россия, e-mail: m.petrash@spbu.ru

**О.Ю. СТРИЖИЦКАЯ\*\*\***,  
ФГБОУ ВПО СПбГУ, Санкт-Петербург, Россия,  
o.strizhitskaya@spbu.ru

**С.С. САВЕНЫШЕВА\*\*\*\***,  
ФГБОУ ВПО СПбГУ, Санкт-Петербург, Россия,  
s.savenysheva@spbu.ru

**И.Р. МУРТАЗИНА\*\*\*\*\***,  
ФГБОУ ВПО СПбГУ, Санкт-Петербург, Россия,  
i.r.murtazina@spbu.ru

В статье рассматриваются повседневные стрессоры различных областей жизни, выявляются их связи с уровнем перенапряжения, воспринимаемого стресса; исследуется роль психологического благополучия и удовлетворенности жизнью в восприятии количества стрессоров и стрессовом напряжении. Методы: опросник повседневных стрессоров (М.Д. Петраш и др.), шкала воспринимаемого стресса (В.А. Абабков и др.), шкала психологического благополучия (К. Рифф), шкала удовлетворенности жизнью (Е. Динер и др.), анкета удовлетворенности различными сферами жизни. Выборка — 334 человека в возрасте от 20 до 60 лет (118 мужчин и 216 женщин). Результаты исследования выявили присутствие стрессоров во всех сферах жизни. У женщин наиболее представлены стрессоры, связанные с самочувствием, одиночеством, конкуренцией, работой; у мужчин — стрессоры работы, финансов, самочувствия, семейные. Восприятие повседневных стрессоров сопряжено с повышением уровня стрессового перенапряжения и воспринимаемого стресса. Количество стрессоров и уровень перенапряжения выше у женщин. Психологическое благополучие, субъективное благополучие и материальная удовлетворенность выступают в качестве непосредственных позитивных предикторов количества воспринимаемых стрессоров и уровня перенапряжения.

**Ключевые слова:** повседневный стресс, восприятие стрессоров, перенапряжение, психологическое благополучие, субъективное благополучие, удовлетворенность.

\*\*\* *Стрижицкая Ольга Юрьевна*, кандидат психологических наук, доцент, Санкт-Петербургский государственный университет (ФГБОУ ВО СПбГУ), Санкт-Петербург, Россия, e-mail: o.strizhitskaya@spbu.ru

\*\*\*\* *Савеньшева Светлана Станиславовна*, кандидат психологических наук, доцент, Санкт-Петербургский государственный университет (ФГБОУ ВО СПбГУ), Санкт-Петербург, Россия, e-mail: s.savenysheva@spbu.ru

\*\*\*\*\* *Муртазина Инна Ралифовна*, кандидат психологических наук, старший преподаватель, Санкт-Петербургский государственный университет (ФГБОУ ВО СПбГУ), Санкт-Петербург, Россия, e-mail: i.r.murtazina@spbu.ru

Каждый человек в повседневной жизни сталкивается с мелкими неприятностями и, казалось бы, незначительными событиями, которые субъективно могут восприниматься и оцениваться как стрессовые. Постоянность воздействия этих стрессоров заставляет рассматривать их в качестве возможного источника психологического неблагополучия и угрозы соматическому здоровью [24]. Р. Лазарус обозначил эти события термином повседневный стресс [26]. Исследователи указывают на существенный вклад повседневных стрессоров в процесс формирования индивидуального стресса в целом [28]. В качестве возможных источников повседневного стресса рассматривают неприятности в профессиональной [5] и семейной сферах [10], макросоциальные проблемы [3], блокирование индивидуально-значимых социальных потребностей [6]. Исследователи отмечают, что события повседневной жизни вызывают нарушения самочувствия и, в ряде случаев, ощущаются как угрожающие. По сравнению с травматическими событиями они обладают меньшей силой, но могут носить кумулятивный характер и оказывать негативное влияние на здоровье, истощать физиологические и психологические ресурсы [29]. Уровень «стрессовости» повседневных событий зависит от их восприятия и оценки человеком [26].

Повседневные стрессы включены в целый ряд классификаций. В.А. Абабков и М. Перре в зависимости от размера негативной валентности и времени, требуемого на реадaptацию, различают: повседневные сложности (микрострессоры), критические жизненные события (макрострессоры), хронические стрессоры и хронические субтравматические стрессоры [1]. Другие авторы классифицируют стрессоры в зависимости от их интенсивности и возможности возникновения отсроченных реакций в виде ПТСР, предлагая подразделять стрессоры на повседневные, интенсивные и травматические [17].

Исследователи сходятся во мнении о негативном влиянии повседневных стрессоров на психологическое благополучие и удовлетворенность жизнью, однако проблема их соотношения и механизмы влияния остаются малоизученными. В большей степени изучено влияние интенсивного и травматического стресса. Показано, что у людей, переживших травматические события и интенсивный стресс, возникает целый комплекс переживаний, которые могут как появляться, сразу после травмы, так и носить пролонгированный характер. Психологическое благополучие проявляется в виде негативных эмоциональных реакций и комплекса когнитивных, коммуникативных и поведенческих нарушений [17]. Выявлено, что субъективно наиболее тяжелые травматические события могут оказывать влияние на изменения отношения к семье, работе, друзьям, снижать удовлетворенность жизнью [21].

Исследователи рассматривают повседневные стрессоры в контексте психологической безопасности личности, указывая на то, что их хроническое воздействие также может вызвать нарушения психологического благополучия и соматического здоровья [19]. Выявлено повышение уровня психоэмоционального напряжения и снижение удовлетворенности жизнью вследствие неудовлетворения повседневных потребностей [25]. Ряд авторов отмечают снижение удовлетворенности браком [32], интеллекта и памяти [30] в результате воздействия повседневных стрессоров. Высокий уровень повседневного учебного стресса у студентов коррелирует с эмоциональной дезадаптацией, социальной тревожностью и увеличением степени суицидального риска [12]. В качестве предикторов повседневного стресса выделяют эмоциональную стабильность, копинг-стратегии подавления и переоценки [14]. Имеются данные о том, что чувствительность к повседневным стрессорам связана с иррациональными установками, склонностью к катастрофизации [9]. Однако в целом сведения о влиянии повседневных стрессоров на психологическое благополучие и удовлетворенность жизнью носят несистематизированный характер.

Разработка проблемы их соотношения осложняется разнообразием подходов к психологическому благополучию. Исследования идут по двум направлениям: изучение субъективного (гедонистического) и психологического (эвдемонического) благополучия [16]. Исследователи субъективного благополучия делают акцент на его аффективной составляющей, указывая на то, что оно включает в себя позитивные аспекты восприятия, а его обобщенной характеристикой является удовлетворенность жизнью [4; 23]. Выявлен большой вклад личностных черт в изменение субъективного благополучия; предполагается также существование его гомеостаза, который поддерживается механизмами адаптации, позитивным аффектом, оптимизмом, когнитивными механизмами [22; 23]. Близнецовые исследования выявили высокий уровень генетической детерминации субъективного благополучия [31].

Психологическое благополучие с позиций клинической психологии чаще всего ассоциируется с такими понятиями, как психическое здоровье, психологическое здоровье, внутренняя картина здоровья (болезни), удовлетворенность жизнью, личностное благополучие, эмоциональное благополучие и т. п. С позиций гуманистической, позитивной психологии и психологии развития психологическое благополучие рассматривается с точки зрения вершины потенциальных возможностей человека [29]. Модель психологического благополучия К. Рифф содержит 6 компонентов: автономность, компетентность, личностный рост, позитивные отношения, жизненные цели, самопринятие. Ряд авторов включают черты психологического благополучия в структуру личностного потенциала, а его устойчивость связывают с жизнестойкостью и позитивным

мышлением [4; 13]. Имеется точка зрения, включающая черты психологического благополучия в структуру психологической зрелости личности [11].

Исходя из вышесказанного, целью работы является изучение соотношения психологического благополучия и удовлетворенности жизнью с восприятием повседневных стрессоров.

**Задачи:** исследовать степень присутствия повседневных стрессоров в разных сферах жизни и уровень стрессового напряжения у взрослых мужчин и женщин; выявить роль психологического благополучия и удовлетворенности жизнью в процессах переработки повседневных стрессоров.

**Гипотезы.** Мы исходили из предположений о том, что: 1) степень насыщенности стрессорами разных сфер жизни неодинакова и различается в зависимости от пола; 2) психологическое благополучие и удовлетворенность жизнью могут выступать в качестве модераторов и протекторов, влияющих на чувствительность к повседневным стрессорам и уровень стрессового напряжения.

## Метод

**Выборка:** 334 человека в возрасте от 20 до 60 лет (118 мужчин и 216 женщин). Средний возраст мужчин 34,9, женщин 39,3 лет. Респонденты имеют разный уровень образования (среднее, среднее профессиональное, высшее) и разные профессии (учителя, медицинский персонал, преподаватели вузов, пожарные, пенсионеры и др.).

**Методики.** *Опросник повседневных стрессоров*, в котором представлено 82 события, относящихся к разным сферам жизни [15]. Респондентам предлагалось отметить те события, которые произошли с ними в течение последних двух недель. Учитывая, что количество стрессоров в разных сферах неодинаково, результат по каждой шкале оценивался в процентах от максимально возможного. Выраженность стресса измерялась при помощи *шкалы воспринимаемого стресса-10* (ШВС-10) [1]. Для измерения психологического благополучия использовалась *шкала К. Рифф* в адаптации Л.В. Жуковской, Е.Г. Трошихиной [8]. Для оценки субъективного благополучия применялась *шкала удовлетворенности жизнью* (E. Diener, R.A. Emmons, R.J. Larsen, S. Griffin в адаптации Е.Н. Осина, Д.А. Леонтьева) [13]. Респондентам предлагалось также заполнить *анкету*, оценив по 10-балльной шкале степень удовлетворенности в основных жизненных сферах: профессиональной, семейной, материальной, сферы взаимоотношений и пр.

Математико-статистический анализ осуществлялся с использованием программы SPSS-20 for Windows методами сравнения двух незави-

симых выборок (Т-критерий Стьюдента), корреляционного анализа по Пирсону, регрессионного анализа.

## Результаты

Факторизация опросника повседневных стрессоров выявила 10 жизненных сфер [15]. Сфера «**Работа/дела**» включила такие стрессоры, как большое количество необходимых дел, помехи во время выполнения работы, необходимость соблюдения сроков выполнения заданий, возникновение сверхурочной работы, нехватка времени на отдых и пр. Сфера «**Межличностного общения**» наполнена стрессорами: критика со стороны окружающих, невнимание, ссоры и конфликты, дополняемые переживаниями смущения, дискомфорта, страх возникновения конфликта. Сфера «**Нарушение планов**» включила: срыв запланированных мероприятий, пробки на дорогах, ожидание «дольше, чем рассчитывал», прерывание отдыха и пр. Наполнение «**Финансовой**» сферы составили материальная неопределенность будущего, разочарование в получении денежных доходов, необходимость в непредвиденных расходах и пр. Сферу «**Планирование**» наполнили стрессоры, связанные с хозяйственно-бытовой деятельностью: планирование рациона для семьи, утомление от хозяйственных дел, переживания по поводу невозможности заняться интересным делом, встретиться с друзьями, посвятить время собственному здоровью. Сферу «**Семьи**» представили проблемные ситуации с родственниками, детьми, внуками, беспокойство за здоровье членов семьи, ссоры между супругами и пр. Стрессоры «**Внешней среды**»: ожидание в очередях в поликлинике, банке, магазине; затрата сил на оформление документов; ожидание важных известий; огорчение от телепередач, фильмов, книг и пр. В фактор «**Общее самочувствие—одиночество**» с самым большим весом вошло чувство одиночества — 0,701. Кроме того, он включил общее недомогание, связанное с физическим дискомфортом; озабоченность внешним видом; огорчение по поводу телепередачи, прочитанной книги или просмотренного фильма; тревожное предчувствие конфликта. Фактор «**Общее самочувствие**» включил: неблагоприятные погодные условия, недостаток времени на отдых, беспокойство за другого человека, обеспокоенность своим внешним видом, ощущение недостатка времени на здоровье и на отдых. Фактор «**Конкуренция**» составили ситуации вынужденной соревновательности, необходимости публично отстаивать свою точку зрения, работать на публике и физический дискомфорт.

Анализ количества стрессоров выявил высокий уровень их присутствия во всех жизненных сферах. Среднее количество событий, оценен-

ных как стрессовые составило на одного человека за две недели 91,4 у мужчин, 132 — у женщин; ежедневно мужчины воспринимали как стрессовые 6 событий, женщины — 10. Количество воспринимаемых стрессоров во всех сферах, кроме «нарушения планов» и «внешней среды», у женщин выше (табл. 1).

Таблица 1  
Количество и % повседневных стрессоров

Жизненные сферы	Мужчины		Женщины		p
	М	%	М	%	
1. Работа/дела	24,3	24,0	29,9	22,6	0,001
2. Межличностное общение	9,9	11,0	14,8	16,0	0,006
3. Нарушение планов	7,5	15,0	7,7	15,0	0,238
4. Финансы	12,3	20,0	15,5	25,0	0,03
5. Планирование	7,3	12,2	12,2	20,3	0,000
6. Семья	11,4	18,9	17,7	29,4	0,000
7. Внешняя среда	5,5	10,9	7,8	15,0	0,141
8. Самочувствие — одиночество	7,1	14,1	13,35	26,7	0,000
9. Общее самочувствие	10,3	20,0	16,1	32,0	0,000
10. Конкуренция	8,7	17,4	13,8	27,5	0,000
11. Общий показатель	91,4	16,7	132,0	24,0	0,000

Значимое место у женщин занимают стрессоры, связанные с семьей — 29,4% и переживанием одиночества (26,7%). Выражены стрессоры конкуренции — 27,5% и работы — 22,6%. Стрессоры межличностного общения составляют 16%, внешней среды — 15% и события, связанные с нарушением планов — 15%. У мужчин наиболее нагруженными стрессорами являются работа — 24%, финансы — 20%, семейная сфера — 18,9% и конкуренция — 17,4%. Обращает на себя внимание высокая представленность в обеих группах стрессоров, связанных с общим самочувствием (20% у мужчин и 32% у женщин). У женщин этот тип стрессоров стоит на первом месте. Таким образом, у женщин наибольшее количество стрессоров — в сферах самочувствия, семьи, конкуренции, переживания одиночества, работы. У мужчин наиболее насыщенными стрессорами оказались работа, финансы, самочувствие, семейная сфера.

Исследование уровня стрессового напряжения показало, что средние значения перенапряжения, уровня воспринимаемого стресса и сопротивления стрессу находятся в пределах нормативных показателей методики. При этом уровень перенапряжения и воспринимаемого стресса выше у женщин ( $p < 0,000$ ), что согласуется с более высоким количеством

воспринимаемых ими стрессоров. По шкале сопротивления стрессу различий не обнаружено.

Выявленные положительные корреляционные связи (26 связей при  $p < 0,001$ ) между количеством стрессоров различных сфер, общим количеством стрессоров и показателями методики ШВС-10 свидетельствуют о том, что увеличение количества стрессоров ведет к повышению перенапряжения, воспринимаемого стресса и противодействия стрессу.

Обнаруженные положительные связи семейного положения с количеством стрессоров в сфере самочувствия—одиночества и отрицательные — с уровнем перенапряжения и воспринимаемого стресса ( $p < 0,05$ ), показывают, что у людей, не имеющих семьи, больше стрессоров, связанных с одиночеством, и у них более высокий уровень перенапряжения и воспринимаемого стресса в целом. Взаимосвязей с возрастом и образованием не выявлено.

Следующей задачей исследования стало изучение роли удовлетворенности жизнью и психологического благополучия в восприятии повседневных стрессоров. Оказалось, что среди показателей удовлетворенности наиболее взаимосвязаны с количеством стрессоров удовлетворенность материальным положением и профессией, которые образовали по 15 отрицательных связей ( $p < 0,05$ ;  $p < 0,01$ ) со всеми сферами стрессоров, что свидетельствует об увеличении количества стрессоров разных сфер при более низкой удовлетворенности материальным положением и профессией. Перенапряжение, противодействие стрессу и величина воспринимаемого стресса отрицательно связаны с удовлетворенностью различными сферами жизни (16 связей при  $p < 0,001$ ), при ведущей роли удовлетворенности профессией, семейным статусом, взаимодействием с родными, эмоциональной теплотой в семье и материальным положением. Это свидетельствует о том, что более низкой удовлетворенности в этих сферах соответствует повышение стрессового напряжения. Таким образом, если на восприятие стрессоров влияют в основном материальная и профессиональная удовлетворенность, то для снижения уровня напряжения важна также удовлетворенность семейной сферой, взаимодействием с родными и семьей, эмоциональной теплотой в семье.

Субъективная удовлетворенность жизнью оказалась отрицательно связана с финансовыми стрессорами, стрессорами одиночества (по 6 связей), общим количеством стрессоров (5 связей), стрессорами планирования, общего самочувствия (по 4 связи) и взаимодействия с окружающими (2 связи). Смысл полученных связей заключается в том, что снижение субъективного благополучия сопровождается увеличением количества воспринимаемых стрессоров, особенно в сферах самочувствия—одиночества и финансовой, что, по-видимому, отражает гедонистический, прежде всего, характер субъективного благополучия.



Следует отметить, что показатели самооценки удовлетворенности различными сферами жизни и субъективное благополучие представляют единый блок, поскольку взаимосвязаны между собой большим количеством корреляционных связей (34 связи при  $p < 0,01$ ;  $p < 0,05$ ).

Обнаружены отрицательные связи общего уровня психологического благополучия, компетентности, самопринятия со всеми сферами повседневных стрессоров: каждый из показателей имеет по 9 связей ( $p < 0,001$ ). Показатели психологического благополучия также взаимосвязаны отрицательными связями с противодействием стрессу (7 связей,  $p < 0,001$ ), перенапряжением (6 связей,  $p < 0,001$ ), уровнем воспринимаемого стресса (4 связи,  $p < 0,001$ ). Наиболее вовлеченными в связи оказались компетентность, самопринятие, позитивные отношения и общий уровень. Указанные связи свидетельствуют о снижении перенапряжения, воспринимаемого стресса и сопротивления стрессу при более высоком уровне психологического благополучия.

Учитывая, что корреляционный анализ не позволяет однозначно определить направление связей, для определения роли каждого из показателей и выявления предикторов стресса был проведен пошаговый регрессионный анализ. В качестве зависимой переменной выступал суммарный показатель повседневных стрессоров, в качестве независимых — все показатели удовлетворенности, субъективного и психологического благополучия. Результаты регрессионного анализа отражены в эмпирической модели. Как следует из модели (табл. 2; рис. 1), предиктором общего количества повседневных стрессоров является компетентность, снижение уровня которой способствует увеличению количества воспринимаемых стрессоров. Непосредственными негативными предикторами количества стрессоров являются неудовлетворенность материальным положением и общая неудовлетворенность жизнью.

Таблица 2

**Данные модели предикторов общего показателя повседневных стрессоров**

Предикторы	$\beta$	B(SE)	p
Компетентность	-0,279	-11,53 (2,24)	0,000
Удовлетворенность материальным положением (УМП)	-0,179	-0,67 (0,268)	0,013
Общая удовлетворенность жизнью (ОУЖ)	-0,143	-1,10 (0,602)	0,048

В свою очередь, предикторами удовлетворенности является ряд показателей психологического благополучия (табл. 3; рис. 1). Компетентность и самопринятие оказались позитивными предикторами удов-

летворенности материальным положением. Самопринятие, помимо этого, выступает в качестве предиктора общей удовлетворенности жизнью. Таким образом, компетентность и самопринятие, повышая удовлетворенность, опосредованно способствуют снижению количества воспринимаемых стрессоров. Самопринятие оказывает влияние также на удовлетворенность другими сферами жизни, являясь позитивным предиктором удовлетворенности профессией, семейным статусом, общением с супругом. Позитивным предиктором удовлетворенности семейным статусом является наличие жизненных целей, а негативным — направленность на личностный рост. Компетентность — позитивный предиктор удовлетворенности общением с родителями. Направленность на позитивные отношения играет положительную роль в оценке удовлетворенности общением с детьми и эмоциональной теплотой в семье.

Таблица 3

**Данные модели предикторов удовлетворенности в различных сферах жизнедеятельности**

Удовлетворенность	Предикторы	$\beta$	B(SE)	p=
Материальным положением (УМП)	Самопринятие	0,206	2,24(0,690)	0,001
	Компетентность	0,146	1,61(0,701)	0,022
Общая удовлетворенность жизнью (ОУЖ)	Самопринятие	0,581	1,64(0,130)	0,000
Профессиональной деятельностью (УПД)	Самопринятие	0,332	3,34(0,745)	0,000
Семейным статусом (УСС)	Самопринятие	0,263	3,69(1,089)	0,001
	Жизненные цели	-0,319	-5,31(1,421)	0,000
	Личностный рост	0,196	3,10(1,373)	0,025
Общением с супругом (УОС)	Самопринятие	0,197	3,03(1,293)	0,021
Общением с родителями (УОР)	Компетентность	0,263	3,31(0,988)	0,001
Общением с детьми (УОД)	Позитивные отношения	0,187	2,46(1,135)	0,032
Эмоциональной теплотой в семье (ЭТС)	Позитивные отношения	0,213	2,28(0,817)	0,006

Таким образом, можно говорить о том, что психологическое благополучие, субъективное благополучие и удовлетворенность различными аспектами жизни выступают в качестве предикторов восприятия повседневных стрессоров, способствуя их уменьшению.

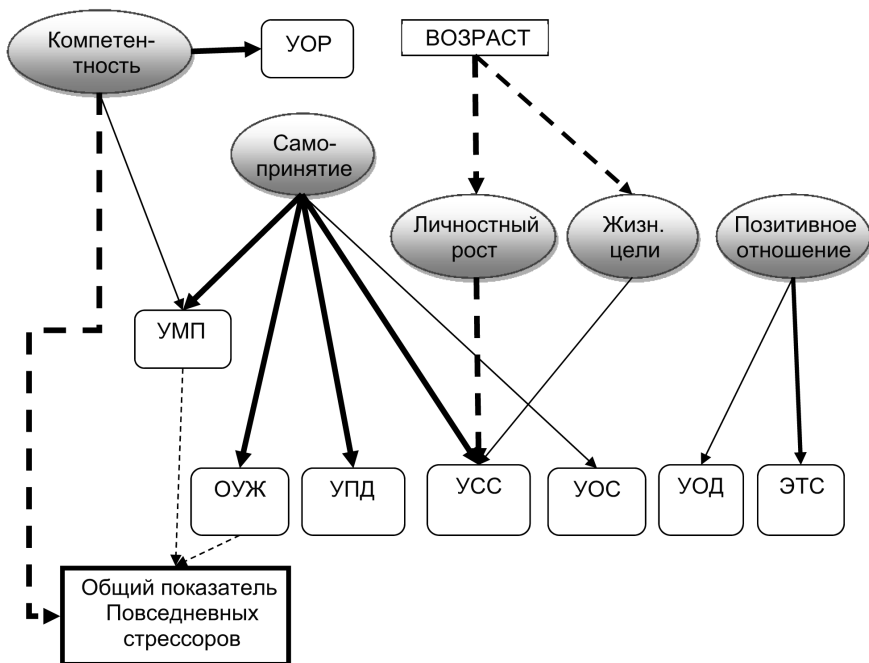


Рис. 1. Схема регрессионного анализа предикторов общего показателя воспринимаемого стресса и удовлетворенности в разных сферах жизнедеятельности: ОУЖ — общая удовлетворенность жизнью, УПД — удовлетворенность профессиональной деятельностью, УСС — удовлетворенность семейным статусом, УОС — удовлетворенность общением с супругом, УОД — удовлетворенность общением с детьми, ЭТС — эмоциональная теплота в семье, УОР — удовлетворенность общением с родителями, УМП — удовлетворенность материальным положением. — — — — — положительные связи; - - - - - отрицательные связи

## Обсуждение результатов

Проведенное исследование показало, что все сферы жизни насыщены ситуациями и событиями, которые воспринимаются как стрессовые. Это согласуется с результатами американских исследователей [27; 30], которые также выявили присутствие большого количества повседневных стрессоров, при этом наиболее представленными в американской выборке оказались стрессоры общения.

В нашем исследовании проведен анализ большого количества жизненных сфер, который показал, что у женщин наиболее распространены стрессоры, связанные с самочувствием, одиночеством, конкуренцией, работой; в то вре-

мя как у мужчин — стрессоры работы, финансов, самочувствия, семейной сферы. Большая доля стрессоров работы и финансов может объясняться нестабильностью профессиональной и экономической сфер, часто неопределенными и все возрастающими требованиями к работнику, высоким уровнем конкурентности и материальными затруднениями. Следует заметить, что 28% респондентов имеют кредитные обязательства. Восприятие повседневных стрессоров сопряжено с повышением уровня стрессового перенапряжения и воспринимаемого стресса, что является показателем их негативного воздействия на человека. Тесные взаимосвязи между стрессорами всех сфер жизни указывают на то, что стрессоры одной сферы способны вовлекать в стрессовый процесс другие сферы. Факт тесной взаимосвязанности стрессоров разных сфер может свидетельствовать также о наличии индивидуально-личностных факторов, влияющих на чувствительность к повседневным стрессорам. Одним из таких факторов является пол: женщины большее количество повседневных событий воспринимают как стрессовые, при этом уровень перенапряжения и воспринимаемого стресса у них выше. Это согласуется с данными о более высокой эмоциональности женщин, их сенситивности, что создает предпосылки для повышения чувствительности к стрессорам.

В исследовании показано, что психологическое благополучие и удовлетворенность жизнью выступают в качестве предикторов стрессорных воздействий. Позитивная роль психологического благополучия связана с тем, что оно является устойчивым личностным свойством, обеспечивающим позитивное функционирование человека [29]. Среди компонентов психологического благополучия ведущую роль играет компетентность, снижение которой способствует увеличению общего количества воспринимаемых стрессоров. Это согласуется с исследованиями, которые показали, что снижение общего показателя психологического благополучия и уровня компетентности связано с повышением тревожности и снижением комфортности, эмоционального тонуса и интереса [18]. Можно также предположить, что недостаточный уровень компетентности, опыта, знаний и способов поведения может способствовать как созданию стрессовых ситуаций в повседневной жизни, так и трудностям их разрешения. Самопринятие и наличие жизненных целей играют опосредованную роль, являясь предикторами удовлетворенности различными сферами жизни. Показатели автономности и личностного роста практически не задействованы в восприятии повседневных стрессоров и не оказывают влияния на уровень перенапряжения и воспринимаемого стресса, что согласуется с данными об отсутствии связей этих показателей с устойчивыми эмоциональными состояниями и тревожностью [18].

Непосредственное влияние на количество воспринимаемых стрессоров оказывают удовлетворенность материальным положением и общая удовлетворенность жизнью, т. е. субъективное благополучие. Недостаточ-

ная материальная обеспеченность может препятствовать удовлетворению потребностей, вызывать лишения, которые угрожают экономической безопасности личности, усиливают напряжение и увеличивают количество стрессоров в разных сферах жизни, что согласуется с опубликованными в ряде работ данными [6; 20; 25]. Роль субъективного благополучия определяется присутствием позитивного аффекта, его взаимосвязями с жизнестойкостью и оптимизмом [4; 23; 24]. По-видимому, они выполняют функцию протекторов в восприятии повседневных стрессоров и способствуют уменьшению количества воспринимаемых стрессоров и перенапряжения. Необходимо подчеркнуть также позитивную роль удовлетворенности профессией в снижении количества стрессоров. Выявлено позитивное влияние наличия семьи, уменьшающего стрессы одиночества и уровень перенапряжения и воспринимаемого стресса в отношении всех стрессоров. Позитивная роль наличия семьи сопоставима с результатами исследований воздействия травматических стрессоров [17].

Сравнительный анализ функции психологического благополучия и удовлетворенности жизнью при восприятии повседневных стрессоров и воздействии травматических событий и интенсивных стрессоров позволяет говорить об их различной роли. Переживание психотравмирующих событий сопровождается коренными перестройками личности, нарушающими ее благополучие и угрожающими ее безопасности, зачастую подрывающими устои личности [7], снижает удовлетворенность жизнью, сопровождается негативным аффектом [21]. В этих случаях нарушение психологического благополучия выступает в качестве последствий травмы, зачастую отсроченных. Подобное действие наблюдается и при хроническом повседневном стрессе за счет кумуляции стрессовых воздействий [19]. При воздействии же повседневных стрессоров психологическое благополучие и удовлетворенность жизнью играют роль модератора и протектора стрессовых воздействий, способствуют организации поведения, смягчению или игнорированию стрессоров. Это позволяет рассматривать психологическое благополучие и удовлетворенность жизнью в качестве ресурсов личности, противодействующих повседневному стрессу.

## **Выводы**

Исходя из вышесказанного, для повышения устойчивости к повседневному стрессу психологическая помощь может быть направлена на повышение компетентности, обучение способам и моделям поведения, которые бы способствовали снижению вероятности возникновения повседневных стрессовых ситуаций и стратегиям поведения при их возникновении. Важна работа в направлении повышения самопринятия,

нацеленности на позитивные отношения как ресурсов повышения удовлетворенности жизнью в целом и различными ее аспектами. Необходимо также учитывать роль материальной обеспеченности человека, наличие семьи и удовлетворенности отношениями с близкими.

### **Благодарности**

Работа выполнена при поддержке гранта РНФ № 16-18-100-88.

### **ЛИТЕРАТУРА**

1. *Абабков В.А., Перре М.* Адаптация к стрессу. Основы теории, диагностики, терапии. СПб.: Речь, 2004. 165 с.
2. *Абабков В.А., Барышникова К., Воронцова-Венгер И.А., Горбунов И.А., Капранова С.В., Пологаева Е.А., Стуклов К.А.* Валидизация русскоязычной версии опросника «Шкала воспринимаемого стресса-10» // Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 16. 2016. № 1. С. 6—15.
3. *Александровский Ю.А.* Пограничные психические расстройства. М.: Медицина, 1999. 400 с.
4. *Аргайл М.* Психология счастья: пер. с англ. 2-е изд. СПб.: Питер, 2003. 623 с.
5. *Бодров В.А.* Психологический стресс: развитие и преодоление. М.: ПЕР СЭ, 2006. 528 с.
6. *Вассерман Л.И., Абабков В.А., Трифонова Е.А.* Совладание со стрессом. СПб.: Речь, 2010. 192 с.
7. *Дымова Е.Н., Тарабрина Н.В., Харламенкова Н.Е.* Параметры психологического благополучия/неблагополучия при разном уровне психической травматизации // Вестник МГУ. Серия 14: Психологические науки. 2015. № 2. С. 37—50.
8. *Жуковская Л.В., Трошихина Е.Г.* Шкала психологического благополучия К. Рифф // Психологический журнал. 2011. Т. 32. № 2. С. 82—93.
9. *Краснова В.В., Холмогорова А.Б.* Социальная тревожность и студенческая дезадаптация [Электронный ресурс] // Психологическая наука и образование psyedu.ru. 2011. № 1. URL:[http://psyjournals.ru/psyedu\\_ru/2011/n1/39944.shtml](http://psyjournals.ru/psyedu_ru/2011/n1/39944.shtml) (дата обращения: 18.11.2015).
10. *Куфтяк Е.В.* Психология семьи: регуляция и защита. Кострома: КГУ имени Н.А. Некрасова, 2011. 328 с.
11. *Манукян В.Р., Трошихина Е.Г.* Современные психологические концепции психологического благополучия и зрелости личности: области сходства и различий // Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. 2016. Вып. 2 (26). С. 77—84. doi:10.17072/2078-7898/2016-2-77-85
12. *Матюшкина Е.Я.* Учебный стресс у студентов при разных формах обучения // Консультативная психология и психотерапия. 2016. № 2. С. 47—63. doi:10.17759/cpp.2016240204
13. *Осин Е.Н., Леонтьев Д.А.* Апробация русскоязычных версий двух шкал экспресс-оценки субъективного благополучия // Сборник Материалов III Всероссийского социологического конгресса. М.: Институт социологии РАН, Российское общество социологов, 2008. С. 17.

14. Падун М.А., Псядло И.А. Регуляция эмоций и психологический дистресс у представителей российской и итальянской культур // Психология повседневного и травматического стресса: угрозы, последствия, совладание / Под ред. А.Л. Журавлева, Е.А. Сергиенко, Н.В. Тарабриной, Н.Е. Харламенковой. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016. С. 124—139.
15. Петраш М.Д., Стрижицкая О.Ю., Головей Л.А., Савенышева С.С. Опросник повседневных стрессоров // Психологические исследования. 2018. Т. 11. № 57. С. 5. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 01.07.2018).
16. Созонтов А.Е. Гедонистический и эвдемонистический подходы к проблеме психологического благополучия // Вопросы психологии. 2006. № 4. С. 105—114.
17. Тарабрина Н.В., Харламенкова Н.Е., Падун М.А., Хажуев И.С., Казымова Н.Н., Быховец Ю.В., Дан М.В. Интенсивный стресс в контексте психологической безопасности М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2017. 343 с.
18. Трошихина Е.Г., Манукян В.Р. Тревожность и устойчивые эмоциональные состояния в структуре психоэмоционального благополучия // Вестник СПбГУ. Психология и Педагогика. 2017. Т. 7. № 3. С. 210—221.
19. Харламенкова Н.Е. Эмоциональное оскорбление и пренебрежение и его психологические последствия для личности в разные периоды взрослости // Психология повседневного и травматического стресса: угрозы, последствия, совладание / Под ред. А.Л. Журавлева, Е.А. Сергиенко, Н.В. Тарабриной, Н.Е. Харламенковой. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016. С. 193—215.
20. Хащенко В.А. Психология экономического благополучия. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2012. 426 с.
21. Холмогорова А.Б., Горчакова В.А. Травматический стресс и его влияние на субъективное благополучие и психологическое здоровье: Апробация Эссенского опросника травматических событий // Консультативная психология и психотерапия. 2013. № 3. С. 120—137.
22. Cummins R.A., Nistico H. Maintaining life satisfaction: The role of positive cognitive bias // Journal of Happiness Studies. 2002. Vol. 3 (1). P. 37—69. doi:10.1023/A:1015678915305
23. Diener E. Subjective well-being // Psychological Bulletin. 1984. Vol. 95 (3). P. 542—575. doi:10.1037/0033-2909.95.3.542
24. Kanner A.D. et al. Comparison of two modes of stress measurements: Daily hassles and uplifts versus major life events // Journal of Behavioral Medicine. 1981. Vol. 4 (1). P. 1—39. doi:10.1007/BF00844845
25. Kopina O.S., Souslova E.A., Zaikin E.V. Stress level in Moscow population in 1986—1992 // Materials of the 3rd International Congress of Behavioral Medicine. Amsterdam, 1994. P. 162.
26. Lazarus R., Folkman S. Coping and adaptation // The handbook of behavioral medicine / W.D. Gentry (ed.). New York: Guilford, 1984. P. 282—325.
27. Neupert S.D. et al. Daily stressors and memory failures in a naturalistic setting: findings from the va normative aging study // Psychology and Aging. 2006. Vol. 21 (2). P. 424—429. doi:10.1037/0882-7974.21.2.424
28. O'Connor D.B. et al. Effects of daily hassles and eating style on eating behavior // Health Psychology. 2008. Vol. 27 (1S). P. 20—31. doi:10.1037/0278-6133.27.1.S20

29. Ryff C.D., Keyes C.L.M. The structure of psychological well-being revisited // Journal of Personality and Social Psychology. 1995. Vol. 69 (4). P. 719—727. doi:10.1037/0022-3514.69.4.719
30. Stawski R.S. et al. Fluid cognitive ability is associated with greater exposure and smaller reactions to daily stressors // Psychology and Aging. 2010. Vol. 25 (2). P. 330—342. doi:10.1037/a0018246
31. Tellegen A. et al. Personality similarity in twins reared apart and together // Journal of Personality and Social Psychology. 1998. Vol. 54. P. 1031—1039. doi:10.1037/0022-3514.54.6.1031
32. Totenhagen C.J. et al. Daily hassles and uplifts: A diary study on understanding relationship quality // Journal of Family Psychology. 2012. Vol. 26 (5). P. 719—728. doi:10.1037/a0029628

## THE ROLE OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AND LIFE SATISFACTION IN PERCEPTION OF DAILY STRESS

L.A. GOLOVEY\*,

St. Petersburg State University, St. Petersburg, Russia,  
lgolovey@yandex.ru

M.D. PETRASH\*\*,

St. Petersburg State University, St. Petersburg, Russia,  
m.petrash@spbu.ru

O. YU. STRIZHITSKAYA\*\*\*,

St. Petersburg State University, St. Petersburg, Russia,  
o.strizhitskaya@spbu.ru

S.S. SAVENYSHEVA\*\*\*\*,

St. Petersburg State University, St. Petersburg, Russia,  
s.savenysheva@spbu.ru

### For citation:

Golovey L.A., Petrash M.D., Strizhitskaya O. Yu., Savenysheva S.S., Murtazina I.R. The Role of Psychological Well-Being and Life Satisfaction in Perception of Daily Stress. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya [Counseling Psychology and Psychotherapy]*, 2018. Vol. 26, no. 4, pp. 8—26. doi: 10.17759/cpp.2018260402. (In Russ., abstr. in Engl.).

\* Golovey Larisa Arsen'evna, Doctor in Psychology, Professor, St. Petersburg State University, St. Petersburg, Russia, e-mail: lgolovey@yandex.ru

\*\* Petrash Marina Dmitrievna, Ph.D., Associate Professor, St. Petersburg State University, St. Petersburg, Russia, e-mail: m.petrash@spbu.ru

\*\*\* Strizhitskaya Olga Yur'evna, Ph.D., Associate Professor, St. Petersburg State University, St. Petersburg, Russia, e-mail: o.strizhitskaya@spbu.ru

\*\*\*\* Savenysheva Svetlana Stanislavovna, Ph.D., Associate Professor, St. Petersburg State University, St. Petersburg, Russia, e-mail: s.savenysheva@spbu.ru



I.R. MURTAZINA\*\*\*\*\*,  
St. Petersburg State University, St. Petersburg, Russia,  
i.r.myrtazina@spbu.ru

The present paper considers daily hassles in different life domains, reveals their connections to the level of strain and perceived stress, investigates the role of psychological well-being and life satisfaction in the perception of the number of stressors and strain caused by stress. Methods: Inventory of daily stressors (Petrash et al.), Scale of perceived stress (Ababkov et al.), Psychological well-being scale (C. Ryff), Life satisfaction scale (E. Diener), a survey on satisfaction with different life domains. Sample: 334 adults aged 20–60 (118 males, 216 females). Results revealed hassles in all the life domains. Most pronounced hassles in women were those related to health, loneliness, competitiveness, job; most pronounced hassles in men were job-related, financial, health and family stressors. Perception of daily hassles was associated with an increase in the levels of stress overstrain and perceived stress. The number of stressors and the level of overstrain was higher in women. Psychological well-being, subjective well-being, and financial satisfaction were shown to be direct positive predictors of the number of perceived hassles and the level of overstrain.

**Keywords:** daily stress, perception of stressors, overstrain, psychological well-being, subjective well-being, satisfaction.

### Acknowledgements

The study was supported by Russian Science Foundation, project 16-18-100-88.

### REFERENCES

1. Ababkov V.A., Perre M. Adaptatsiya k stressu. Osnovy teorii, diagnostiki, terapii [Adaptation to stress. Foundations of theory, diagnostics and therapy]. Saint Petersburg: Rech', 2004. 165 p.
2. Ababkov V.A., Baryshnikova K., Vorontsova-Venger I.A., Gorbunov I.A., Kapranova S.V., Pologaeva E.A., Stuklov K.A. Validizatsiya russkoyazychnoi versii oprosnika "Shkala vosprinimaemogo stressa-10" [Validation of the Russian version of the questionnaire "Scale of perceived stress-10"] // *Vestnik Sankt-Peterburgskogo universiteta. Seriya 16* [Saint-Petersburg University Bulletin. Series 16], 2016, no. 1, pp. 6–15.
3. Aleksandrovskii Yu.A. Pogranchnye psikhicheskie rasstroistva [Borderline mental disorders]. Moscow: Meditsina, 1999. 400 p.
4. Argyle M. Psikhologiya schast'ya. 2-e izd [The Psychology of Happiness. 2<sup>nd</sup> ed.]. Saint Petersburg: Piter, 2003. 623 p. (In Russ.).
5. Bodrov V.A. Psikhologicheskii stress: razvitie i preodolenie [Psychological stress: development and coping]. Moscow: PER SE, 2006. 528p.
6. Vasserman L.L., Ababkov V.A., Trifonova E.A. Sovladanie so stressom [Coping with stress]. Saint Petersburg: Rech', 2010. 192 p.
7. Dymova E.N., Tarabrina N.V., Kharlamenkova N.E. Parametry psikhologicheskogo blagopoluchiya/neblagopoluchiya pri raznom urovne psikhicheskoi travmatizatsii

\*\*\*\*\* *Murtazina Inna Ralifovna*, Ph.D., Senior Lecturer, St. Petersburg State University, St. Petersburg, Russia, e-mail: i.r.myrtazina@spbu.ru

- [Parameters of psychological well-being or troubles at different levels psychological traumatization]. *Vestnik MGU. Seriya 14: Psikhologicheskie nauki [Moscow University Psychology Bulletin]*, 2015, no. 2, pp. 37—50.
8. Zhukovskaya L.V., Troshikhina E.G. Shkala psikhologicheskogo blagopoluchiya K. Riff [K. Ryff's Scale of Psychological Well-being]. *Psikhologicheskii Zhurnal*, 2011. Vol. 32 (2), pp. 82—93.
  9. Krasnova V.V., Kholmogorova A.B. Sotsial'naya trevozhnost' i studentcheskaya dezadaptatsiya [Social Anxiety and Student Disadaptation] [Elektronnyi resurs]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie psyedu.ru. [Psychological Science and Education]*, 2011, no. 1. Available at: [http://psyjournals.ru/psyedu\\_ru/2011/n1/39944.shtml](http://psyjournals.ru/psyedu_ru/2011/n1/39944.shtml) (Accessed : 18.11.2015). (In Russ., abstr. in Engl.).
  10. Kuftyak E.V. Psikhologiya sem'i: regulyatsiya i zashchita [Psychology of family: regulation and protection]. Kostroma: KGU im. N.A. Nekrasova, 2011. 328 p.
  11. Manukyan V.R., Troshikhina E.G. Sovremennye psikhologicheskie kontseptsii psikhologicheskogo blagopoluchiya i zrelosti lichnosti: oblasti skhodstva i razlichii [Contemporary psychological conceptions of well-being and maturity: identifying similarities and differences]. *Vestnik Permskogo universiteta. Filosofiya. Psikhologiya. Sotsiologiya [Perm University Herald. Series "Philosophy. Psychology. Sociology"]*, 2016, no. 2 (26), pp. 77—84. doi:10.17072/2078-7898/2016-2-77-85
  12. Matyushkina E.Ya. Uchebnyi stress u studentov pri raznykh formakh obucheniya [Academic stress of students with different forms of learning]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya [Counseling Psychology and Psychotherapy]*, 2016. Vol. 24 (2), pp. 47—63. doi:10.17759/cpp.2016240204. (In Russ., abstr. in Engl.).
  13. Osin E.N., Leont'ev D.A. Aprobatsiya russkoyazychnykh versii dvukh shkal ekspressotsenki sub"ektivnogo blagopoluchiya [Approbation of Russian versions of two rapid assessment scales subjective well-being]. *Sbornik Materialov III Vserossiiskogo sotsiologicheskogo kongressa [Proceedings of the III Russian Sociological Congress]*. Moscow: Institut sotsiologii RAN, Rossiiskoe obshchestvo sotsiologov, 2008, p. 17.
  14. Padun M.A., Psyadlo I.A. Regulyatsiya emotsii i psikhologicheskii distress u predstavitelei rossiiskoi i ital'yanskoi kul'tur [Regulation of emotions and psychological distress in representatives of Russian and Italian cultures]. In A.L. Zhuravlev, E.A. Sergienko, N.V. Tarabrina, N.E. Kharlamenkova (eds.). *Psikhologiya povsednevnogo i travmaticheskogo stressa: ugrozy, posledstviya, sovladanie [Psychology of everyday and traumatic stress: threats, consequences, coping]*. Moscow: Publ. "Institut psikhologii RAN", 2016, pp. 124—139.
  15. Petrash M.D., Strizhitskaya O.Yu., Golovei L.A., Savenyisheva S.S. Oprosnik povsednevnykh stressorov [Inventory of daily stressors]. *Psikhologicheskie issledovaniya [Psychological Studies]*, 2018. Vol. 11 (57), p. 5. Available at: <http://psystudy.ru> (Accessed: 01.07.2018). (In Russ., abstr. in Engl.).
  16. Sozontov A.E. Gedonisticheskii i evdemonisticheskii podkhody k probleme psikhologicheskogo blagopoluchiya Gedonisticheskij i ehvdemonisticheskij podhody k probleme psihologicheskogo blagopoluchiya [Hedonic and eudaimonic approaches to a problem of psychological wellbeing]. *Voprosy Psikhologii*, 2006, no. 4, pp. 105—114.
  17. Tarabrina N.V., Kharlamenkova N.E., Padun M.A., Khazhuev I.S., Kazymova N.N., Bykhovets Yu.V., Dan M.V. Intensivnyi stress v kontekste psikhologicheskoi bezopasnosti [Intensive stress in the context of psychological safety]. Moscow: Publ. "Institut psikhologii RAN", 2017. 343 p.

18. Troshihina E.G., Manukyan V.R. Trevozhnost' i ustoichivye emotsional'nye sostoyaniya v strukture psikhoeffemotsional'nogo blagopoluchiya [Anxiety and stable emotional states in the structure of psycho-emotional wellbeing]. *Vestnik SPbGU. Psikhologiya i Pedagogika [Saint Petersburg University Bulletin. Psychology and Education]*, 2017. Vol. 7 (3), pp. 210—221.
19. Kharlamenkova N.E. Emotsional'noe oskorblenie i prenebrezhenie i ego psikhologicheskie posledstviya dlya lichnosti v raznye periody vzroslosti [Emotional abuse and neglect and its psychological consequences for personality in different periods of adulthood]. In A.L. Zhuravlev, E.A. Sergienko, N.V. Tarabrina, N.E. Kharlamenkova (eds.). *Psikhologiya povsednevnogo i travmaticheskogo stressa: ugrozy, posledstviya, sovladanie [Psychology of everyday and traumatic stress: threats, consequences, coping]*. Moscow: Publ. "Institut psikhologii RAN", 2016, pp. 193—215.
20. Khashchenko V.A. Psikhologiya ekonomicheskogo blagopoluchiya [Psychology of economic well-being]. Moscow: Publ. "Institut psikhologii RAN", 2012. 426 p.
21. Kholmogorova A.B., Gorchakova V.A. Travmaticheskii stress i ego vliyaniye na sub"ektivnoye blagopoluchie i psikhologicheskoye zdorov'e: Aprobatsiya Essenskogo oprosnika travmaticheskikh sobytii [Traumatic stress and its influence on subjective wellbeing and mental health: validation of the Hesse trauma inventory]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya [Counseling Psychology and Psychotherapy]*, 2013, no. 3, pp. 120—137. (In Russ., abstr. in Engl.).
22. Cummins R.A., Nistico H. Maintaining life satisfaction: The role of positive bias. *Journal of Happiness Studies*, 2002. Vol. 3 (1), pp. 37—69. doi:10.1023/A:1015678915305
23. Diener E. Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 1984. Vol. 95 (3), pp. 542—575. doi:10.1037/0033-2909.95.3.542
24. Kanner A.D. et al. Comparison of two modes of stress measurements: Daily hassles and uplifts versus major life events. *Journal of Behavioral Medicine*, 1981. Vol. 4 (1), pp. 1—39. doi:10.1007/BF00844845
25. Kopina O.S., Souslova E.A., Zaikin E.V. Stress level in Moscow population in 1986—1992. Materials of the 3rd International Congress of Behavioral Medicine. Amsterdam, 1994, p. 162.
26. Lazarus R., Folkman S. Coping and adaptation. In W.D. Gentry (ed.). *The handbook of behavioral medicine*. New York: Guilford, 1984, pp. 282—325.
27. Neupert S.D. et al. Daily stressors and memory failures in a naturalistic setting: findings from the va normative aging study. *Psychology and Aging*, 2006. Vol. 21 (2), pp. 424—429. doi:10.1037/0882-7974.21.2.424
28. O'Connor D.B. et al. Effects of daily hassles and eating style on eating behavior. *Health Psychology*, 2008. Vol. 27 (1S), pp. 20—31. doi:10.1037/0278-6133.27.1.S20
29. Ryff C.D., Keyes C.L.M. The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1995. Vol. 69 (4), pp. 719—727. doi:10.1037/0022-3514.69.4.719
30. Stawski R.S. et al. Fluid cognitive ability is associated with greater exposure and smaller reactions to daily stressors. *Psychology and Aging*, 2010. Vol. 25 (2), pp. 330—342. doi:10.1037/a0018246
31. Tellegen A. et al. Personality similarity in twins reared apart and together. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1998. Vol. 74, pp. 1031—1039. doi:10.1037/0022-3514.74.6.1031
32. Totenhagen C.J. et al. Daily hassles and uplifts: A diary study on understanding relationship quality. *Journal of Family Psychology*, 2012. Vol. 26 (5), pp. 719—728. doi:10.1037/a0029628

## ВАЛИДИЗАЦИЯ ОПРОСНИКА «СКЛОННОСТЬ К ПРОЩЕНИЮ И УСТАНОВКИ ПО ОТНОШЕНИЮ К ПРОЩЕНИЮ ПРОСТУПКОВ» НА РОССИЙСКОЙ ВЫБОРКЕ

А.П. КОНОНОВА\*,  
ФГБОУ ВО МГППУ, Москва, Россия,  
luthiele@yandex.ru

О.Д. ПУГОВКИНА\*\*,  
Московский НИИ психиатрии  
(филиал ФГБУ «ФМИЦПН имени В.П. Сербского») МЗ РФ,  
ФГБОУ ВО МГППУ, Москва, Россия,  
olgapugovkina@yandex.ru

Представлены результаты валидации опросника «Склонность к прощению и установки по отношению к прощению проступков» на российской выборке, состоящей из 366 взрослых здоровых испытуемых. В основе опросника лежит когнитивная модель прощения Р. Энрайта, в которой способность к

### Для цитаты:

Кононова А.П., Пуговкина О.Д. Валидизация опросника «Склонность к прощению и установки по отношению к прощению проступков» на российской выборке // Консультативная психология и психотерапия. 2018. Т. 26. № 4. С. 27—45. doi: 10.17759/cpp.2018260403

\* Кононова Анна Петровна, студент, кафедры консультативной и клинической психологии, ФГБОУ ВО МГППУ, Москва, Россия, e-mail: luthiele@yandex.ru

\*\* Пуговкина Ольга Дмитриевна, кандидат психологических наук, доцент, старший научный сотрудник лаборатории психологического консультирования и психотерапии, Московский НИИ психиатрии (филиал ФГБУ «ФМИЦПН имени В.П. Сербского») МЗ РФ; доцент кафедры клинической психологии и психотерапии, ФГБОУ ВО МГППУ, Москва, Россия, e-mail: olgapugovkina@yandex.ru

прощению определяется качеством ряда механизмов социального познания (осознавания и саморегуляции собственных эмоций и эмпатии в отношении обидчика). В ходе валидизации установлены приемлемые показатели надежности—согласованности опросника, представлены результаты подтверждающего факторного анализа. Проанализированы корреляции с показателями эмоционального неблагополучия, социального познания, качества жизни и удовлетворенности, рядом личностных черт (маккиавеллизм, «Большая пятерка факторов»: экстраверсия, ответственность, кооперативность, эмоциональная стабильность и познавательная активность). Результаты обсуждаются в контексте адаптивных и неадаптивных аспектов прощения и психологических основ адаптивной способности к прощению.

**Ключевые слова:** опросник склонности к прощению, установки по отношению к прощению, социальное познание, когнитивная психотерапия депрессивных расстройств.

Способность к прощению проступков (*forgiveness*) уже несколько десятилетий является объектом исследовательского интереса в социальной психологии и психологии личности, глубоко укорененным в предшествующей философской и религиозной традиции [1; 9; 12]. Отечественные исследования по данной проблеме носят преимущественно феноменологический характер и обращаются к теме прощения в контексте психологии семьи, исследования обиды; устанавливают связь между прощением и нравственными категориями [6; 7]. Отдельные исследования ведутся в рамках интерсубъектного подхода [15].

В зарубежных работах акцентируются различные стороны способности к прощению: процессуальные аспекты акта прощения, ценностные корреляты, условия для проявления прощения, зависимость прощения от глубины и прочности диадических отношений, а также связь способности к прощению с психологическим благополучием [18; 19].

В рамках «третьей волны» когнитивно-бихевиорального подхода способность к прощению рассматривается как диспозициональная черта, частное проявление механизмов (и одновременно результат) социального познания индивида, поскольку способность к прощению основывается на способности осознавать собственные эмоции и управлять ими, а также на способности и готовности проявлять эмпатию по отношению к обидчику [18; 27].

В практике психологического консультирования переработка неразрешенных обид, конфликтов, проблем разрушения отношений вследствие проступков являются частой причиной хронической неудовлетворенности в сфере общения и, как следствие, эмоциональных расстройств [6; 8; 10; 14; 31].

Интервенции, основанные на концепции прощения, способствуют уменьшению выраженности симптомов депрессии, тревоги и улучшению показателей субъективного психологического благополучия (повышению оптимизма, навыков разрешения конфликтных ситуаций и др.) [16; 18; 28]. При этом отмечается, что «теневая сторона» чрезмерной готовности к прощению ассоциирована с зависимым поведением в межличностных отношениях. Адаптивный характер способности к прощению определяется качеством процессов социального познания (в частности, ментализации), которые лежат в ее основе [20; 21; 22].

Высокий интерес международного научного сообщества к концепции социального познания в целом и способности к прощению как одному из частных проявлений социального познания диктует необходимость разработки соответствующего методического инструментария.

В сети Интернет на сайтах популярных журналов по психологии и в блогах частных психологов можно найти целый ряд житейских тестов прощения, однако в научной психологической литературе методические разработки оценки способности к прощению включают интервью и методики полупроективного и нарративного характера [6; 7].

В англоязычной литературе для оценки склонности к прощению проступков используются опросник «Склонность к прощению и установки по отношению к прощению проступков» — *Tendency to Forgive Scale (TTF) and Attitudes Toward Forgiveness (ATF)* [19] и «Нарративный тест способности к прощению проступков» — *Transgression Narrative Test of Forgiveness* [17].

В данной статье представлены результаты первичной адаптации опросника «Склонность к прощению и установки по отношению к прощению проступков» [19].

Как следует из названия, опросник предназначен для измерения способности к прощению и установок по отношению к прощению. Опросник содержит 10 пунктов, сгруппированных в две шкалы: а) склонность к прощению (*Tendency to Forgive Scale*, кратко *TTF*) — 4 пункта; б) установки, или положительное отношение к прощению (*Attitudes Toward Forgiveness*, кратко *ATF*) — 6 пунктов.

Высказывания опросника сформулированы таким образом, что они относительно независимы от определения прощения в рамках какой-либо конкретной школы и оставляют, таким образом, свободу интерпретации понятия прощения испытуемому.

Процедуры валидизации опросника склонности к прощению и установок по отношению к прощению включали установление показателей надежности и согласованности, проверку его факторной структуры и установление конвергентной и дивергентной валидности. Основу плана валидизации и методического комплекса составил ряд гипотез.

1. Склонность к прощению связана с качеством процессов социального познания и отрицательно связана с выраженностью симптомов эмоциональной дезадаптации.

2. Склонность к прощению и положительное отношение к прощению положительно коррелируют с удовлетворенностью качеством жизни, кооперативностью и эмоциональной стабильностью как личностными чертами, выбором компетентных ответов в коммуникативных ситуациях.

3. Склонность к прощению и положительное отношение к прощению отрицательно коррелируют с выраженностью симптомов тревоги, депрессии, социального дистресса и избегания; макиавеллизмом как личностной чертой; выбором зависимых и/или агрессивных ответов в коммуникативных ситуациях.

Гипотеза об отрицательной связи между прощением и симптомами эмоциональной дезадаптации базируется на многочисленных исследованиях, обнаруживающих прямую корреляцию между диспозициональным прощением и удовлетворенностью жизнью [18] и обратную корреляцию между прощением и факторами риска возникновения тревоги и депрессии (негативной аффективностью, нейротизмом), а также непосредственно тревогой, социальным дистрессом и избеганием и депрессией [24; 30; 32].

Гипотеза о связи между прощением и качеством социального познания базируется на положениях школы психологии прощения Дж. Энрайта, которая связывает прощение с рефлексивной ментализацией, сознательной переработкой и перестройкой своего отношения к обидчику и ситуации обиды [20].

В исследованиях Дж. Энрайта акцент делается на положительной связи между прощением и проявлениями эмпатии в виде сочувствия, милосердия и т. п. Связь между прощением и эмпатией широко представлена в зарубежных исследованиях [29; 32].

Для целей данного исследования был выбран тест коммуникативных умений Л. Михельсона как индикатор поведенческого уровня протекания социального познания, который рассматривается как результирующий относительно других составляющих в интегративных моделях [13; 14]. Связь между прощением и поведенческими составляющими социального познания в существующих работах не представлена. Кроме того, тест Л. Михельсона в числе других предлагает испытуемым представить себя и отреагировать на несколько ситуаций, где по отношению к ним проявлена агрессия, сделано резкое замечание, т. е. так или иначе нанесена обида или причинена несправедливость. Таким образом, содержательная сторона методики позволяет напрямую связать ее с тематикой прощения, поскольку необходимым условием прощения является, согласно большинству авторов, переживание обиды [19].

В качестве дивергирующей была выбрана шкала макиавеллизма личности. В исследованиях установлена достоверная обратная связь между прощением и враждебностью, критичностью, недоверием [29]. Для целей данного исследования было решено прибегнуть к шкале макиавеллизма как связанной с социальным познанием, так как макиавеллизм, помимо аспекта враждебности, также включает специфическую социальную перцепцию и стратегии социального поведения, основанные на манипуляциях. Связь между социальной перцепцией, стратегиями поведения и прощением акцентируется в когнитивной модели прощения М. МакКаллоу [25].

В качестве конвергирующей был выбран сквозной биполярный перечень [23], основанный на модели «Большой пятерки личностных черт», так как склонность к прощению ассоциируется с просоциальной направленностью личности, склонностью к сотрудничеству и эмоциональной стабильностью как способностью эффективно разрешать эмоциональные конфликты и перерабатывать негативные эмоции [18; 20; 25; 30].

## Метод

**Выборка.** В исследование были включены условно-здоровые взрослые жители Москвы без установленной психической патологии и выраженных черт социальной дезадаптации (N=366) в возрасте от 16 до 69 лет, 58 (14%) мужчин и 309 (86%) женщин. Средний возраст испытуемых составил 31 год (SD =10,4).

Выборка исследования состояла из двух групп. Первая группа (N=80) состояла из студентов-психологов и проходила опрос очно. Вторая группа (N=286) состояла из жителей Москвы или Московской области, работающих или совмещающих работу с образованием — они проходили опрос с использованием сети Интернет.

Значительную часть выборки составили испытуемые с высшим образованием. В возрастном плане выборка для валидизации может считаться достаточно однородной, но недостаточно репрезентативной для генеральной совокупности (основной массив испытуемых находится в диапазоне от 21 года до 42 лет), в связи с чем целесообразны дополнительные исследования влияния возрастных особенностей на склонность к прощению и отношение к прощению.

**Методики.** Для оценки склонности и установок по отношению к прощению использовался опросник «Склонность к прощению и установки по отношению к прощению проступков» (*Tendency to Forgive Scale (TTF) and Attitudes Toward Forgiveness (ATF)*, [19], который валидизируется в данной работе.

Для оценки выраженности симптомов эмоциональной дезадаптации и удовлетворенности качеством жизни использовались: госпиталь-



ная шкала тревоги и депрессии (*Hamilton Anxiety and Depression Scale — HADS*) [3]; опросник качества жизни и удовлетворенности (*Quality of Life Enjoyment and Satisfaction Questionnaire — QlesQ*) [11].

Оценка социального познания проводилась с помощью шкалы социального избегания и дистресса (*Social Avoidance and Distress Scale — SADS*) [5] и теста коммуникативных умений Л. Михельсона (*Test of communicative abilities*) [2].

Дополнительные шкалы для валидизации: шкала макиавеллизма личности (*Machiavellianism Test, MACH-IV*) [4] (дивергирующая шкала) и сквозной биполярный перечень [23] (конвергирующая шкала).

## Результаты

Надежность—согласованность ( $\alpha$ -Кронбаха) — средняя и составляет 0,746 для шкалы склонности к прощению (*TTF*) — и 0,644 для шкалы установок по отношению к прощению (*ATF*). Для опросника в целом показатель надежности—согласованности составляет 0,721, что является достаточным. Показатели надежности—согласованности одинаковы для обеих групп испытуемых (обследованных очно и онлайн).

Соответствие эмпирических результатов исследования двухфакторной модели опросника, предложенной авторами, было проверено при помощи конфирматорного факторного анализа. Анализ проводился средствами программного пакета SPSS AMOS 18.

При построении модели для конфирматорного факторного анализа каждый пункт опросника был изначально отнесен к одному из двух факторов: отношение к прощению или склонность к прощению (рис. 1). Модель также включает так называемые «ошибки», побочные факторы, которые объясняют дисперсию ответов, не обусловленную двумя основными факторами. В модели допускались корреляция между основными факторами, поскольку она соответствует авторской модели опросника, а также корреляция между некоторыми «ошибками», относящимися к сходным по содержанию пунктам (например, «Как это прекрасно — уметь прощать» и «Я верю, что способность/склонность к прощению — это хорошее и полезное качество»).

Затем были рассчитаны основные показатели применимости модели к полученным эмпирическим данным: критерий относительного согласия модели (*CFI*) составил 0,97 (при нормативных показателях 0,95 и выше); квадратичная усредненная ошибка аппроксимации (*RMSEA*) составила 0,47 (при нормативных показателях 0,6 и ниже); частное критерия  $\chi^2$  и степеней свободы (*df*) составило 1,8 (при нормативных показателях частного < 2).

Таким образом, двухфакторная модель оригинального опросника соответствует данным, полученным для русскоязычной версии.

Шкалы опросника значимо положительно коррелируют между собой ( $r = 0,293$ ;  $p < 0,01$ ), однако корреляция не достигает 0,8. Результат позволяет говорить, что шкалы опросника не повторяют друг друга.

Распределение показателей обеих шкал соответствуют нормальному. Значимых различий в отношении к прощению (шкала *ATF*) между мужчи-

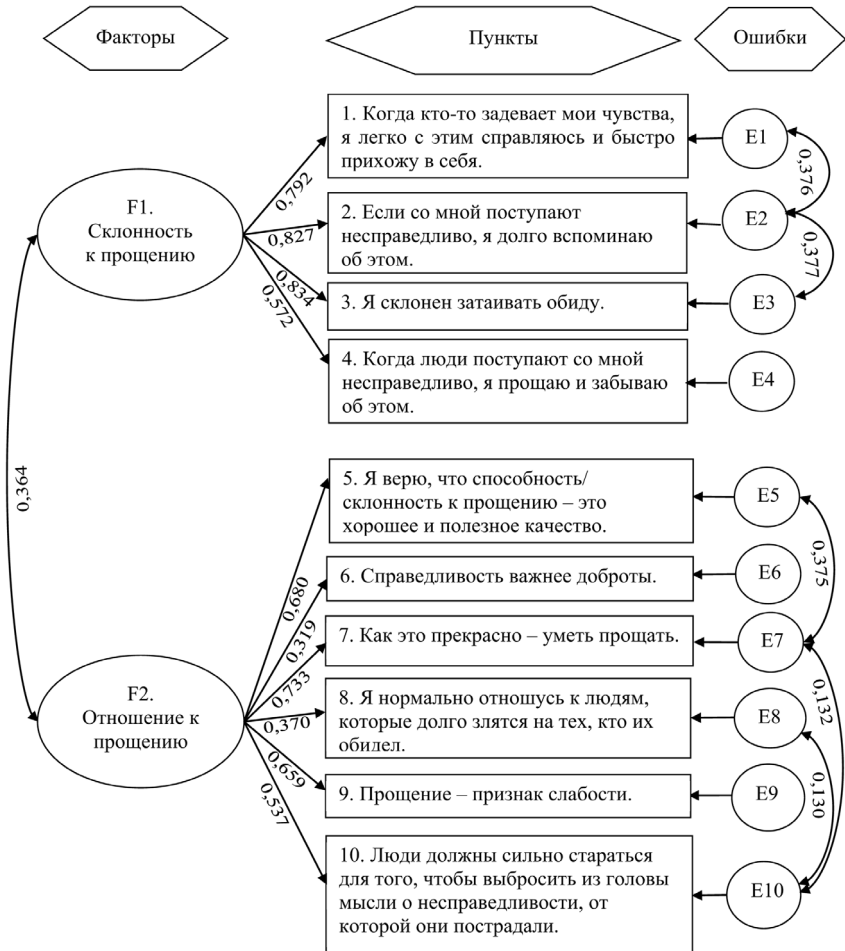


Рис 1. Модель конфирматорного факторного анализа опросника склонности к прощению и отношения к прощению

нами и женщинами не обнаружено. Склонность к прощению (шкала *TTF*) выше у подгруппы мужчин:  $t = 3,975$ ;  $p < 0,01$  (Т-критерий Стьюдента).

Обнаруживается слабая обратная корреляция между возрастом и склонностью к прощению ( $r = -0,137$ ;  $p < 0,01$ ). Корреляций между возрастом и положительным отношением к прощению не обнаружено.

С помощью корреляционного анализа были проверены конвергентная и дискриминирующая валидности опросника (табл. 1—5).

Положительное отношение к прощению как и склонность к прощению проступков обнаруживают значимую отрицательную связь с выраженностью симптомов эмоциональной дезадаптации, с дистрессом в общении и негативной мотивацией общения — социальным избеганием (табл. 1). Несмотря на высокий уровень значимости, значения коэффициентов корреляции с положительным отношением к общению не высоки.

Таблица 1

**Взаимосвязь установок и склонности к прощению (*ATF—TTF*)  
с выраженностью симптомов тревоги и депрессии (*HADS*)  
и социального избегания и дистресса (*SADS*)**

Переменные (N= 366)	Положительное отношение к прощению ( <i>ATF</i> )	Склонность к прощению ( <i>TTF</i> )
Социальное избегание ( <i>SADS</i> )	-0,226**	-0,365*
Социальный дистресс ( <i>SADS</i> )	-0,267**	-0,401**
Выраженность симптомов тревоги ( <i>HADS</i> )	-0,104*	-0,317**
Выраженность симптомов депрессии ( <i>HADS</i> )	-0,110*	-0,195**

Примечание: «\*» —  $p < 0,05$ ; «\*\*» —  $p < 0,01$ .

Шкала склонности к прощению обнаруживает значимую положительную корреляцию со всеми показателями качества жизни и удовлетворенности (табл. 2). Шкала положительного отношения к прощению показывает значимую положительную корреляцию со всеми показателями, кроме удовлетворенности активностью в свободное время. Уровень значимости для большинства корреляций высок, однако значения коэффициентов невелики ( $< 0,3$ ).

Шкалы положительного отношения к прощению и склонности к прощению обнаруживают значимую прямую связь с предпочтением компетентного стиля реагирования в ситуациях общения и значимую обратную связь — с предпочтением зависимых или агрессивных стилей реагирования (табл. 3).

Таблица 2  
**Взаимосвязь установок и склонности к прощению (ATF—TTF)  
с показателями качества жизни и удовлетворенности (QLeSQ)**

Шкалы	Положительное отношение к прощению (ATF)	Склонность к прощению (TTF)
Качество жизни и удовлетворенность в сфере здоровья	0,117*	0,188**
Качество жизни и удовлетворенность в сфере эмоций	0,180**	0,283**
Качество жизни и удовлетворенность в сфере активности в свободное время	0,032	0,117*
Качество жизни и удовлетворенность в социальной сфере	0,169**	0,239**
Общий балл	0,177**	0,282**

Примечание: «\*» —  $p < 0,05$ ; «\*\*» —  $p < 0,01$ .

Таблица 3  
**Взаимосвязь установок и склонности к прощению (TTF—ATF)  
с показателями коммуникативных умений (тест Михельсона)**

Шкалы	Положительное отношение к прощению (ATF)	Склонность к прощению (TTF)
Зависимые ответы	-0,172**	-,274**
Компетентные ответы	0,201**	0,322**
Агрессивные ответы	-0,125*	-0,170**

Примечание: «\*» —  $p < 0,05$ ; «\*\*» —  $p < 0,01$ .

Ниже представлены данные дополнительных проверок валидности с использованием шкалы макиавеллизма и опросника «Большой пятерки» личностных черт. Положительное отношение к прощению и склонность к прощению обратно коррелируют с показателем макиавеллизма (табл. 4).

Таблица 4  
**Взаимосвязь установок и склонности к прощению (TTF—ATF)  
с показателями макиавеллизма личности**

Шкалы	Положительное отношение к прощению (ATF)	Склонность к прощению (TTF)
Шкала макиавеллизма	-0,260**	-0,156**

Примечание: «\*\*» —  $p < 0,01$ .

Шкалы положительного отношения к прощению и склонности к прощению обнаруживают значимую прямую связь с уровнем экстраверсии, кооперативности и эмоциональной стабильности (табл. 5).

Таблица 5

**Взаимосвязь установок и склонности к прощению (ТТФ—АТФ)  
с выраженностью личностных черт (Сквозной биполярный перечень)**

Шкалы	Положительное отношение к прощению (АТФ)	Склонность к прощению (ТТФ)
Экстраверсия	0,201**	0,210**
Ответственность	-0,052	-0,019
Кооперативность	0,296**	0,258**
Эмоциональная стабильность	0,109*	0,509**
Познавательная активность	0,096	0,107*

Примечание: «\*» —  $p < 0,05$ ; «\*\*» —  $p < 0,01$ .

Наибольшая сила связи установлена между склонностью к прощению и уровнем эмоциональной стабильности. Шкала склонности к прощению (но не положительного отношения к прощению) также обнаруживает слабую положительную связь с уровнем познавательной активности.

### Обсуждение результатов

Валидизируемый опросник прощения обладает достаточной надежностью и согласованностью. Опросник имеет двухфакторную структуру и включает шкалы положительного отношения к прощению и склонности к прощению. Эмпирические данные хорошо согласуются с двухфакторной моделью, предложенной авторами оригинального опросника.

При проверке интеркорреляционной валидности получены данные о том, что положительное отношение к прощению и склонность к прощению положительно коррелируют: а) с качеством жизни и удовлетворенностью; б) предпочтением компетентных ответов в коммуникативных ситуациях; в) кооперативностью и эмоциональной стабильностью как личностными чертами. Наиболее выраженная положительная взаимосвязь установлена между склонностью к прощению и эмоциональной стабильностью как личностной чертой.

Кроме того, положительное отношение к прощению и склонность к прощению отрицательно коррелируют: а) с выраженностью симптомов тревоги; б) выраженностью симптомов социального дистресса и избега-

ния; в) выраженностью симптомов депрессии; г) макиавеллизмом как личностной чертой; д) предпочтением зависимых и агрессивных ответов в коммуникативных ситуациях.

Данные о взаимосвязи факторов прощения с симптомами эмоциональной дезадаптации хорошо согласуются как с результатами авторов оригинального опросника прощения [19], так и с данными, полученными в ходе метаанализа исследований связи прощения с психологическим благополучием: связь прощения с различными формами тревоги проявляется отчетливее, чем с симптомами депрессии, для которых данные существенно различаются в зависимости от использованных методических инструментов [24; 29].

Помимо констатации ожидаемой картины связи между прощением и симптомами эмоционального неблагополучия, следует обратить внимание на то, что коэффициенты корреляции для «положительного отношения к прощению» ниже, чем для шкалы «склонность к прощению». Эта, пусть и не верифицированная пока разница, может указывать на то, что положительное отношение к прощению выступает протективным фактором в случае, если оно основано на необходимых способностях в сфере социального познания.

Можно также предположить, что отношение к прощению как ценностная характеристика и знаемый мотив вносит меньший вклад в психологическое благополучие, нежели способность к прощению как установочная готовность и побудительный мотив действия. Это согласуется с моделью Дж. Энрайта, в которой положительный эффект прощения связывается не с представлениями о прощении как о благе или ценности, а с непосредственной «работой прощения», с опорой на эмпатию и рефлексивную составляющую социального познания [20; 21].

Сходная картина обнаружена для поведенческого аспекта социального познания (коммуникативных компетенций) — склонность к прощению более связана с предпочтением компетентных ответов в социальных ситуациях по сравнению с положительным отношением к прощению.

Сходным образом склонность к прощению демонстрирует более сильную отрицательную взаимосвязь, чем отношение к прощению, с предпочтением зависимых или агрессивных ответов. Интересно отметить, что в данном случае агрессивные и зависимые реакции попадают в одну группу, отрицательно связанную со склонностью к прощению. Иными словами, менее склонны прощать как испытуемые с выбором агрессивных реакций (что ожидаемо), так и с предпочтением зависимого стиля (что менее ожидаемо, но может быть объяснено через цепочку хронического межличностного дискомфорта, связанного с «проглатыванием» обид при демонстрации внешней толерантности).

Проведенное исследование ставит ряд вопросов для дальнейшего изучения, например, о выявленной обратной связи факторов прощения со склонностью давать зависимые ответы в социальных ситуациях. В дискуссии относительно границы, за которой прощение перестает быть адаптивным, ряд авторов называют в качестве «темной стороны» прощения зависимое поведение в межличностных отношениях [26; 30]. Обнаруженная нами обратная взаимосвязь ставит вопрос о дифференциации различных определений зависимого поведения, об изучении дополнительных факторов-медиаторов.

Выявленная в настоящем исследовании слабая тенденция к снижению склонности к прощению с возрастом ставит вопрос о дальнейшей проверке этого результата и поиска его возможного объяснения как в феноменах, связанных с самим прощением, так и в факторах, присущих возрастным изменениям психики (таким как когнитивная ригидность).

### **Выводы**

Таким образом, опросник «Склонность к прощению и установки по отношению к прощению проступков» является компактным и информативным инструментом, который может быть рекомендован к использованию как в исследовательских целях, так и в консультативной работе при выборе мишеней профилактики и коррекции нарушений, связанных с неудовлетворенностью в сфере межличностных отношений в норме и при аффективных расстройствах.

### Опросник склонности к прощению и установок по отношению к прощению

**Инструкция.** Прочтите, пожалуйста, приведенные ниже высказывания и оцените, насколько Вы с ними согласны: от 1 до 7.

1. Совершенно не согласен.
2. Не согласен.
3. В чем-то не согласен.
4. Затрудняюсь ответить.
5. В чем-то согласен.
6. Согласен.
7. Полностью согласен.

#### Шкала 1

1. Когда кто-то задевает мои чувства, я легко с этим справляюсь и быстро прихожу в себя.
2. Если со мной поступают несправедливо, я долго вспоминаю об этом.
3. Я склонен затаивать обиду.
4. Когда люди поступают со мной несправедливо, я прощаю и забываю об этом.

#### Шкала 2

1. Я верю, что способность/склонность к прощению — это хорошее и полезное качество.
2. Справедливость важнее доброты.
3. Как это прекрасно — уметь прощать.
4. Я нормально отношусь к людям, которые долго злятся на тех, кто их обидел.
5. Прощение — признак слабости.
6. Люди должны сильно стараться для того, чтобы выбросить из головы мысли о несправедливости, от которой они пострадали.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Гассин Э.А. Психология прощения // Вопросы психологии. 1999. № 4. С. 93—104.
2. Гильбух Ю.З. Учитель и психологическая служба школы. Киев: Ин-т психологии АПН Украины, 1993. 79 с.
3. Дробизев М.Ю. Нейрональная пластичность — новая мишень в терапии депрессии. М.: НЦПЗ РАМН, 1993. 24 с.



4. Знаков В.В. Макиавеллизм: психологическое свойство личности и методика его исследования // Психологический журнал. 2000. Т. 21. № 5. С. 16—22.
5. Клименкова Е.Н., Холмогорова А.Б. Валидизация методик диагностики социальной тревожности на российской подростковой выборке // Консультативная психология и психотерапия. 2017. Т. 25. № 1. С. 28—39. doi:10.17759/cpp.2017250103
6. Кривцова С.В. Феноменологический подход к исследованию ноодинамических переживаний: метод отдельных случаев и метод эмпирико-феноменологических исследований (на примере феномена прощения) // Консультативная психология и психотерапия. 2010. № 4. С. 48—67.
7. Куницына В.Н. Нарушения, барьеры, трудности межличностного неформального общения // Актуальные проблемы психологической теории и практики / Под ред. А.А. Крылова. СПб.: СПбГУ, 1995. С. 82—92.
8. Мак-Каллоу Дж. Лечение хронической депрессии: пер. с англ. СПб: Издательство «Речь», 2003. 368 с.
9. Печин Ю.В. Становление и развитие психологии прощения в США: краткий обзор [Электронный ресурс] // Психологическая наука и образование psyedu.ru. 2014. Т. 6. № 4. URL: <http://psyedu.ru/journal/2014/4/Pechin.phtml> (дата обращения: 09.08.2018).
10. Пуговкина О.Д. Нарушения социального познания при депрессии: теоретические подходы, методы изучения и выделенные дефициты // Консультативная психология и психотерапия. 2014. Т. 22. № 4. С. 80—97.
11. Рассказова Е.И. Методика оценки качества жизни и удовлетворенности: психометрические характеристики русскоязычной версии // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2012. Т. 9. № 4. С. 81—90.
12. Томильцева Д.А. Опыт прощения: социально-философский анализ: автореф. дисс. ...канд. философ. наук. Екатеринбург, 2010. 21 с.
13. Холмогорова А.Б. Когнитивно-бихевиоральная терапия «на гребне третьей волны»: революционный поворот или новые акценты? // Современная терапия психических расстройств. 2016. № 2. С. 16—22.
14. Холмогорова А.Б., Пуговкина О.Д. Основные этапы и направления изучения когнитивных дисфункций при депрессиях [Электронный ресурс] // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. 2015. № 6 (35). URL: <http://mprj.ru> (дата обращения: 09.10.2016 г.).
15. Чукова А.С. Социально-психологические характеристики прощения как феномена межличностного общения: автореф. дисс. ... канд. психол. наук. Саратов, 2011. 22 с.
16. Akhtar S., Dolan A., Barlow J. Understanding the relationship between state forgiveness and psychological wellbeing: A qualitative study // Journal of Religion and Health. 2017. Vol. 56 (2). P. 450—463. doi:10.1007/s10943-016-0188-9
17. Berry J.W. et al. Dispositional forgivingness: Development and construct validity of the transgression narrative test of forgivingness (TNTF) // Personality and Social Psychology Bulletin. 2001. Vol. 27 (10). P. 1277—1290. doi:10.1177/01461672012710004
18. Berry J.W. et al. Forgivingness, vengeful rumination, and affective traits // Journal of Personality. 2005. Vol. 73 (1). P. 183—225. doi:10.1111/j.1467-6494.2004.00308.x

19. *Brown R.* Measuring individual differences in the tendency to forgive: Construct validity and links with depression // *Personality and Social Psychology Bulletin*. 2003. Vol. 29 (6). P. 759—771. doi:10.1177/0146167203029006008
20. *Enright R.D.* Psychological science of forgiveness: Implications for psychotherapy and education. Presented at the Conference, Neuroscience and Moral Action: Neurological Conditions of Affectivity, Decisions, and Virtue. Pontificia Universita della Santa Croce [Электронный ресурс]. Rome, Italy. February 28, 2011. URL: [https://www.researchgate.net/publication/266879605\\_Psychological\\_Science\\_of\\_Forgiveness\\_Implications\\_for\\_Pschotherapy\\_and\\_Education](https://www.researchgate.net/publication/266879605_Psychological_Science_of_Forgiveness_Implications_for_Pschotherapy_and_Education) (дата обращения: 11.11.2018).
21. *Enright R.D.* The Human Development Study Group. The moral development of forgiveness. // *Handbook of moral behavior and development*. Vol. 1: Theory / W.M. Kurtines, J.L. Gewirtz (eds.). Hillsdale, NJ: LEA, 1991. P. 123—152.
22. *Enright R.D., Freedman S., Rique J.* The psychology of interpersonal forgiveness // *Exploring forgiveness* / R.D. Enright, J. North (eds.). Madison: The University of Wisconsin Press, 1998. P. 46—62.
23. *Goldberg L.R.* The development of markers for the Big-Five factor structure // *Psychological Assessment*. 1992. Vol. 4 (1). P. 26—42. doi:10.1037/1040-3590.4.1.26
24. *Marks M. et al.* A function of forgiveness: Exploring the relationship between negative mood and forgiving // *SAGE Open*. 2013. Vol. 3 (4). P. 1—9. doi:10.1177/2158244013507267
25. *McCullough M.E., Kurzban R., Tabak B.A.* Cognitive systems for revenge and forgiveness // *The Behavioral and Brain Sciences*. 2013. Vol. 36 (1). P. 1—15. doi:10.1017/S0140525X11002160
26. *McNulty J.K.* The dark side of forgiveness: the tendency to forgive predicts continued psychological and physical aggression in marriage // *Personality and Social Psychology Bulletin*. 2011. Vol. 37 (6). P. 770—783. doi:10.1177/0146167211407077
27. *Mullet E., Girard M.* Developmental and cognitive points of view on forgiveness // *Forgiveness: Theory, research, and practice* / M.E. McCullough, K.I. Pargament, C.E. Thoresen (eds.). New York: Guilford. 2000. P. 111—132.
28. *Ricciardi E. et al.* How the brain heals emotional wounds: the functional neuroanatomy of forgiveness // *Frontiers in Human Neuroscience*. 2013. Vol. 7. P. 1—9. doi:10.3389/fnhum.2013.00839.
29. *Tenklova L., Slezackova A.* Differences between self-forgiveness and interpersonal forgiveness in relation to mental health // *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*. 2016. Vol. 42 (2). P. 281—289.
30. *Thompson L.Y. et al.* Dispositional forgiveness of self, others, and situations // *Journal of Personality*. 2005. Vol. 73 (2). P. 313—359. doi:10.1111/j.1467-6494.2005.00311.x
31. *Weissman M., Markowitz J., Klerman G.* Clinician's guide to interpersonal psychotherapy. Oxford; New York: Oxford University Press, 2007. 183 p.
32. *Worthington E.L. Jr. et al.* Forgiveness, health, and well-being: A review of evidence for emotional versus decisional forgiveness, dispositional forgivingness, and reduced unforgiveness // *Journal of Behavioral Medicine*. 2007. Vol. 30 (4). P. 291—302. doi:10.1007/s10865-007-9105-8

## THE VALIDATION OF TENDENCY TO FORGIVE AND ATTITUDES TOWARD FORGIVENESS SCALE ON THE RUSSIAN-SPEAKING SAMPLE

A.P. KONONOVA\*,

Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia,  
luthiele@yandex.ru.

O.D. PUGOVKINA\*\*,

Moscow Research Institute of Psychiatry — Branch of The  
Serbsky Federal Medical Research Center for Psychiatry  
and Narcology, Moscow State University of Psychology & Education,  
Moscow, Russia,  
olgapugovkina@yandex.ru

The article presents the results of the validation of the Tendency To Forgive and Attitudes Towards Forgiveness Scale on a Russian sample which included 366 healthy adult participants. The questionnaire is based on R. Enright's cognitive model of forgiveness, in which the ability to forgive is determined by the social cognition quality (awareness of one's own emotions and emotion self-regulation and empathy towards the offender). The study established plausible reliability of both scales. Confirmatory factor analysis was also conducted. The authors analyzed correlations of the tendency to forgive and attitudes towards forgiveness with indicators of emotional ill-being, social cognition, quality of life, life satisfaction, and a number of personal traits (such as Machiavellianism and the Big Five: extraversion, conscientiousness, agreeableness, neuroticism, openness to experience). The results are discussed in the context of adaptive versus maladaptive aspects of forgiveness, as well as in the context of the psychological basis of adaptive ability to forgive.

### **For citation:**

Kononova A.P., Pugovkina O.D. The Validation of Tendency to Forgive and Attitudes Toward Forgiveness Scale on the Russian-Speaking Sample. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya [Counseling Psychology and Psychotherapy]*, 2018. Vol. 26, no. 4, pp. 27–45. doi: 10.17759/cpp.2018260403. (In Russ., abstr. in Engl.).

\* *Kononova Anna Petrovna*, student, Faculty of Counseling and Clinical psychology, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, e-mail: luthiele@yandex.ru

\*\* *Pugovkina Ol'ga Dmitrievna*, Ph.D., Associate Professor, Senior Research Associate, Department of Clinical Psychology and Psychological Counseling, Moscow research Institute of psychiatry — Branch of the Serbsky Federal Medical Research Center for Psychiatry and Narcology; Chair of Clinical Psychology and Psychotherapy, Department of Clinical and Counseling Psychology, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, e-mail: olgapugovkina@yandex.ru

**Keywords:** Tendency To Forgive Scale, attitudes toward forgiveness, social cognition, cognitive therapy for depressive disorders.

## REFERENCES

1. Gassin E.A. Psikhologiya proshcheniya [Psychology of forgiveness]. *Voprosy Psikhologii*, 1999, no. 4, pp. 93—104.
2. Gil'bukh Yu.Z. Uchitel' i psikhologicheskaya sluzhba shkoly [The teacher and the psychological school department]. Kiev: In-t psikhologii APN Ukrainy, 1993. 79 p.
3. Drobizhev M.Yu. Neironal'naya plastichnost' — novaya mishen' v terapii depressii [Neural plasticity as the new target in the therapy of depression]. Moscow: NTSPZ RAMN, 1993. 24 p.
4. Znakov V.V. Makiavellizm: psikhologicheskoe svoystvo lichnosti i metodika ego issledovaniya [Machiavellianism as a psychological personal trait and a method of its measurement]. *Psikhologicheskii Zhurnal*, 2000. Vol. 21 (5), pp 16—22.
5. Klimenkova E.N., Kholmogorova A.B. Validizatsiya metodik diagnostiki sotsial'noi trevozhnosti na rossiiskoi podrostkovoii vyborke [The validation of methods of diagnosis of social anxiety on the Russian adolescents]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya [Counseling Psychology and Psychotherapy]*, 2017. Vol. 25 (1), pp. 28—39. doi:10.17759/cpp.2017250103. (In Russ., abstr. in Engl.).
6. Krivcova S.V. Phenomenological approach in study of noodynamic experiences. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya [Counseling Psychology and Psychotherapy]*, 2010, no. 4, pp. 48—67. (In Russ., abstr. in Engl.).
7. Kunitsyna V.N. Narusheniya, bar'ery, trudnosti mezhlichnostnogo neformal'nogo obshcheniya [Deficits, barriers and difficulties in informal interpersonal communication]. In A.A. Krylov (ed.). *Aktual'nye problemy psikhologicheskoi teorii i praktiki [Contemporary issues in psychological theory and practice]*. Saint Petersburg: SPbGU, 1995, pp. 82—92.
8. McCullough J. Lechenie khronicheskoi depressii [Treatment for Chronic Depression]. Saint-Petersburg: Rech', 2003. 368 p. (In Russ.).
9. Pechin Yu.V. Stanovlenie i razvitie psikhologii proshcheniya v SShA: kratkii obzor [Elektronnyĭ resurs] [The genesis and development of the psychology of forgiveness in the USA: a brief survey]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie psyedu.ru [Psychological Science and Education]*, 2014. Vol. 6 (4). Available at: <http://psyedu.ru/journal/2014/4/Pechin.phtml> (Accessed 09.10.2016). (In Russ., abstr. in Engl.).
10. Pugovkina O.D. Narusheniya sotsial'nogo poznaniya pri depressii: teoreticheskie podkhody, metody izucheniya i vydelennye defitsity [Models and methods for studying the impairment of social cognition in depression: theoretical approaches, methods of study and highlighted deficits]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya [Counseling Psychology and Psychotherapy]*, 2014. Vol. 22 (4), pp. 80—97. (In Russ., abstr. in Engl.).
11. Rasskazova E.I. Metodika otsenki kachestva zhizni i udovletvorennosti: psikhometricheskie kharakteristiki russkoyazychnoi versii [The method of estimation of quality of live enjoyment and satisfaction: psychometric traits of the Russian version]. *Psikhologiya. Zhurnal Vysshei Shkoly Ekonomiki [Psychology. Journal of the Higher School of Economics]*, 2012. Vol. 9 (4), pp. 81—90.

12. Tomil'tseva D.A. Opyt proshcheniya: sotsial'no-filosofskii analiz. Avtoref. dis. ... kand. filosof. nauk. [The social and philosophic analysis of the forgiveness experience. Ph.D. (Philosophy) Thesis]. Ekaterinburg, 2010. 21 p.
13. Kholmogorova A.B. Kognitivno-bikhevioral'naya terapiya "na grebne tret'ei volny": revolyutsionnyi povorot ili novye aktsenty? [Cognitive-behavioral treatment on the edge of the third wave: revolutionary turn or new accents?]. *Sovremennaya terapiya psikhicheskikh rasstroistv* [Contemporary treatment of mental disorders], 2016, no. 2, pp. 16—22.
14. Kholmogorova A.B., Pugovkina O.D. Osnovnye etapy i napravleniya izucheniya kognitivnykh disfunktsii pri depressiyakh [Elektronnyi resurs] [The main stages and directions of study of cognitive dysfunction associated with depression]. *Meditsinskaya psikhologiya v Rossii: elektron. nauch. zhurn* [Medical psychology in Russia: online scientific journal], 2015, no. 6 (35). Available at: <http://mprj.ru> (Accessed 09.10.2016).
15. Chukova A.S. Sotsial'no-psikhologicheskie kharakteristiki proshcheniya kak fenomena mezhlchnostnogo obshcheniya: Avtoref. diss. kand. psikhol. nauk. [Social and psychological characteristics of forgiveness as an interpersonal communication phenomenon. Ph. D. (Psychology) Thesis]. Saratov, 2011. 22 p.
16. Akhtar S., Dolan A., Barlow J. Understanding the relationship between state forgiveness and psychological wellbeing: A qualitative study. *Journal of Religion and Health*, 2017. Vol. 56 (2), pp. 450—463. doi:10.1007/s10943-016-0188-9
17. Berry J.W. et al. Dispositional forgivingness: Development and construct validity of the transgression narrative test of forgivingness (TNTF). *Personality and Social Psychology Bulletin*, 2001. Vol. 27 (10), pp. 1277—1290. doi:10.1177/01461672012710004
18. Berry J.W. et al. Forgivingness, vengeful rumination, and affective traits. *Journal of Personality*, 2005. Vol. 73 (1), pp. 183—225. doi:10.1111/j.1467-6494.2004.00308.x
19. Brown R. Measuring individual differences in the tendency to forgive: Construct validity and links with depression. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 2003. Vol. 29 (6), pp. 759—771. doi:10.1177/0146167203029006008
20. Enright R.D. Psychological science of forgiveness: Implications for psychotherapy and education. Presented at the Conference, Neuroscience and Moral Action: Neurological Conditions of Affectivity, Decisions, and Virtue. Pontificia Universita della Santa Croce. Rome, Italy. February 28, 2011. Available at: [https://www.researchgate.net/publication/266879605\\_Psychological\\_Science\\_of\\_Forgiveness\\_Implications\\_for\\_Pschotherapy\\_and\\_Education](https://www.researchgate.net/publication/266879605_Psychological_Science_of_Forgiveness_Implications_for_Pschotherapy_and_Education) (Accessed 11.11.2018).
21. Enright R.D. The Human Development Study Group. The moral development of forgiveness. In W.M. Kurtines, J.L. Gewirtz (eds.). *Handbook of moral behavior and development. Vol. 1: Theory*. Hillsdale, NJ: LEA, 1991, pp. 123—152.
22. Enright R.D., Freedman S., Rique J. The psychology of interpersonal forgiveness. In R.D. Enright & J. North (eds.). *Exploring forgiveness*. Madison: The University of Wisconsin Press, 1998, pp. 46—62.
23. Goldberg L.R. The development of markers for the Big-Five factor structure. *Psychological Assessment*, 1992. Vol. 4 (1), pp. 26—42. doi:10.1037/1040-3590.4.1.26
24. Marks M. et al. A Function of Forgiveness: Exploring the Relationship Between Negative Mood and Forgiving. *SAGE Open*, 2013. Vol. 3 (4), pp. 1—9. doi:10.1177/2158244013507267

25. McCullough M.E., Kurzban R., Tabak B.A. Cognitive systems for revenge and forgiveness. *The Behavioral and Brain Sciences*, 2013. Vol. 36 (1), pp. 168—190. doi:10.1017/S0140525X11002160
26. McNulty J.K. The dark side of forgiveness: the tendency to forgive predicts continued psychological and physical aggression in marriage. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 2011. Vol. 37 (6), pp. 770—783. doi:10.1177/0146167211407077
27. Mullet E., Girard M. Developmental and cognitive points of view on forgiveness. In M.E. McCullough, K.I. Pargament, C.E. Thorsen (eds.). *Forgiveness: Theory, research, and practice*. New York: Guilford, 2000, pp. 111—132.
28. Ricciardi E. et al. How the brain heals emotional wounds: the functional neuroanatomy of forgiveness. *Frontiers in Human Neuroscience*, 2013. Vol. 7, pp. 1—9. doi:10.3389/fnhum.2013.00839
29. Tenklova L., Slezackova A. Differences between Self-forgiveness and Interpersonal Forgiveness in Relation to Mental Health. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 2016. Vol. 42 (2), pp. 281—289.
30. Thompson L.Y. et al. Dispositional forgiveness of self, others, and situations. *Journal of personality*, 2005. Vol. 73 (2), pp. 313—359.
31. Weissman M., Markowitz J., Klerman G. Clinician's guide to interpersonal psychotherapy. Oxford; New York: Oxford University Press, 2007. 183 p.
32. Worthington E.L. Jr. et al. Forgiveness, health, and well-being: A review of evidence for emotional versus decisional forgiveness, dispositional forgivingness, and reduced unforgiveness. *Journal of Behavioral Medicine*, 2007. Vol. 30 (4), pp. 291—302. doi:10.1007/s10865-007-9105-8

## ЭМОЦИОНАЛЬНО-СМЫСЛОВОЕ ОТНОШЕНИЕ ДЕВУШЕК К МАТЕРИНСТВУ

**БУРМЕНСКАЯ Г.В.\***,

Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова,  
Москва, Россия,  
burmenska@list.ru

**АЛМАЗОВА О.В.\*\***,

Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова,  
Москва, Россия,  
almaz.arg@gmail.com

**КАРАБАНОВА О.А.\*\*\***,

Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова,  
Москва, Россия,  
okarabanova@mail.ru

### Для цитаты:

*Бурменская Г.В., Алмазова О.В., Карabanова О.А., Захарова Е.И., Долгих А.Г., Молчанов С.В., Садовникова Т.Ю.* Эмоционально-смысловое отношение девушек к материнству // Консультативная психология и психотерапия. 2018. Т. 26. № 4. С. 46—64. doi: 10.17759/cpp.2018260404

\* *Бурменская Галина Васильевна*, кандидат психологических наук, доцент кафедры возрастной психологии факультета психологии, Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, Москва, Россия, e-mail: burmenska@list.ru

\*\* *Алмазова Ольга Викторовна*, кандидат психологических наук, доцент кафедры возрастной психологии факультета психологии, Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, Москва, Россия, e-mail: almaz.arg@gmail.com

\*\*\* *Карabanова Ольга Александровна*, доктор психологических наук, профессор кафедры возрастной психологии факультета психологии, Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, Москва, Россия, e-mail: okarabanova@mail.ru

**ЗАХАРОВА Е.И.\*\*\*\*,**

Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова,  
Москва, Россия,  
e-i-z@yandex.ru

**ДОЛГИХ А.Г.\*\*\*\*\*,**

Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова,  
Москва, Россия,  
ag.dolgikh@mail.ru

**МОЛЧАНОВ С.В.\*\*\*\*\*,**

Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова,  
Москва, Россия,  
s-molch2001@mail.ru

**САДОВНИКОВА Т.Ю.\*\*\*\*\*,**

Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова,  
Москва, Россия  
tatsadov@yandex.ru

Проведен анализ условий формирования эмоционально-смыслового отношения к материнству у девушек студенческого возраста в связи с актуальной для современного российского общества проблемой низкой рождаемости и неоднозначного отношения молодежи к родительству. Представлены результаты эмпирического исследования (N=230), в котором выделены пять типов отношения девушек к материнству и показана их связь с особенностями детско-родительского взаимодействия в родительской семье. Неблагоприятная тенденция негативного и амбивалентного отношения к материнству выявлена у значительной части обследованной выборки. Формированию позитивных эмоционально-смысловых установок в отношении рождения детей у девушек способствуют родительское принятие, сотрудничество, близость,

\*\*\*\* *Захарова Елена Игоревна*, доктор психологических наук, доцент кафедры возрастной психологии факультета психологии, Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, Москва, Россия, e-mail: e-i-z@yandex.ru

\*\*\*\*\* *Долгих Александра Георгиевна*, научный сотрудник лаборатории политической психологии факультета психологии, Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, Москва, Россия, e-mail: ag.dolgikh@mail.ru

\*\*\*\*\* *Молчанов Сергей Владимирович*, кандидат психологических наук, доцент кафедры возрастной психологии факультета психологии, Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, Москва, Россия, e-mail: s-molch2001@mail.ru

\*\*\*\*\* *Садовникова Татьяна Юрьевна*, кандидат психологических наук, доцент кафедры возрастной психологии факультета психологии, Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, Москва, Россия, e-mail: tatsadov@yandex.ru



согласие, а также авторитетность родителей и удовлетворенность отношениями с ними. Дисгармоничные детско-родительские отношения чаще обнаруживаются у девушек, отвергающих материнскую роль. Рассмотрена роль сиблинговой позиции, а также фактор проживания девушек совместно с родителями либо раздельно.

**Ключевые слова:** материнство, родительская позиция, характеристики детско-родительского взаимодействия, тип отношения к материнству, период вхождения во взрослость, сиблинговая позиция.

Актуальная для России и многих других стран проблема низкой рождаемости в настоящее время активно исследуется не только в рамках демографии, социологии, экономики и медицины, но и в психологии. Установлено, что решение молодых людей стать родителями или отказаться от этого жизненно важного шага в действительности связано с множеством социальных, экономических и психологических предпосылок, действующих на трех базовых уровнях общественной системы: 1) отдельного человека или семейной пары; 2) внутри- и внесемейных социальных связей; 3) культурных и общественных институтов [1]. Среди психологических аспектов проблемы рождаемости один из основных и к настоящему времени недостаточно изученных — это вопрос о тех условиях, которые способствуют (либо препятствуют) формированию *эмоционально-смыслового отношения* к принятию на себя роли родителя.

Особую важность изучению отношения молодежи к родительству в современном российском обществе придают такие тенденции и явления, как снижение рождаемости, откладывание деторождения и позднее родительство, отказ от рождения детей по мотивам гедонистического характера (*childfree*), неразвитость и слабость родительской мотивации во многих молодых семьях, рост разводов и неполных семей, отказ от заботы о детях и девиантное родительство, неприемлемо широкое распространение социального сиротства и др. [3; 4]. Вместе с возрастанием значимости для молодежи мотивации личных достижений, независимости и профессиональной самореализации происходит снижение субъективной ценности материнства и отцовства, их общественного признания, что закономерно приводит к неблагоприятной демографической ситуации и дает основания для еще более тревожных прогнозов относительно рождаемости в обозримом будущем.

При всей важности социальных, социокультурных и экономических предпосылок формирования родительской позиции следует признать центральное значение ее *эмоционально-смысловой*, т. е. субъективно-психологической составляющей, о росте внимания к которой свидетельствуют исследования и публикации последних лет [4; 5]. Психоло-

гическая готовность человека к родительству в них рассматривается как сложное образование, включающее когнитивный, личностный и эмоциональный компоненты и направленное на «помогающее поведение» [4]. Готовность к родительству предполагает принятие родительской роли, осознание себя родителем, а также приоритетность родительской сферы в иерархии мотивов и жизненных планов (там же).

Процесс формирования отношения к родительству и присвоения роли матери начинается на самых ранних этапах детства и в значительной своей части происходит в условиях родительской семьи, при непосредственном ее влиянии. Тесное общение и взаимодействие в семье в детский период жизни служит источником формирования системы отношений во взрослом возрасте, включая базовые эмоциональные установки и жизненные планы, в том числе и образцы для собственного родительского поведения [7; 8]. Исследования показывают, что уже у большинства подростков имеется определенное представление о содержательной стороне родительства и даже начинает складываться предпочтение одной из его конкретных моделей (родительство традиционное, солидарное, делегирующее и неопределенное) [2]. В период взросления проблема создания семьи и рождения детей встает перед молодыми людьми (особенно перед девушками) как нормативная, т. е. обязательная задача возраста и требует от них выработки продуманной и осознанной позиции.

В контексте вопроса о формировании отношения к материнству в литературе обсуждается влияние целого ряда психологических факторов: общие установки родительской семьи, передаваемые путем межпоколенного наследования; характер внутрисемейных взаимоотношений; индивидуально-личностные особенности девушек и многое другое.

К примеру, предметом специальных исследований стал вопрос о зависимости отношения девушек и молодых женщин к материнству от фактора *принятия* либо *отвержения* в родительской семье [5]. Было показано, что накопленный девушками в детстве и подростковом возрасте опыт принятия/отвержения со стороны собственной матери играет роль важного условия, определяющего их родительскую позицию. Материнское принятие способствует эмоционально-позитивному отношению девушек к собственному материнству в будущем и реальному планированию семьи. Напротив, отвержение приводит к отрицательному восприятию материнской роли — вплоть до последующего полного отказа дочерей от нее в пользу альтернативного жизненного пути, связанного с выбором профессиональной карьеры.

Это исследование получило продолжение в анализе *когнитивно-личностных* предпосылок отношения девушек к материнству, в частности, их *базисных представлений о мире* [11]. Последние, согласно концепции Р. Янофф-Бульман [10], включают в себя имплицитную оценку окружающего мира с точки зрения его доброжелательности, справедливости, управ-

ляемости и ряда иных характеристик, которые в совокупности во многом определяют целостный образ будущего и временную перспективу человека. Сравнительный анализ базисных убеждений у девушек с разным отношением к материнству показал, что влияние имплицитных представлений распространяется и на планирование девушками личной и семейной жизни. Позитивное отношение к материнской роли формируется, как правило, на фоне восприятия мира как доброжелательного и справедливого, а отвергающее — на фоне видения мира как враждебного и несправедливого. При этом образ Я в картине мира также весьма значим: позитивное отношение к возможному материнству имеет тесные связи с ощущением самооценности, а отрицательное — с низким самоуважением и негативным образом Я [11].

Проблема формирования отношения к материнству затрагивается также в контексте изучения *преемственности отношений в семье* и раскрывается как процесс воспроизведения родительских установок последующими поколениями взрослых членов семьи [8]. Но какова роль межпоколенных связей в семье на этапе *вхождения во взрослость*, когда переход девушек к самостоятельной ответственной жизни еще только совершается, но уже необходимо определять свои планы относительно профессии и карьеры, создания семьи и рождения детей, установив для себя приоритетность этих задач? Какова специфика условий формирования родительской позиции в четко очерченной социальной и возрастной группе девушек-учащихся вуза? Эти вопросы и стали предметом данного исследовательского проекта.

**Цель** исследования — изучение особенностей отношения к материнству девушек в период вхождения во взрослость и их связи с характером детско-родительских взаимоотношений в родительской семье. *Гипотезой* служило предположение, что характер взаимоотношений с родителями имеет значимые отличительные черты в группах девушек с разным типом отношения к роли матери.

**Задачи** исследования включали: 1) изучение особенностей отношения к родительской позиции матери у девушек студенческого возраста; 2) сравнительный анализ роли матери и отца в формировании у девушек отношения к материнству; 3) определение роли сиблинговой позиции в формировании отношения к материнству; 4) сопоставление типов отношения к материнству у девушек-студенток из столицы и регионального центра.

## Метод

**Выборка.** В исследовании приняли участие девушки и молодые женщины (N = 230) в возрасте от 17 до 23 лет (M = 19,5 лет), студентки вузов г. Москвы и Курска (по 115 человек из каждого города).

**Методики.** Определение типа отношения девушек к материнству проводилось на основе проективной методики «Незавершенные предложения». Был разработан набор из 12 незавершенных предложений, индуцирующих высказывания по четырем темам: 1) отношение к материнству и роли родителя («Рождение ребенка станет для меня...»); 2) самоотношение («Я как мать ...»); 3) жизненные планы, связанные с материнством и профессиональной карьерой («При выборе между профессиональной карьерой и материнством...»); 4) представления о материнстве («Заботиться о ребенке мне...») [5].

С помощью опросника И.М. Марковской оценивался характер *взаимодействия* в родительской семье на основе шкал «требовательность родителя», «строгость родителя», «контроль», а также восприятие девушками своих *взаимоотношений* с обоими родителями по шкалам «эмоциональная близость к родителю», «принятие», «сотрудничество», «согласие», «последовательность», «авторитетность родителя» и «удовлетворенность отношениями» [6].

При обработке данных использовался пакет статистических программ SPSS 20.0. (описательная статистика, анализ надежности, корреляционный анализ, непараметрические методы сравнения двух и нескольких независимых, а также связанных выборок).

## Результаты и обсуждение

**Типы отношения к родительской позиции матери.** Анализ результатов методики «Незавершенные предложения» позволил определить пять типов отношения девушек к родительской позиции матери. Рассмотрим особенности выделенных у участниц исследования типов отношения к материнству, ранжированных в порядке снижения значимости материнской роли.

**Тип 1: Приоритет и принятие материнской роли.** Почти треть выборки (29,6%) респондентов считают материнство приоритетной сферой жизни и заявляют о желании стать матерями в ближайшие несколько лет, считая эту задачу более актуальной, чем профессиональная карьера. Примеры характерных высказываний: «При выборе между профессиональной карьерой и материнством — однозначно выберу материнство... материнство важнее... я выберу материнство». «Мои планы на ближайшие несколько лет — выйти замуж и родить ребенка... стать мамой». «Заботиться о ребенке мне — в удовольствие... хочется уже сейчас... будет несложно».

**Тип 2: Положительное отношение, но отложенное родительство.** Определенно положительное отношение к перспективе стать матерью продемонстрировали 23,6% участниц исследования. Материнство вос-

принимается ими как счастливое событие, например: «Рождение ребенка станет для меня *счастьем... самым важным событием... грандиозным событием...*». «Заботиться о ребенке мне *в радость... нравится...*». Однако, несмотря на высокую позитивную значимость материнства, в ближайшие планы оно не входит, приоритет отдается получению образования и утверждению в профессии, например: «Мои планы на ближайшее будущее — *образование... закончить учебу, устроиться на работу... учеба, наука*». «Для меня материнство — *счастье, но не сейчас... что-то желанное и далекое пока*». Подобная позиция, очевидно, в значительной мере обусловлена нежеланием прерывать учебу в вузе.

*Тип 3: Материнство как должностовование.* Это наименьшая по численности группа девушек (11,1% выборки). Высказывая положительное эмоциональное отношение к материнской роли, респондентки воспринимают ее скорее как нечто обязательное, своего рода высокий долг, должностование. Такое отношение к материнству иллюстрируют следующие высказывания: «Для меня материнство — *смысл жизни женщины... интересная и сложная задача*». «Заботиться о ребенке — *надо... необходимо... будет нужно... обязательно*». «Воспитание ребенка — *необходимо... сложно и ответственно...*». Осознание сложности и ответственности материнской роли может свидетельствовать о наличии некоторой доли амбивалентности в этом типе отношения к материнству — амбивалентности, которая наиболее отчетливо проявляется в следующей группе участниц исследования.

*Тип 4: Амбивалентное отношение и отложенное родительство.* Признавая значимость и привлекательность материнской роли, девушки в этой группе, составившей 22,2% выборки, демонстрировали неуверенность в своей готовности выполнять материнские функции и сконцентрированы на этой задаче. Для них характерны такие высказывания, как «Воспитание ребенка — *сложная задача... самый тяжелый труд... трудный... энергозатратный процесс... то, с чем я боюсь не справиться*». «Для меня материнство — *это пугающе... жуткая ответственность... приятно и страшно одновременно*». Амбивалентное отношение к материнству сочетается со стремлением отложить родительство на более поздние сроки.

*Тип 5: Отвержение материнства и материнской роли.* Негативное отношение к материнской роли и неготовность осуществлять материнские функции обнаружили 13,4% участниц исследования. В характерных для этой группы высказываниях девушек звучало явное нежелание принять на себя материнские заботы в обозримой жизненной перспективе: «Для меня материнство — *непривлекательно... это не про меня*». «Заботиться о ребенке мне — *не хочется... надеюсь, не придется... неблагоприятное дело*». «Рождение ребенка станет для меня — *концом беззаботной жизни... катастрофой*».

Таким образом, определенно позитивное эмоциональное отношение к возможному будущему материнству обнаруживают менее трети выборки девушек (почти 30% относятся к 1-му типу). При этом каждая седьмая (13,4%) склонна вообще отказаться от таких жизненных планов (5-й тип). Особого внимания заслуживает наиболее представительная часть выборки (57%), объединяющая девушек, которые по разным мотивам откладывают планы рождения детей на будущее — ближайшее, далекое или неопределенное (2—4-й типы).

Сравнение распределения типов отношения к материнству среди жительниц гг. Москвы и Курска обнаружило интересные особенности: полностью совпадают доли девушек с амбивалентным и отвергающим отношением к материнству, тогда как приоритетное отношение к рождению детей явным образом преобладает у москвичек. Жительницы Курска чаще москвичек рассматривают рождение ребенка как необходимое, но требующее отсрочки. Полученные результаты показывают, что фактор *места проживания* — в столице, либо таком крупном провинциальном центре, как г. Курск — не сказывается на распространенности позиции *отказа* девушек от материнской роли. Однако на планы *рождения* детей этот фактор влияет: позиция приоритетного отношения к материнству среди москвичек встречалась почти в два раза чаще, чем в Курске (37,4% против 18,3%). Можно полагать, что более высокий социально-экономический уровень жизни в столице позволяет девушкам с большей уверенностью планировать рождение ребенка. Эти данные хорошо согласуются с мнением социологов о том, что среди жителей Москвы бездетность — чаще добровольная, тогда как среди жителей российских регионов она в большей степени носит вынужденный характер [3].

**Особенности детско-родительских отношений у девушек с разным типом материнской позиции.** Проверка внутренней согласованности данных опросника ВРР [6] на основе коэффициента альфа Кронбаха показала их весьма высокую надежность по шкалам принятия, авторитетности и удовлетворенности ( $\alpha=0,855$  и более) и высокую и удовлетворительную — по остальным шкалам (от  $\alpha=0,624$  и выше).

Сравнение показателей детско-родительского взаимодействия у девушек с пятью разными типами отношения к материнству обнаружило множественные статистически значимые различия (табл. 1).

Наиболее показательным оказалось сопоставление двух контрастных групп — девушек с приоритетным (1-й тип) и отвергающим (5-й тип) отношением к материнству (профили детско-материнского взаимодействия представлены на рис. 1). Девушки, отвергающие материнскую роль, воспринимают своих матерей как более строгих и значительно менее близких им, менее принимающих, менее склонных к сотрудничеству и авторитетных по сравнению с теми, кто отдает приоритет материнству.

Таблица 1

**Значимость различий между параметрами детско-родительских отношений в группах девушек с приоритетным (1-й тип) и отвергающим (5-й тип) отношением к материнству**

Параметры детско-родительских отношений (с матерями)	Тип отношения к материнству	Отношения девушек с матерями			Отношения девушек с отцами		
		Средний ранг	Критерий U Манна — Уитни	Уровень значимости	Средний ранг	Критерий U Манна — Уитни	Уровень значимости
Требовательность	Тип 1	49,19			38,96		
	Тип 5	40,36	724,000	0,142	39,09	603,000	0,982
Строгость	Тип 1	44,27			36,73		
	Тип 5	51,61	753,000	0,223	44,68	480,000	0,157
Контроль	Тип 1	46,89			38,99		
	Тип 5	46,89	871,000	0,832	39,02	604,500	0,995
Эмоциональная близость	Тип 1	52,50			42,70		
	Тип 5	32,79	512,000	<b>0,001</b>	29,75	401,500	<b>0,021</b>
Принятие	Тип 1	52,28			44,18		
	Тип 5	33,29	526,000	<b>0,002</b>	26,05	320,000	<b>0,001</b>
Сотрудничество	Тип 1	53,02			43,45		
	Тип 5	31,61	479,000	<b>0,000</b>	27,89	360,500	<b>0,006</b>
Согласие	Тип 1	48,82			42,65		
	Тип 5	41,20	747,500	0,203	29,89	404,500	<b>0,023</b>
Последовательность	Тип 1	48,63			41,05		
	Тип 5	41,63	474,000	0,245	33,86	492,000	0,200
Авторитетность	Тип 1	53,09			40,76		
	Тип 5	31,43	759,500	<b>0,000</b>	34,59	508,000	0,273
Удовлетворенность отношениями	Тип 1	52,73			41,98		
	Тип 5	32,27	497,500	<b>0,001</b>	31,55	441,000	0,062

Анализ ответов девушек по отдельным пунктам опросника позволил конкретизировать эти различия: они касаются желания дочерей советоваться с родителями, делиться переживаниями и высказывать свое мнение. Значительно различаются указанные группы девушек по тому, встречают ли они со стороны своих матерей уважение по отношению к их взглядам и интересам, поддержку стремления к самостоятельности. Особенно яркие различия касаются сотрудничества и родительского принятия: девушки, ориентированные на материнство (1-й тип), воспринимают своих матерей как осязаемый источник поддержки и по-

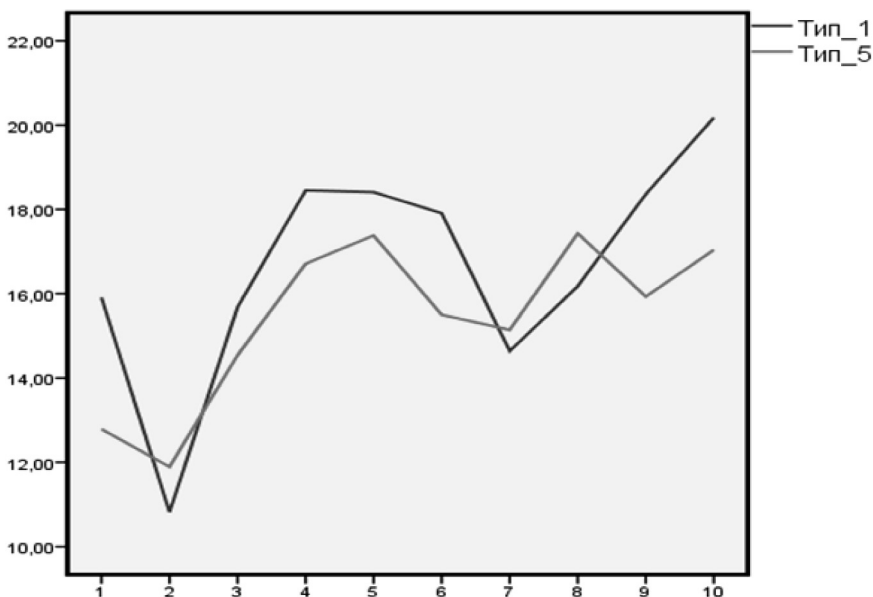


Рис. 1. Профиль детско-родительских отношений девушек с матерями в группах с приоритетной (1-й тип) и отвергающей (5-й тип) позицией в отношении материнства.

Показатели детско-родительских отношений девушек с матерями: 1) требовательность родителя; 2) строгость родителя; 3) контроль; 4) эмоциональная близость к родителю; 5) принятие; 6) сотрудничество; 7) согласие; 8) последовательность; 9) авторитетность родителя; 10) удовлетворенность отношениями

зитивной оценки, тогда как в противоположной группе (5-й тип) с образом матери связаны критичность и неодобрение дочерей. Строгость родителей связана с негативным отношением дочерей к собственному материнству. В совокупности все эти факторы обуславливают принципиально разный уровень авторитетности фигуры матери и разную степень удовлетворенности отношениями с ними.

Сравнительный анализ взаимоотношений девушек с *отцами* и *матерями* показал заметно большие возможности влияния матерей на позицию дочерей в вопросах личной и семейной жизни. Так, в целом по выборке матери воспринимаются (по сравнению с отцами) как более требовательные, контролирующие, но одновременно и более близкие, авторитетные и сотрудничающие (различия по критерию Уилкоксона значимы на уровне от  $p=0,000$  до  $p=0,005$ ). Родители мало различаются между собой в глазах дочерей по уровню строгости, принятия и воспитательной последовательности, однако степень *удовлетворенности* взаимо-



отношениями с матерями у девушек (в целом по выборке) намного выше, чем с отцами ( $p=0,000$ ).

Существенную роль в характере взаимоотношений девушек с родителями также играл и *фактор их совместного* (группа 1) либо *раздельного* (группа 2) *проживания*. При сравнении этих групп были установлены статистически высоко значимые различия по *пяти* параметрам взаимодействия респондентов с родителями (от  $p=0,005$  до  $p=0,032$  по критерию Манна—Уитни) и по двум — на уровне тенденции. Прежде всего различия касались степени *контроля* и *принятия*. Соотношение этих различий было следующим: девушки, проживающие *вместе* с родителями, оценивали требовательность, строгость и контроль своих родителей как более высокие (различия статистически значимы); и, напротив, показатели эмоциональной близости, принятия, сотрудничества, согласия, последовательности, авторитетности родителей и удовлетворенности отношениями были значимо ниже, чем у их сверстниц, живущих самостоятельно, без родителей. Различия между группами были незначимы только относительно показателей последовательности, требовательности и строгости матерей.

Подобная закономерность имела место в отношениях девушек как с матерями, так и с отцами. Анализ ответов в конкретных пунктах опросника показал, что позитивное восприятие дочерями взаимоотношений с родителями базировалось, главным образом, на признании последними самостоятельности, отсутствии мелочного контроля, на внимании и уважении («родители могут признать свою неправоту и извиниться передо мной»), а также наличии общих взглядов. По данным социологического опроса в 2015 г., среди 18—24-летних респондентов раздельное проживание родителей и взрослых детей приветствуют 67% опрошенных [9]. Девушек и молодых людей привлекает освобождение от жесткого контроля со стороны родителей, которое, по их мнению, приводит к уменьшению конфликтов. В этой ситуации родители отмечают большее желание детей прислушиваться к их советам. Обе стороны признают, что отделение от родительской семьи дает возможность повзрослевшим детям раньше стать самостоятельными, начать отвечать за свои поступки и решения.

Но сказывается ли фактор совместного либо раздельного проживания на отношении девушек *к материнской роли*? Результаты показали, что в группе с приоритетным отношением к роли матери (1-й тип) явным образом преобладают девушки, живущие отдельно от родителей. Напротив, в группе с отвергающим отношением к материнству больше девушек, живущих вместе с родителями. Что касается позиции отложенного родительства (2—4-й типы), то она не имеет однозначной связи с фактором проживания «вместе—раздельно». Таким образом, прослеживается тенденция: отдельное проживание девушек чаще сопряжено с их

большей самостоятельностью — как реальной, фактической, так и субъективно ощущаемой, что, в свою очередь, помогает их самоопределению в вопросе о материнстве и принятию ими этой роли.

**Роль сиблинговых отношений в становлении материнской позиции.** Еще одним фактором в структуре родительской семьи, способным оказывать влияние на формирование того или иного отношения к материнству, служит сиблинговая позиция. Большая часть участниц исследования (около 90%) либо были единственными детьми в родительской семье, либо имели одного брата или сестру. В связи с этим нами будут рассмотрены три сиблинговые позиции: единственный, старший и младший ребенок в семье.

На рис. 2 представлено процентное соотношение девушек, имеющих разную сиблинговую позицию в группах, объединенных по типу отношения к материнству. Можно видеть, что:

1) у девушек, которые были единственными детьми в своей семье, чаще, чем при других сиблинговых позициях, встречается приоритетное позитивное и амбивалентное отношение к материнству;

2) у девушек, которые были старшими в родительской семье, чаще, чем при других сиблинговых позициях, наблюдается отвержение материнства;

3) у девушек, которые были младшими в родительской семье, чаще встречается положительное отношение, отложенное родительство и реже — материнство как долженствование, чем при других сиблинговых позициях.

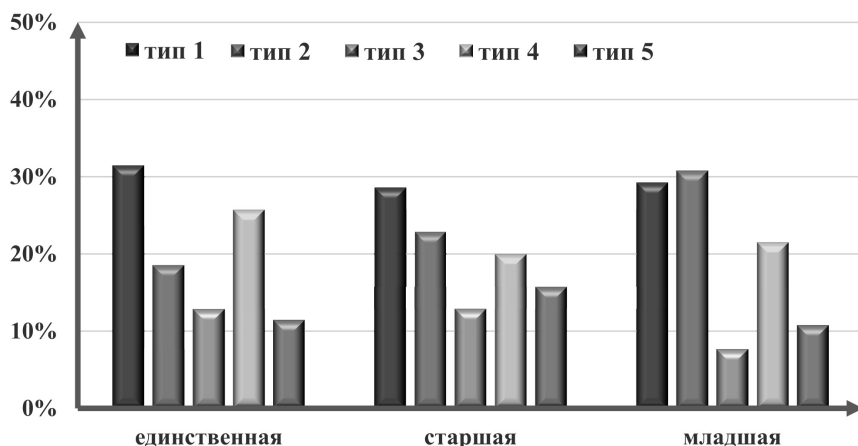


Рис. 2. Процентное соотношение девушек, имеющих разную сиблинговую позицию, в группах, объединенных по типу отношения к материнству

Полученные результаты представляются нам во многом закономерными. Тот факт, что для единственных дочерей материнство чаще, чем в других случаях, бывает позитивно принимаемым и амбивалентным родительством, но реже — отложенным, может быть связан с тем обстоятельством, что именно на них полностью фокусируются родительское внимание, любовь, забота и контроль. В зависимости от характера родительского отношения это может приводить как к безусловному принятию материнской роли, так и к неоднозначному к ней отношению.

Более частое отвержение материнства старшими дочерьми может быть вызвано тем, что в детстве родители перекладывали часть обязанностей по воспитанию и уходу за младшими детьми на старшую дочь.

Реже встречающийся тип материнства—долженствования и более распространенное отложенное родительство у младших детей в семье мы связываем с тем, что на младших родители и другие члены семьи в меньшей степени оказывают давление в отношении реализации родительской роли, ведь, как известно, внуков прежде всего ждут от старших детей. Кроме того, младший ребенок в семье обычно не имеет опыта «родительской» заботы о сиблинге, в силу чего над ним не довлеет социальный долг и обязательство в отношении ухода и присмотра за братом и сестрой.

Если же остановиться более подробно на девушках, имеющих брата или сестру, и рассмотреть особенности отношения к материнству с учетом *пола* сиблинга и *порядка* его рождения (рис. 3), то можно отметить три тенденции:

1) девушки, имеющие старшего брата или младшую сестру, чаще обнаруживают позитивно-принимающее отношение к материнству и реже — амбивалентное отношение либо отвержение материнской роли;

2) при наличии младшего брата все типы отношения к материнству встречаются практически одинаково часто, при этом материнство как долженствование чаще всего отмечается именно в этом случае;

3) имеющие старшую сестру девушки реже всего имеют приоритетно-принимающий тип отношения к материнству и чаще всего — отложенное родительство (как при позитивном отношении к материнству, так и при его отвержении).

Можно предположить, что преобладание позитивно-принимающего отношения к материнству в случае, когда респонденты имели старшего брата или младшую сестру, связано с позитивным опытом моделирования гендерных семейных ролей: старший брат защищает, заботится, оберегает младшую сестру, обеспечивая «сильный тыл» в самоопределении в материнстве за счет уверенности в поддержке со стороны будущего супруга, а реализация роли старшей сестры позволяет «примерить» на себя роль родителя и обрести эмоционально-положительный опыт заботы и помощи младшим.

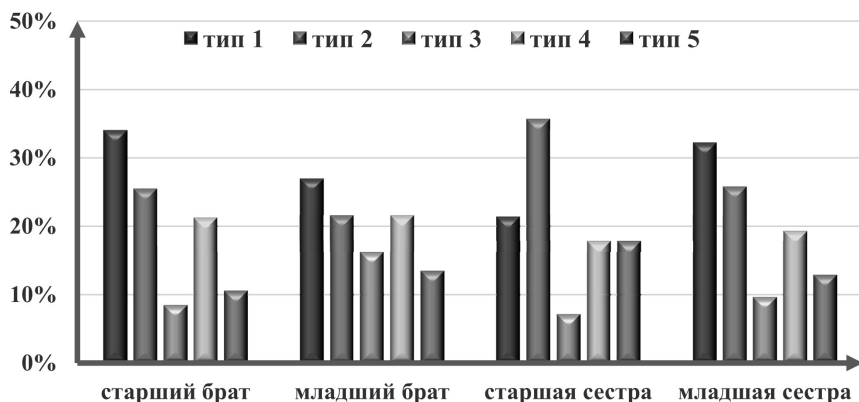


Рис. 3. Процентное соотношение девушек, имеющих старшего/младшего сиблинга, в группах с разным типом отношения к материнству

## Выводы

Эмоционально-смысловое отношение девушек студенческого возраста к родительству и материнской роли существенно различается и варьируется от уверенно положительного (приоритет материнства у 29,6%) через позитивно-отложенное (23,6%) и материнство как должностовование (11,1%) до амбивалентного (22,2%) и негативного, осознанно отвергающего (13,4%). Неблагоприятная тенденция негативного и амбивалентного отношения к материнству выявлена у более чем трети обследованной выборки (35,6%).

В основе разных типов отношения к материнству лежит специфичный для студенческого возраста конфликт между мотивами создания семьи и рождения детей, с одной стороны, и мотивами получения образования и профессии — с другой. Высокая значимость образования и профессиональной карьеры, побуждаемая мотивами личных достижений, а также материальной независимости и самореализации, диктует *откладывание* рождения ребенка на близкую или отдаленную перспективу (57% выборки). Полученные данные подтверждают тенденцию снижения субъективной значимости материнства среди девушек-студенток как особой социальной группы.

Характер *взаимоотношений* девушек с родителями выступает как одно из важных условий, определяющих их позицию относительно материнства. Формированию позитивных эмоционально-смысловых установок в отношении рождения детей способствуют такие качества детско-родительских отношений, как склонность к *сотрудничеству*, *близость*, *согла-*

сие и авторитетность родителей, но особенно явно — *принятие* и общая *удовлетворенность* отношениями. Напротив, низкие значения по названным параметрам, придающие взаимоотношениям дисгармоничный характер, обнаруживаются преимущественно у девушек, отвергающих для себя материнскую роль. *Строгость* родителей также связана с негативным отношением дочерей к собственному материнству. Несмотря на вполне определенные различия в характере взаимоотношений с матерями и отцами (последние менее близки и авторитетны), в вопросе о материнстве для дочерей значимы отношения с *обоими* родителями.

Существенную роль в характере взаимоотношений девушек с родителями играет *фактор их совместного либо раздельного проживания*. Девушки, проживающие *вместе* с родителями, оценивали требовательность, строгость и контроль своих родителей как более высокие, а показатели эмоциональной близости, принятия, сотрудничества, согласия, авторитетности родителей и удовлетворенности отношениями с ними — как более низкие, чем их сверстницы, живущие самостоятельно, без родителей. Совместное проживание взрослых дочерей с родителями во многих случаях негативно сказывается на их взаимоотношениях.

Девушки, проживающие отдельно от родителей, обнаруживают тенденцию к большей самостоятельности и склонности к позитивному самоопределению в вопросе о принятии материнской позиции.

Сравнение отношения к материнству у девушек-студенток из *столицы* и *регионального центра* показало, во-первых, равно значительную долю осознанно отвергающих материнство (15%) в обеих выборках и, во-вторых, заметно меньшее число девушек из Курска, позитивно относящихся к материнству, по сравнению с жительницами столицы. Указанное различие предположительно обусловлено более высоким социально-экономическим уровнем жизни в столице, который позволяет девушкам студенческого возраста более уверенно планировать рождение ребенка.

Порядок рождения и пол сиблинга обнаруживают определенную связь с характером отношения девушек к материнству. Позиция единственного ребенка чаще сочетается с безусловно-положительным и амбивалентным отношением к роли матери. Отвержение материнской роли чаще встречается в случае сиблинговой позиции старшего ребенка, а для позиции младшего ребенка характерно отложенное материнство, при этом достаточно редко встречается установка на родительство как должностование.

### **Благодарности**

Исследование выполнено при финансовой поддержке Российского фонда фундаментальных исследований, проект 17-06-00825 «Личностные и семейные фак-

торы формирования родительской позиции матери у девушек в период вхождения во взрослость».

## ЛИТЕРАТУРА

1. *Бальбо Н., Биллари Ф., Миллс М.* Рождаемость в развитых странах: обзор исследований [Электронный ресурс] // Демографическое обозрение. 2017. Т. 4. № 2. С. 133—195. URL: <https://doi.org/10.17323/demreview.v4i2.7107> (дата обращения: 25.07.2018).
2. *Безрукова О.Н.* Модели родительства и родительский потенциал: межпоколенный анализ // Социологические исследования. 2014. № 9. С. 85—97.
3. *Вильданова С. М., Граничная А. А., Мингалиева А. Р., Саяхиева Л.М.* Тенденции распространения ценностей чайлдфри в России и их влияние на кризис института семьи // Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены. 2017. № 3. С. 192—205.
4. *Захарова Е.И.* Условия становления негативного отношения современных женщин к материнской роли // Культурно-историческая психология. 2015. № 1. С. 44—49.
5. *Карabanова О.А., Бурменская Г.В., Захарова Е.И., Алмазова О.В., Долгих А.Г., Молчанов С.В., Садовникова Т.Ю.* Типы отношения к материнству и родительской позиции у девушек в период вхождения во взрослость [Электронный ресурс] // Психологические исследования. 2017. Т. 10. № 56. С. 9. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 20.07.2018).
6. *Марковская И.М.* Тренинг взаимодействия родителей с детьми. СПб.: Речь, 2005. 150 с.
7. *Савина Е.А.* Детерминанты родительского отношения // Родители и дети: Психология взаимоотношений / Под ред. Е.А. Савиной, Е.О. Смирновой. М.: «Когито-Центр», 2003. С. 51—65.
8. *Сапоровская М.В.* Исследование межпоколенных связей в семейном контексте [Электронный ресурс] // Психологические исследования. 2008. № 2 (2). URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 22.04.2018).
9. *Тындик А.* Демографическая повестка современной России: структура и воспроизводство населения. М.: Издательский дом «Дело» РАНХиГС, 2015. 96 с.
10. *Janoff-Bulman R.* Shattered assumptions: Towards a new psychology of trauma. New York: Free Press, 1992. 256 p.
11. *Karabanova O.A. et al.* Assumptions As A Basis For Attitude Forming To Mother's Position In Girls // The European Proceedings of Social & Behavioural Sciences (EpSBS). № XLIII. P. 634—642.

## GIRLS' EMOTIONAL AND MEANINGFUL ATTITUDE TO MOTHERHOOD

G.V. BURMENSKAYA\*,  
Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russia,  
burmenska@list.ru

O.V. ALMAZOVA\*\*,  
Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russia,  
almaz.arg@gmail.com

O.A. KARABANOVA\*\*\*,  
Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russia,  
okarabanova@mail.ru

E.I. ZAKHAROVA\*\*\*\*,  
Lomonosov Moscow State University,  
Moscow, Russia,  
e-i-z@yandex.ru

A.G. DOLGIKH\*\*\*\*\*,  
Lomonosov Moscow State University,  
Moscow, Russia,  
ag.dolgikh@mail.ru

### For citation:

Burmenskaya G.V., Almazova O.V., Karabanova O.A., Zakharova E.I., Dolgikh A.G., Molchanov S.V., Sadovnikova T.Yu. Girls' Emotional and Meaningful Attitude to Motherhood. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya* [Counseling Psychology and Psychotherapy], 2018. Vol. 26, no. 4, pp. 46–64. doi: 10.17759/cpp.2018260404. (In Russ., abstr. in Engl.).

\* *Burmenskaya Galina Vasil'evna*, Ph.D., Associate Professor, Department of Developmental Psychology, Faculty of Psychology, Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russia, e-mail: burmenska@list.ru

\*\* *Almazova Ol'ga Viktorovna*, Ph.D., Associate Professor, Department of Developmental Psychology, Faculty of Psychology, Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russia, e-mail: almaz.arg@gmail.com

\*\*\* *Karabanova Ol'ga Aleksandrovna*, Doctor in Psychology, Professor, Department of Developmental Psychology, Faculty of Psychology, Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russia, e-mail: okarabanova@mail.ru

\*\*\*\* *Zakharova Elena Igorevna*, Doctor in Psychology, Associate Professor, Department of Developmental Psychology, Faculty of Psychology, Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russia, e-mail: e-i-z@yandex.ru

\*\*\*\*\* *Dolgikh Aleksandra Georgievna*, Researcher, Laboratory of Political Psychology, Lomonosov Moscow State University, Moscow, e-mail: ag.dolgikh@mail.ru

S.V. MOLCHANOV/\*\*\*\*\*,

Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russia,  
s-molch2001@mail.ru

T.Yu. SADOVNIKOVA/\*\*\*\*\*,

Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russia,  
tatsadov@yandex.ru

We carried out the conditions analysis of the development of emotional and meaningful attitude to motherhood among student-age girls in connection with low fertility and ambiguous attitude of young people to parenting — a pressing problem in present-day Russia. The presented results of the empirical study (N=230) identify five types of girls' attitude to motherhood and show their relationship with the peculiarities of parent-child interaction in the parent family. The unfavorable tendency of negative and ambivalent attitude to motherhood was revealed in a significant part of the sample. The formation of positive emotional and meaningful attitudes towards the birth of children in girls is facilitated by parental acceptance, cooperation, closeness, consent, as well as the authority of parents and satisfaction with relations with them. Disharmonious child-parent relationships are more often found in girls that reject a mother's role. The role of a sibling position is considered, as well as a factor of girls' living together with parents or separately.

**Keywords:** motherhood, parental position, characteristics of parent-child interaction, attitude to motherhood, entry into adulthood, sibling position.

### Acknowledgments

The study was supported by the Russian Foundation for basic research (project № 17-06-00825) “Personal and family factors of the mother's parental position formation among young women in the period of entering into adulthood”.

### REFERENCES

1. Balbo N., Billari F., Mills M. Rozhdaemost' v razvitykh stranakh: obzor issledovaniy [Fertility in developed countries: survey of studies] [Elektronnyi resurs]. *Demograficheskoe obozrenie [Demographic Review]*, 2017. Vol. 4 (2), pp. 133—195. Available at: <https://doi.org/10.17323/demreview.v4i2.7107> (Accessed 25.07.2018).
2. Bezrukova O.N. Modeli roditel'stva i roditel'skii potentsial: mezhpokolennyi analiz [Models of parenthood and parental potential: intergenerational analysis]. *Sotsiologicheskie issledovaniya [Sociological Research]*, 2014, no. 9, pp. 85—97.

\*\*\*\*\* *Molchanov Sergei Vladimirovich*, Ph.D., Associate Professor, Department of Developmental Psychology, Faculty of Psychology, Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russia, e-mail: s-molch2001@mail.ru

\*\*\*\*\* *Sadovnikova Tat'yana Yur'evna*, Ph.D., Associate Professor, Department of Developmental Psychology, Faculty of Psychology, Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russia, e-mail: tatsadov@yandex.ru



3. Vil'danova S.M., Granichnaya A.A., Mingalieva A.R., Salyakhieva L.M. Tendentsii rasprostraneniya tsnenosti chaildfri v Rossii i ikh vliyanie na krizis instituta sem'i [A tendency towards childfree lifestyle in Russia and its influence on the crisis of the institution of family]. *Monitoring obshchestvennogo mneniya: Ekonomicheskie i sotsial'nye peremeny* [Monitoring Public Opinion: Economic and Social Change], 2017, no. 3, pp. 192—205. doi:10.14515/monitoring.2017.3.13
4. Zakharova E.I. Usloviya stanovleniya negativnogo otnosheniya sovremennykh zhenshchin k materinskoi roli [Conditions of formation of the negative attitude of modern women to the maternal role]. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya* [Cultural and Historical Psychology], 2015, no. 1, pp. 44—49. (In Russ., abstr. in Engl.).
5. Karabanova O.A., Burmenskaya G.V., Zakharova E.I., Almazova O.V., Dolgikh A.G., Molchanov S.V., Sadovnikova T.Yu. Tipy otnosheniya k materinstvu i roditel'skoi pozitsii u devushek v period vkhozhdeniya vo vzroslost' [Elektronnyi resurs] [Types of attitude to motherhood and the parental attitude among young women in the period of entering into adulthood]. *Psikhologicheskie Issledovaniya* [Psychological Studies], 2017. Vol. 10 (56), p. 9. Available at: <http://psystudy.ru/index.php/num/2017v10n56/1502-karabanova56.html> (Accessed 20.05.2018). (In Russ., abstr. in Engl.).
6. Markovskaya I.M. Trening vzaimodeistviya roditeli s det'mi [Training of interaction between parents and children]. Saint Petersburg: Rech', 2005. 150 p.
7. Savina E.A. Determinanty roditel'skogo otnosheniya otnosheniya [Determinants of parent-child relationship]. In E.A. Savina, E.O. Smirnova (eds.). *Roditeli i deti: Psikhologiya vzaimootnoshenii* [Parents and children: Psychology of relationships]. Moscow: Kogito-Tsentr, 2003, pp. 51—65.
8. Saporovskaya M.V. Issledovanie mezhpokolennykh svyazei v semeinom kontekste [Elektronnyi resurs] [Intergenerational relations research in the family context]. *Psikhologicheskie Issledovaniya* [Psychological Studies], 2008, no. 2 (2). Available at: <http://psystudy.ru/index.php/eng/2008n2-2e/117-saporovskaya2e.html> (Accessed 15.05.2018). (In Russ., abstr. in Engl.).
9. Tyndik A. Demograficheskaya povestka sovremennoi Rossii: struktura i vosproizvodstvo naseleniya [Demographic agenda of modern Russia: structure and reproduction of the population]. Moscow: Izdatel'skii dom "Delo" RANKhiGS, 2015. 96 p.
10. Janoff-Bulman R. Shattered assumptions: Towards a new psychology of trauma. New York: Free Press. 1992. 256 p.
11. Karabanova O.A. et al. Assumptions as a basis for attitude forming to mother's position in girls. *The European Proceedings of Social & Behavioural Sciences (EpSBS)*, no. XLIII, pp. 634—642. doi:10.15405/epsbs.2018.07.84

## ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ДИСРЕГУЛЯЦИЯ В СТРУКТУРЕ САМОПОВРЕЖДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ

Н.А. ПОЛЬСКАЯ\*,  
ФГБОУ ВО МГППУ, Москва, Россия,  
polskayana@yandex.ru

Представлены результаты исследования связи эмоциональной регуляции и самоповреждающего поведения. Выборка: 706 респондентов в возрасте от 14 до 35 лет, 467 — женского пола, 239 — мужского пола. Методики: опросник эмоциональной дисрегуляции (Польская, Разваляева, 2017), шкала причин самоповреждающего поведения (Польская, 2017), опросник стратегий совладающего поведения (Вассерман и др., 2008), шкала психологической разумности (Новикова, Корнилова, 2014), шкала позитивного и негативного аффекта (Осин, 2012). Результаты: выявлено, что частота самоповреждений более выражена у представителей женского пола, возрастной диапазон риска самоповреждений — от 14 лет до 21 года. Получены значимые взаимосвязи самоповреждающего поведения с эмоциональной дисрегуляцией, трудностями осознанности и доступности переживаний, копинг-стратегиями — конфронтацией, избеганием, самоконтролем и ответственностью. На основе регрессионного анализа установлено, что избегание, как стратегия эмоциональной дисрегуляции, опосредует влияние негативного аффекта на самоповреждающее поведение; другая форма эмоциональной дисрегуляции — руминация — выступает предиктором повышения негативного и уменьшения позитивного аффекта. Выводы: эмоциональная дисрегуляция лежит в основе

### Для цитаты:

Польская Н.А. Эмоциональная дисрегуляция в структуре самоповреждающего поведения // Консультативная психология и психотерапия. 2018. Т. 26. № 4. С. 65—82. doi: 10.17759/cpp.2018260405

\* *Польская Наталья Анатольевна*, доктор психологических наук, профессор кафедры клинической психологии и психотерапии, ФГБОУ ВО МГППУ, Москва, Россия, e-mail: polskayana@yandex.ru

цикла усиления негативного аффекта, ведущего к самоповреждению. Наиболее опасным возрастом, в котором для регуляции негативных эмоций используются самоповреждения, является подростковый и юношеский возраст.

**Ключевые слова:** эмоциональная дисрегуляция, самоповреждающее поведение, копинг-стратегии, негативный и позитивный аффект, психологическая разумность.

На сегодняшний день самоповреждающее поведение (СП) вызывает большой интерес со стороны исследователей и специалистов, встречающихся с подобным поведением в своей практике [4; 5; 7—9; 11; 12; 18; 21—24]. Если в англоязычной научной периодике публикации по данной теме исчисляются десятками тысяч, то в отечественной научной литературе эта проблема изучается узким кругом исследователей<sup>1</sup>. Это связано, прежде всего, с устоявшейся традицией, берущей начало в психиатрии — пониманием СП в русле суицидального, аутоагрессивного поведения, в результате чего сложная феноменология сводится к диагностике суицидального риска и оценке тяжести суицидальных намерений. И, как следствие, элиминируются сложные психологические связи и влияния, а также те психологические функции, которые определяют возможность совершения самоповреждений.

Наиболее распространенным (и нередко психологически противоречивым) является несуйцидальное самоповреждающее поведение (НСП, *NSSI*), под которым подразумевается нанесение самоповреждений без суицидального намерения. Одной из основных функций НСП является функция контроля — над собственными эмоциями и поведением, а также в отношении других людей (способ воздействия на них) [6—9; 14; 21].

Вопрос контроля над собственным психологическим состоянием имеет прямое отношение к саморегуляции и, прежде всего, к эмоциональной регуляции [5]. Это связано с тем, что нередко самоповреждениям предшествуют высокоинтенсивные негативные эмоции: напряженность, тревожность, гнев, печаль, фрустрация и ненависть к себе [12; 13; 21]. После НСП высокоактивные отрицательные эмоции значительно

---

<sup>1</sup> По результатам поиска научных публикаций по ключевому слову «*self-injury*» на Google Академии, за последние пять лет (начиная с 2014 года) опубликовано примерно 17700 работ ([https://scholar.google.com/scholar?as\\_ylo=2014&q=self-injury+&hl=ru&as\\_sdt=0,5](https://scholar.google.com/scholar?as_ylo=2014&q=self-injury+&hl=ru&as_sdt=0,5)). Аналогичный поиск на сервере научной электронной библиотеки — [elibrary.ru](http://elibrary.ru) — по ключевому слову «самоповреждающее поведение» показал всего 372 публикации за все годы ([https://elibrary.ru/query\\_results.asp](https://elibrary.ru/query_results.asp)).

уменьшаются [13; 15; 16; 21], за исключением чувств стыда и вины, которые, наоборот, усиливаются.

Эмоциональная дисрегуляция может обуславливать СП, либо СП может выступать в качестве способа (стратегии) эмоциональной регуляции с целью изменения текущего эмоционального состояния [5; 18]. Эмоциональная дисрегуляция может быть связана с неустойчивостью или ригидностью эмоций, преобладанием диффузных, слабо дифференцированных эмоций, что выражается, прежде всего, в неспособности управлять ими, в их слабой интегрированности и ограниченной идентификации. Это проявляется в трудностях контроля над эмоциями и ведет к невозможности согласовывать собственные знания об эмоциях с их переживанием и пониманием психического состояния, как своего собственного, так и других людей [10].

Маккензи и Гросс (*K.C. McKenzie, J.J. Gross*) пишут о том, что эмоциональная регуляция при СП имеет настолько разнообразные функции, что требует уточнения в каждом конкретном случае. Они выделяют 5 групп стратегий использования СП, которые связываются с определенными этапами модели эмоциональной регуляции Гросса: выбор ситуации—ее модификация—внимание к ситуации—переоценка—модуляция реакции. На этапе выбора ситуации СП может предпочитаться более болезненным ситуациям. На этапе модификации ситуации СП может применяться, чтобы изменить требования со стороны других, оповестить их о своем состоянии и о необходимости проявить заботу. Использование внимания связывается со стратегиями сфокусированного отвлечения с помощью СП или прерывания руминации. Этап переоценки, когнитивного изменения связывается с самоказанием и диссоциацией, которая рассматривается как переход на более низкий уровень самосознания. На этапе модуляции реакции СП связывается с физиологическими изменениями — выделением эндогенных опиоидов (гипотетически), активацией парасимпатической нервной системы [18].

Дж. Ю (*You J.*) с соавторами провели метаанализ 42 исследований связи эмоциональной дисрегуляции и СП. Эмоциональная дисрегуляция определялась ими в рамках двух подходов: как неспособность подавить эмоции и изменить их выражение и как неприятие эмоций с вытекающей неспособностью к целенаправленной деятельности при их переживании. Заимствуя 6 шкал эмоциональной дисрегуляции Гратц и Роемер: недостаток осознания эмоций, недостаточная ясность эмоций, неприятие эмоций, ограниченный доступ к эффективным стратегиям эмоциональной регуляции, трудности в контроле над импульсами при негативных эмоциях, трудности в осуществлении целенаправленного поведения при негативных эмоциях, — они добавили еще 2 шкалы — недостаточное выражение эмоций и эмоци-

ональная реактивность (высокая чувствительность, сила и продолжительность эмоций).

Результаты показали, что СП было наиболее сильно связано с эмоциональной реактивностью и ограниченным доступом к стратегиям регуляции эмоций, однако малые по значению связи обнаружались и с другими шкалами эмоциональной дисрегуляции. Был обнаружен модулирующий эти связи эффект возраста испытуемых, группы и параметров измерения СП — с помощью континуальной или дихотомической шкалы и в течение последнего года или на протяжении всей жизни (большой размер эффекта был получен на клинических подростковых выборках с использованием дихотомических шкал СП, измеряющих его на протяжении более года) [22].

В предложенной нами модели эмоциональной дисрегуляции было выделено два параметра, лежащие в ее основе: импульсивность/ригидность аффективных реакций и когнитивные искажения/дефициты. Первый параметр — динамический — характеризует реактивность эмоций, внезапность их возникновения, слабую дифференцированность, застревание на эмоциях негативной модальности. Второй параметр — структурный — связан с когнитивными искажениями (ошибками, неадаптивными мыслями), нарушениями мышления (дефицитами, обусловленными когнитивным снижением, искажением или повреждением нормального психического развития), слабостью контроля и т. п. [10].

Взаимовлияние этих двух параметров лежит в основе таких форм эмоциональной дисрегуляции, как *избегание* (преобладают реактивность эмоций, фиксация на эмоциях негативной модальности, когнитивные искажения по типу катастрофизации), *руминация* (преобладают ригидность эмоциональных реакций с фиксацией на негативных эмоциях, когнитивные искажения по типу застревания), *трудности ментализации* (реактивность эмоциональных реакций сочетается с субъективно переживаемой недифференцируемостью, неясностью эмоций; когнитивные искажения по типу генерализации или обесценивания эмоций) [10].

**Целью** нашего исследования было выявить, какие аспекты эмоциональной дисрегуляции наиболее связаны со способами и стратегиями СП, а также изучить роль эмоциональной дисрегуляции как медиатора СП.

## Метод

*Совокупная выборка* — 706 респондентов в возрасте от 14 до 35 лет ( $M_{\text{возр}} = 21,11$ ;  $SD = 4,97$ ), 467 (66,1%) — женского пола ( $M_{\text{возр}} = 20,90$ ;  $SD = 4,86$ ), 239 (33,9%) — мужского пола ( $M_{\text{возр}} = 21,50$ ;  $SD = 5,16$ ). По возрасту выборка была разделена на четыре группы (табл. 1).

Таблица 1

**Распределение выборки по возрасту**

Возрастные группы		Частота	%
Группа 1	14–17 лет	177	25,1
Группа 2	18–21 год	271	38,4
Группа 3	22–27 лет	168	23,8
Группа 4	28–35 лет	90	12,7
Итого		706	100

**Методики.**

*Опросник эмоциональной дисрегуляции* (Польская, Разваляева, 2017) позволяет определить преобладающую форму эмоциональной дисрегуляции — руминацию, избегание и трудности ментализации [10].

*Шкала причин самоповреждающего поведения* (Польская, 2017) направлена на оценку стратегий самоповреждающего поведения, а также его частоты и способов. Выделяется два способа СП — инструментальный (использование острых, режущих, тяжелых, горячих предметов с целью самоповреждения, например, порезы, ожоги и т. п.) и соматический (самоповреждения по типу расчесывания, расцарапывания, ударов кулаком по телу, прикусывания и т. п.). Также могут быть определены стратегии СП, основывающиеся на выделении ведущих причин самоповреждения: «Восстановление контроля над эмоциями» и «Избавление от напряжения» (суммируются в шкалу «Самоконтроль» — СП с целью усилить контроль над своими эмоциями и поведением), «Воздействие на других» и «Изменение себя, поиск нового опыта» (суммируются в шкалу «Межличностный контроль» — СП с целью воздействовать на окружающих, усилить контроль и влияние на них) [8].

*Опросник стратегий совладающего поведения* (Вассерман и др., 2008) позволяет выделить следующие виды копинга: конфронтация, дистанцирование, самоконтроль, поиск социальной поддержки, принятие ответственности, бегство-избегание, планирование решения проблемы, положительная переоценка [1].

*Шкала психологической разумности* (Новикова, Корнилова, 2014) направлена на оценку степени доступности внутреннего мира, опыта и переживаний, включает следующие шкалы: заинтересованность в сфере переживаний, доступность переживания, польза от обсуждения переживаний, желание и готовность обсуждать переживания, открытость новому опыту [6].

*Шкала позитивного и негативного аффекта* (Осин, 2012) позволяет оценить выраженность позитивного и негативного аффекта [2].

Обработка данных с использованием методов корреляционного анализа, непараметрических критериев и регрессионного анализа была проведена с помощью статистической программы SPSS-22.

## Результаты

Оценка распространенности самоповреждений в выборке осуществлялась на основе частотного распределения по отдельным самоповреждениям (табл. 2).

Таблица 2  
**Частота самоповреждений в выборке (N=706)**

Самоповреждения	Никогда	Один раз	Иногда	Часто
	%			
Порезы режущими предметами	65,3	16,0	15,0	3,7
Уколы или проколы кожи острыми предметами	74,5	10,8	12,2	2,5
Самоожоги	86,7	7,9	4,7	0,7
Удары кулаком по своему телу	59,5	12,0	22,2	6,2
Удары кулаком, ногой, головой или корпусом тела по твердым поверхностям	39,7	16,3	35,4	8,6
Выдергивание волос	81,9	7,6	7,2	3,3
Расчесывание кожи	58,2	10,3	20,4	11,0
Обкусывание ногтей	54,5	7,6	22,2	15,6
Сковыривание болячек, чтоб дольше не заживали	61,9	7,9	18,6	11,6
Обкусывание губ	33,7	6,7	31,3	28,3
Прикусывание щек или языка	55,4	9,1	21,4	14,2

По отдельным самоповреждениям высокая частота самопорезов и намеренных проколов, уколов кожи была выявлена у 3,7% и 2,5% выборки соответственно, тогда как наиболее высокая частота оказалась по обкусыванию губ — 28,3%. На основе частотного распределения с разбивкой на кварталы были выделены подгруппы по степени выраженности инструментальных и соматических самоповреждений (табл. 3).

Таблица 3  
**Частота инструментальных и соматических самоповреждений (N=706)**

Частота самоповреждений	Частота	%	Частота	%
	Соматические самоповреждения		Инструментальные самоповреждения	
Нет или единичные самоповреждения	401	56,8	450	63,7
Периодические самоповреждения	133	18,8	124	17,6
Частые самоповреждения	172	24,4	132	18,7
Итого	706	100,0	706	100,0

Высокая частота по инструментальным самоповреждениям была выявлена у 18,7% выборки, по соматическим самоповреждениям — у 24,4%.

Распределение возрастных групп по частоте самоповреждений показало, что наибольшая частота самоповреждений выявляется в возрасте от 14 до 21 года (табл. 4).

Таблица 4

**Частота инструментальных и соматических самоповреждений по возрастным группам (N=706)**

Группы по способам СП и частоте самоповреждений	Группы по возрасту			
	14–17 лет	18–21 лет	22–27 лет	28–35 лет
	%			
Инструментальные самоповреждения				
Нет или единичные самоповреждения	62,15	58,67	64,29	73 (81,1)
Периодические самоповреждения	16,95	19,56	20,24	7 (7,78)
Частые самоповреждения	20,9	21,77	15,47	11,1
Соматическим самоповреждения				
Нет или единичные самоповреждения	53,67	47,97	64,28	75,56
Периодические самоповреждения	22,03	20,66	17,86	8,89
Частые самоповреждения	24,30	31,37	17,86	15,55

*Примечание:* указан процент от общего числа респондентов в возрастной группе.

В рамках корреляционного анализа (коэффициент Спирмена —  $r_s$ ) были получены значимые взаимосвязи между способами и стратегиями СП и факторами эмоциональной дисрегуляции, психологической разумности, негативного аффекта и копинг-стратегий. Между шкалами психологической разумности и СП были получены отрицательные взаимосвязи за исключением шкалы «Заинтересованность в сфере переживаний» (табл. 5).

Значимые взаимосвязи шкал СП и копинг-стратегий были получены по конфронтации (стратегии СП: воздействие на других и избегание напряжения); дистанцированию (все шкалы СП, кроме стратегии воздействия на других), избеганию (все шкалы СП); такие копинги, как самоконтроль и ответственность, показали связь с контролем эмоций как стратегией СП; планирование оказалось связано со стратегией СП — поиск нового опыта (табл. 6).



Таблица 5

**Значимые взаимосвязи между способами, стратегиями СП и шкалами психологической разумности (N=447)**

Шкалы	Заинтересованность в сфере переживаний	Доступность переживаний	Польза от обсуждения переживаний	Желание и готовность обсуждать переживания	Открытость новому опыту
Инструментальные самоповреждения	0,241**	-0,230**	-	-0,238**	-
Соматические самоповреждения	0,267**	-0,330**	-	-0,148**	-0,147**
Суммарный показатель СП	0,279**	-0,339**	-	-0,197**	-0,134**
Контроль эмоций	0,131**	-0,305**	-	-0,187**	-
Воздействие на других	-	-0,161**	-0,144**	-	-
Избегание напряжения	0,191**	-0,259**	-	-0,123*	-
Поиск нового опыта	-	-0,209**	-0,130*	-	-

Примечание: «\*» —  $p < 0,05$ ; «\*\*» —  $p < 0,01$ .

Таблица 6

**Значимые взаимосвязи между способами, стратегиями СП и копинг-стратегиями (N=154)**

Шкалы	Конфронтация	Дистанцирование	Самоконтроль	Ответственность	Избегание	Планирование
Инструментальные самоповреждения	-	0,225**	-	-	0,288**	-
Соматические самоповреждения	-	0,255**	-	-	0,247**	-
Суммарный показатель СП	-	0,285**	-	-	0,287**	-
Контроль эмоций	-	0,251**	0,167*	0,301**	0,238**	-
Воздействие на других	0,263**	-	-	-	0,245**	-
Избегание напряжения	0,322**	0,206*	-	0,283**	0,429**	-
Поиск нового опыта	-	0,170*	-	-	0,181*	-0,178*

Примечание: «\*» —  $p < 0,05$ ; «\*\*» —  $p < 0,01$ .

Все шкалы СП показали значимые взаимосвязи с формами эмоциональной дисрегуляции — руминацией, избеганием, трудностями ментализации (табл. 7).

Таблица 7  
Значимые взаимосвязи между способами, стратегиями СП  
и формами эмоциональной дисрегуляции (N=610)

Шкалы	Руминация	Трудности ментализации	Избегание
Инструментальные самоповреждения	0,432**	0,366**	0,556**
Соматические самоповреждения	0,455**	0,431**	0,517**
Суммарный показатель СП	0,495**	0,463**	0,589**
Контроль эмоций	0,341**	0,398**	0,449**
Воздействие на других	0,304**	0,293**	0,428**
Избегание напряжения	0,466**	0,447**	0,603**
Поиск нового опыта	0,236**	0,223**	0,368**

Примечание: «\*» —  $p < 0,05$ ; «\*\*» —  $p < 0,01$

Оценка половозрастных различий (U-критерий Манна—Уитни; H-критерий Краскела—Уоллиса) продемонстрировала значимые половые различия с более высокими показателями у женщин по шкалам: руминация ( $U=26926,5$ ;  $p=0,000$ ), трудности ментализации ( $U=27097$ ;  $p=0,000$ ), избегание ( $U=30597,5$ ;  $p=0,000$ ); соматические самоповреждения ( $U=43560$ ;  $p=0,000$ ), стратегии СП — контроль эмоций ( $U=33004,5$ ;  $p=0,001$ ), избегание напряжения ( $U=31132,5$ ;  $p=0,000$ ); заинтересованность в сфере переживаний ( $U=15168$ ;  $p=0,000$ ) и копинг-стратегия — поиск социальной поддержки ( $U=1085,5$ ;  $p=0,016$ ).

У мужчин оказались более высокие показатели по шкалам: доступность переживаний ( $U=26654$ ;  $p=0,000$ ), желание и готовность обсуждать переживания ( $U=25260,5$ ;  $p=0,01$ ), открытость новому опыту ( $U=26282,5$ ;  $p=0,001$ ), позитивный аффект ( $U=5450$ ;  $p=0,021$ ) и копинг-стратегия планирования ( $U=2218,5$ ;  $p=0,016$ ).

Значимые различия по возрастным группам с наиболее высокими среднеранговыми значениями в подгруппах «14—17 лет» и «18—21 год» были получены по шкалам: руминация ( $H=39,870$ ;  $p=0,000$ ), трудности ментализации ( $H=25,405$ ;  $p=0,000$ ); избегание ( $H=36,107$ ;  $p=0,000$ ); по всем шкалам СП, за исключением стратегии воздействия на других; заинтересованность в сфере переживаний ( $H=49,277$ ;  $p=0,000$ ). Значимо более высокие показатели в подгруппах «22—27 лет» и «28—35 лет» оказались по шкалам: доступность переживаний ( $H=23,360$ ;  $p=0,000$ ), же-

ление и готовность обсуждать переживания ( $N=11,285$ ;  $p=0,010$ ), поиск социальной поддержки ( $N=9,963$ ;  $p=0,019$ ).

Для проверки гипотезы об опосредующем эффекте эмоциональной дисрегуляции на связь между негативным аффектом и частотой СП проводился анализ медиаторов. Использовался макрос для SPSS PROCESS ver. 3.2 Э. Хайеса. Анализировались модели, в которых зависимой переменной выступал общий балл по частоте самоповреждений, независимой переменной — негативный аффект, а медиаторами — факторы эмоциональной дисрегуляции. В качестве ковариата в модель вводился возраст (так как было выявлено его влияние на частоту СП в предварительном линейном регрессионном анализе).

Негативный аффект выступил значимым предиктором частоты самоповреждений ( $b=0,31$ ;  $SE=0,04$ ;  $p<0,001$ ) и шкал эмоциональной дисрегуляции — избегания ( $b=0,24$ ;  $SE=0,03$ ;  $p<0,001$ ), руминации ( $b=0,26$ ;  $SE=,04$ ;  $p<0,001$ ) и трудностей ментализации ( $b=,25$ ;  $SE=0,04$ ;  $p<0,001$ ). При контроле связей с медиаторами негативный аффект продолжал выступать значимым предиктором СП ( $b=0,15$ ;  $SE=0,05$ ;  $p<0,01$ ), что подтверждает частичную, а не полную медиацию. При этом возраст был значимым предиктором СП ( $b=-0,19$ ;  $SE=0,08$ ;  $p<0,05$ ), но не шкал эмоциональной дисрегуляции. Из шкал эмоциональной дисрегуляции только избегание ( $b=0,64$ ;  $SE=0,13$ ;  $p<0,001$ ) выступило значимым предиктором частоты СП. Конечная модель объясняла примерно 35% дисперсии. Анализ непрямых эффектов с помощью критерия Соубела показал значимый эффект избегания ( $z=5,19$ ;  $p<0,001$ ) и подтвердил частичную медиацию.

Результаты регрессионного анализа показали также, что руминация и избегание являются значимыми предикторами негативного аффекта, но предиктором позитивного эффекта — только руминация (табл. 8).

Таблица 8

**Значимые предикторы в регрессионных моделях шкал аффекта**

Зависимая переменная	Предиктор	b	SE	p	R <sup>2</sup>
Негативный аффект	Руминация	0,57	0,17	<0,01	0,27
	Избегание	0,39	0,14	<0,01	
Позитивный аффект	Руминация	-0,55	0,13	<0,001	0,17

*Примечание:* b — регрессионный коэффициент; SE — стандартная ошибка; p — уровень значимости; R<sup>2</sup> — коэффициент множественной детерминации.

Увеличение руминации ведет к усилению негативного и уменьшению позитивного аффекта, тогда как увеличение избегания усиливает только негативный аффект.

## Обсуждение

Полученные результаты, с одной стороны, хорошо согласуются с результатами исследований близкой тематики [4—9; 15—24], с другой стороны, уточняют и конкретизируют некоторые специфические особенности нарушений эмоциональной регуляции при СП и связи способов и стратегий СП с копингами, формами эмоциональной дисрегуляции, негативным аффектом и шкалами психологической разумности.

В данной популяционной выборке частота тяжелых самоповреждений, относящихся к инструментальным, относительно невысока, однако если, например, по самопорезам мы будем учитывать все случаи, включая единичные, то частота их существенно возрастает — от 3,3% до 34,7% выборки.

Было выявлено, что наибольшая частота самоповреждений — в возрасте от 14 лет до 21 года, это соответствует более ранним данным, полученным нами [6; 8]. По мере взросления частота самоповреждений снижается, что подтверждает их связь с процессами социальной идентификации и кризисом подросткового, юношеского взросления [4; 6; 8].

Тесная и неоднократно подтверждаемая нами и другими исследователями связь эмоциональной дисрегуляции с СП [5; 10; 14; 18; 22; 24] также обнаруживается и в данной работе: все шкалы СП показали значимые взаимосвязи с формами эмоциональной дисрегуляции — руминацией, избеганием, трудностями ментализации. Эти результаты согласуются с идеей о регулятивном характере СП, цель которого — изменение текущего психологического состояния.

Взаимосвязи между шкалами психологической разумности и СП подтверждают слабую психологическую осознанность и недостаточную глубину понимания собственного внутреннего мира при высокой заинтересованности в сфере переживаний у лиц с СП. Однако эта заинтересованность не инициирует внутренний поиск и самопознание, а ограничивается преимущественно отыгрыванием сильных эмоций (в том числе и через самоповреждения). Это свидетельствует о недостаточной дифференцированности внутреннего мира у лиц с СП, особенно при переживании эмоционально значимых событий, указывает на слабую осознанность, отсутствие внимательности, способности концентрироваться на внутреннем мире. Таким образом, самоповреждение используется для означивания слитых, недифференцированных эмоций, как в рамках субъективного мира, так и в межличностных отношениях (как способ обращения за помощью или утверждения реальности своих переживаний).

Логически непротиворечивыми выступают связи стратегий СП с копинг-стратегиями: использование конфронтационного копинга стоит за стремлением через самоповреждение воздействовать на окружающих,

чтобы таким образом получить внимание к своим проблемам, помощь или привилегии. Копинг избегания взаимосвязан со всеми стратегиями и способами СП, что говорит о стремлении через СП уйти от неприятных, болезненных эмоций или событий. Неоднозначна и многослойна связь копингов самоконтроля и ответственности с контролем эмоций как стратегией самоповреждения. Здесь обнаруживается организующая сторона СП — через самоповреждение может повыситься контроль над собственными эмоциями и на некоторое время улучшиться психологическое самочувствие в целом. Этим объясняется повторяемость несуицидальных самоповреждений, стремление вернуться к ним в состоянии психоэмоционального напряжения как быстрому способу «прийти в норму». Связь поиска нового (как стратегии СП) с копингом планирования характеризует самоповреждение как обдуманное действие, маркер внутренних изменений и изменения идентичности.

Оценка половозрастных различий выявила более высокую частоту соматических самоповреждений и более высокие показатели эмоциональной дисрегуляции у женского пола, с преобладанием таких стратегий СП, как контроль эмоций и избегание напряжения, а также с более высокой заинтересованностью в сфере переживаний и ориентированностью на поиск социальной поддержки.

Мужчины оказались более сбалансированы в области осознанности собственных чувств, у них был значимо более высокий уровень позитивного аффекта и более выраженный копинг планирования. Скорее всего эти результаты говорят о специфике обращения к своему эмоциональному опыту, обусловленной полом.

Наиболее уязвимыми с точки зрения частоты СП, эмоциональной дисрегуляции и недостаточной осознанности своего психологического опыта оказался возраст с 14 до 21 года. Для возраста от 22 до 35 лет значимо более высокими оказались показатели, связанные с доступностью переживаний, желанием и готовностью их обсуждать, а также копингом поиска социальной поддержки. Эти результаты раскрывают психологический механизм, обуславливающий снижение самоповреждений: повышение осведомленности о собственном внутреннем мире и укрепление социальных связей снижают вероятность самоповреждений по реактивному типу, а также уменьшают риск продуманных, запланированных самоповреждений (по дисфункциональному или идентификационному типам) [6; 8]. Собственно, именно этот механизм — повышение качества эмоциональной регуляции, углубление самопознания и усиление социализации — лежит в основе современных моделей помощи лицам с СП [17].

Выявленный эффект частичной медиации в регрессионной модели проясняет психологический механизм обращения к СП при негативном аффекте. Хотя негативный аффект сам по себе выступает предиктором

частоты самоповреждений, он запускает избегание эмоциональных переживаний, а последнее находит осуществление в акте самоповреждения, либо приводит к нему из-за возвращения непереносимых и не переработанных эмоций. Регрессионный анализ, где в качестве зависимой переменной выступали шкалы негативного и позитивного аффекта, показывает ведущую роль другого компонента эмоциональной дисрегуляции — руминации. Именно руминация в большей степени поддерживает негативный и снижает позитивный аффект. Эффект руминации в данной модели согласуется с синергетической моделью Э. Селби («эмоциональные каскады»), в которой СП возникает из-за негативных эмоций и всякий раз приводит к новому «витку» цикла [20].

Таким образом, эмоциональная дисрегуляция лежит в основе цикла усиления негативного аффекта, ведущего к самоповреждениям. При этом наиболее опасным возрастом, в котором для регуляции негативных эмоций используются самоповреждения, является подростковый и юношеский, на что указывает влияние переменной возраста только на суммарный показатель СП, но не на шкалы эмоциональной дисрегуляции.

## **Выводы**

Согласно результатам проведенного исследования, наибольшая частота самоповреждений наблюдается в возрасте от 14 лет до 21 года. По мере взросления частота самоповреждений снижается, что подтверждает их связь с процессами социальной идентификации и кризисным характером подросткового и юношеского возраста. Более высокая частота самоповреждений выявлена у женского пола.

Способы и стратегии СП взаимосвязаны с формами эмоциональной дисрегуляции: руминацией, избеганием, трудностями ментализации.

Недостаточная осознанность внутреннего мира, проблемы с доступностью переживаний и готовностью обсуждать их (при высокой заинтересованности в сфере переживаний) усиливаются при усилении СП. Самоповреждение оказывается достаточно низкоуровневым способом эмоциональной дифференциации, с помощью которого происходит выделение и означивание событий внутренней жизни.

СП взаимосвязано с неадаптивными копинг-стратегиями: конфронтацией, избеганием, и адаптивными — самоконтролем и ответственностью. Эти результаты могут объяснять причину устойчивости СП — через самоповреждение повышается контроль над собственными эмоциями и на непродолжительное время может улучшиться психологическое самочувствие.

Эмоциональная дисрегуляция лежит в основе цикла усиления негативного аффекта, что приводит к самоповреждающему поведению.

## Благодарности

Исследование поддержано РФФИ, проект №16-06-01098 «Эмоциональная саморегуляция в структуре самоповреждающего поведения».

## ЛИТЕРАТУРА

1. *Вассерман Л.И. и др.* Методика для психологической диагностики совладающего поведения в стрессовых и проблемных для личности ситуациях: пособие для врачей и медицинских психологов. СПб.: Психоневрологический институт имени В.М. Бехтерева, 2008. 35 с.
2. *Новикова М.А., Корнилова Т.В.* «Психологическая разумность» в структуре интеллектуально-личностного потенциала (адаптация опросника) // Психологический журнал. 2014. Т. 35. № 1. С. 95—110.
3. *Осин Е.Н.* Измерение позитивных и негативных эмоций: разработка русскоязычного аналога методики PANAS // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2012. Т. 9. № 4. С. 91—110.
4. *Польская Н.А.* Зависимость частоты и характера несуйцидальных самоповреждений от пола и возраста (в неклинической популяции) // Вопросы психологии. 2015. №1. С. 97—109.
5. *Польская Н.А.* Нарушения эмоциональной регуляции при самоповреждающем поведении // Психологический журнал. 2018. Т. 24. № 4. С. 27—37. doi:10.31857/S020595920000067-9
6. *Польская Н.А.* Психология самоповреждающего поведения. М.: Ленанд, 2017. 320 с.
7. *Польская Н.А.* Самоповреждающее поведение в клинической практике // Обзорение психиатрии и медицинской психологии имени В.М. Бехтерева. 2011. № 2. С. 4—8.
8. *Польская Н.А.* Феноменология и функции самоповреждающего поведения при нормативном и нарушенном психическом развитии: дисс. ... докт. психол. наук. М., 2017. 423 с.
9. *Польская Н.А., Власова Н.В.* Аутодеструктивное поведение в подростковом и юношеском возрасте // Консультативная психология и психотерапия. 2015. № 4. С. 176—190.
10. *Польская Н.А., Разваляева А.Ю.* Разработка опросника эмоциональной дисрегуляции // Консультативная психология и психотерапия. 2017. Т. 25. № 4. С. 71—93. doi:10.17759/cpp.2017250406
11. *Bentley K.H. et al.* A functional analysis of two transdiagnostic, emotion-focused interventions on nonsuicidal self-injury // Journal of Consulting and Clinical Psychology. 2017. Vol. 85 (6). P. 632—646. doi:10.1037/ccp0000205
12. *Chapman A.L., Dixon-Gordon K.L.* Emotional antecedents and consequences of deliberate self-harm and suicide attempts // Suicide and Life-Threatening Behavior. 2007. Vol. 37 (5). P. 543—552. doi:10.1521/suli.2007.37.5.543
13. *Claes L. et al.* The affect-regulation function of nonsuicidal self-injury in eating-disordered patients: which affect states are regulated? // Comprehensive Psychiatry. 2010. Vol. 51 (4). P. 386—392. doi:10.1016/j.comppsy.2009.09.001

14. Gratz K.L., Roemer L. Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale // *Journ. of Psychopathology and Behavioral Assessment*. 2004. Vol. 26 (1). P. 41—54. doi:10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94
15. Kamphuis J.H., Ruyling S.B., Reijntjes A.H. Testing the emotion regulation hypothesis among self-injuring females: Evidence for differences across mood states // *The Journal of nervous and mental disease*. 2007. Vol. 195 (11). P. 912—918. doi: 10.1097/NMD.0b013e3181593d89
16. Kemperman I., Russ M. J., Shearin E. Self-injurious behavior and mood regulation in borderline patients // *Journal of Personality Disorders*. 1997. Vol. 11 (2). P. 146—157. doi:10.1521/pedi.1997.11.2.146
17. Linehan M.M. *Cognitive-behavioral treatment of borderline personality disorder*. NY: Guilford Press, 1993. 558 p.
18. McKenzie K.C., Gross J.J. Nonsuicidal self-injury: an emotion regulation perspective // *Psychopathology*. 2014. Vol. 47 (4). P. 207—219. doi:10.1159/000358097
19. Neacsiu A.D., Bohus M., Linehan M.M. *Dialectical Behavior Therapy: An Intervention for Emotion Dysregulation* // *Handbook of Emotion Regulation*, Second Edition / Ed. J.J. Gross. NY: Guilford Press, 2014. P. 491—507.
20. Selby E.A. et al. Emotional cascades and self-injury: Investigating instability of rumination and negative emotion // *Journal of Clinical Psychology*. 2013. Vol. 69 (12). P. 1213—1227. doi:10.1002/jclp.21966
21. Sim L. et al. Adolescent deliberate self-harm: Linkages to emotion regulation and family emotional climate // *Journal of Research on Adolescence*. 2009. Vol. 19 (1). P. 75—91. doi:10.1111/j.1532-7795.2009.00582.x
22. You J. et al. Emotional Dysregulation and Nonsuicidal Self-Injury: A Meta-Analytic Review // *Neuropsychiatry (London)*. 2018. Vol. 8 (2). P. 733—748. doi:10.4172/Neuropsychiatry.1000399
23. Yurkowski K. et al. Emotion dysregulation mediates the influence of relationship difficulties on non-suicidal self-injury behavior in young adults // *Psychiatry Research*. 2015. Vol. 228 (3). P. 871—878. doi:10.1016/j.psychres.2015.05.006
24. Zaki L.F. et al. Emotion differentiation as a protective factor against nonsuicidal self-injury in borderline personality disorder // *Behavior therapy*. 2013. Vol. 44 (3). P. 529—540. doi:10.1016/j.beth.2013.04.008



## EMOTION DYSREGULATION IN THE STRUCTURE OF SELF-INJURIOUS BEHAVIOR

N.A. POLSKAYA\*,

Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia,  
polskayana@yandex.ru

We present the results of the research of the link between emotion regulation and self-injurious behavior. The sample consisted of 706 respondents aged 14–35 (467 female). Methods: Emotion Dysregulation Questionnaire (Polskaya, Razvaliaeva, 2017), Reasons for Self-Injury Scale (Polskaya, 2017), Coping Behavior Strategies Questionnaire (Vasserman et al., 2008), Psychological Mindedness Scale (Novikova, Kornilova, 2014), Positive and Negative Affect Scale (Osin, 2012). Results: we found out that self-injury is more frequent in females, self-injury risk is most severe at 14–21 years. Significant relationships were yielded for self-injurious behavior, emotion dysregulation, hindered awareness and access to emotions, and coping strategies — confrontation, avoidance, self-control, and responsibility. Regression analysis showed that avoidance as a strategy of emotion dysregulation mediates the influence of negative affect on self-injurious behavior; another form of emotion dysregulation — rumination — predicts the increase of negative and the decrease of positive affect. Conclusions: emotion dysregulation underlies the cycle of negative affect aggravation that leads to self-injury. Adolescence and youth are the most dangerous ages when self-injury is used for negative affect regulation.

**Keywords:** emotion dysregulation, self-injurious behavior, coping, negative and positive affect, psychological mindedness.

### Acknowledgements

This article was prepared with the financial support of the Russian Foundation for Basic Research (RFBR), project № 16-06-01098 “Emotional self-regulation in the structure of self-injurious behavior”.

### REFERENCES

1. Vasserman L.I. et al. Metodika dlya psikhologicheskoi diagnostiki sovladayushchego povedeniya v stressovykh i problemnykh dlya lichnosti situatsiyakh: posobie

#### For citation:

Polskaya N.A. Emotion Dysregulation in the Structure of Self-Injurious Behavior. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya* [Counseling Psychology and Psychotherapy], 2018. Vol. 26, no. 4, pp. 65–82. doi: 10.17759/cpp.2018260405. (In Russ., abstr. in Engl.).

\* *Polskaya Natalia Anatolievna*, Doctor of Psychology, Professor, Chair of Clinical Psychology and Psychotherapy, Counseling and Clinical Psychology Department, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, e-mail: polskayana@yandex.ru

- dlya vrachei i meditsinskikh psikhologov [Psychological diagnostics of coping in stress-inducing and problematic situations: manual for physicians and medical psychologists]. Saint Petersburg: Psikhonevrologicheskii institut im. V.M. Bekhtereva, 2008. 35 p.
2. Novikova M.A., Kornilova T.V. «Psikhologicheskaya razumnost'» v strukture intellektual'no-lichnostnogo potentsiala (adaptatsiya oprosnika) ["Psychological mindedness" in the structure of intellectual and personal potential (adaptation of questionnaire)]. *Psikhologicheskii Zhurnal*, 2014. Vol. 35 (1), pp. 95—110.
  3. Osin E.N. Izmerenie pozitivnykh i negativnykh emotsii: razrabotka russkoyazychnogo analoga metodiki PANAS [Measuring Positive and Negative Affect: Development of a Russian-language Analogue of PANAS]. *Psikhologiya. Zhurnal Vysshei shkoly ekonomiki* [Psychology. Journal of the Higher of Economics], 2012. Vol. 9 (4), pp. 91—110.
  4. Polskaya N.A. Zavisimost' chastoty i kharaktera nesuitsidal'nykh samopovrezhdenii ot pola i vozrasta (v neklinicheskoi populyatsii) [Gender and age factors of self-injury frequency and characteristics in the general population]. *Voprosy Psikhologii*, 2015, no. 1, pp. 97—109.
  5. Polskaya N.A. Narusheniya emotsional'noi regulyatsii pri samopovrezhdayushchem povedenii [Emotion dysregulation in self-injurious behaviour]. *Psikhologicheskii Zhurnal*, 2018. Vol. 39 (4), pp. 27—37 doi:10.31857/S020595920000067-9
  6. Polskaya N.A. *Psikhologiya samopovrezhdayushchego povedeniya* [The psychology of self-injurious behavior]. Moscow: Lenand, 2017. 320 p.
  7. Polskaya N.A. Samopovrezhdayushchee povedenie v klinicheskoy praktike [Selfinjurious behavior in clinical practice]. *Obozrenie psikiatrii i meditsinskoj psikhologii imeni Bekhtereva* [Review of Psychiatry and Medical Psychology named after Bekhterev], 2011, no. 2, pp. 4—8.
  8. Polskaya N.A. Fenomenologiya i funktsii samopovrezhdayushchego povedeniya pri normativnom i narushennom psikhicheskom razvitii [Phenomenology and functions of self-injurious behavior in normative and impaired mental development. Dr. Sci. (Psychology) diss.]. Moscow, 2017. 423 p.
  9. Polskaya N.A., Vlasova N.V. Self-destructive behavior in adolescence and youth. *Konsul'tativnaia psikhologiya i psikhoterapiya* [Counseling Psychology and Psychotherapy], 2015. Vol. 23, no. 4, pp. 176—190. doi:10.17759/cpp.2015230411. (In Russ., abstr. in Engl.).
  10. Polskaya N.A., Razvaliaeva A.Yu. The development of the «emotion dysregulation» questionnaire. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya* [Counseling Psychology and Psychotherapy], 2017. Vol. 25, no. 4, pp. 71—93. doi:10.17759/cpp.2017250406. (In Russ., abstr. in Engl.).
  11. Bentley K.H. et al. A functional analysis of two transdiagnostic, emotion-focused interventions on nonsuicidal self-injury. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 2017. Vol. 85(6), pp. 632—646. doi:10.1037/ccp0000205
  12. Chapman A.L., Dixon-Gordon K.L. Emotional antecedents and consequences of deliberate self-harm and suicide attempts. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 2007. Vol. 37 (5), pp. 543—552. doi:10.1521/suli.2007.37.5.543
  13. Claes L. et al. The affect-regulation function of nonsuicidal self-injury in eating-disordered patients: which affect states are regulated? *Comprehensive Psychiatry*, 2010. Vol. 51 (4), pp. 386—392. doi:10.1016/j.comppsy.2009.09.001

14. Gratz K.L., Roemer L. Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 2004. Vol. 26 (1). P. 41—54. doi:10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94
15. Kamphuis J.H., Ruyling S.B., Reijntjes A.H. Testing the emotion regulation hypothesis among self-injuring females: Evidence for differences across mood states. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 2007. Vol. 195 (11), pp. 912—918. doi:10.1097/NMD.0b013e3181593d89
16. Kemperman I., Russ M.J., Shearin E. Self-injurious behavior and mood regulation in borderline patients. *Journal of Personality Disorders*, 1997. Vol. 11 (2), pp. 146—157. doi:10.1521/pedi.1997.11.2.146
17. Linehan M.M. Cognitive-behavioral treatment of borderline personality disorder. New York: Guilford Press, 1993. 558 p.
18. McKenzie K.C., Gross J.J. Nonsuicidal self-injury: an emotion regulation perspective. *Psychopathology*, 2014. Vol. 47 (4), pp. 207—219. doi:10.1159/000358097
19. Neacsiu A.D., Bohus M., Linehan M.M. Dialectical Behavior Therapy: An Intervention for Emotion Dysregulation. In J.J. Gross (ed.). *Handbook of Emotion Regulation*. 2<sup>nd</sup> ed. New York: Guilford Press, 2014, pp. 491—507.
20. Selby E.A. et al. Emotional cascades and self-injury: Investigating instability of rumination and negative emotion. *Journal of Clinical Psychology*, 2013. Vol. 69 (12), pp. 1213—1227. doi:10.1002/jclp.21966
21. Sim L. et al. Adolescent deliberate self-harm: Linkages to emotion regulation and family emotional climate. *Journal of Research on Adolescence*, 2009. Vol. 19 (1), pp. 75—91. doi:10.1111/j.1532-7795.2009.00582.x
22. You J. et al. Emotional Dysregulation and Nonsuicidal Self-Injury: A Meta-Analytic Review. *Neuropsychiatry (London)*, 2018. Vol. 8 (2), pp. 733—748. doi: 10.4172/Neuropsychiatry.1000399
23. Yurkowski K. et al. Emotion dysregulation mediates the influence of relationship difficulties on non-suicidal self-injury behavior in young adults. *Psychiatry Research*, 2015. Vol. 228 (3), pp. 871—878. doi:10.1016/j.psychres.2015.05.006
24. Zaki L.F. et al. Emotion differentiation as a protective factor against nonsuicidal self-injury in borderline personality disorder. *Behavior Therapy*, 2013. Vol. 44 (3), pp. 529—540. doi:10.1016/j.beth.2013.04.008

## ДИАГНОСТИКА СТРУКТУРНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ ЛИЧНОСТНЫХ ИЗМЕНЕНИЙ У СТУДЕНТОВ ТЕАТРАЛЬНОГО КОЛЛЕДЖА НА РАЗНЫХ ЭТАПАХ ОБУЧЕНИЯ

**В.С. СОБКИН\***,  
ФГБНУ «ИУО РАО», Москва, Россия,  
sobkin@mail.ru

**Т.А. ЛЫКОВА\*\***,  
ФГБНУ «ИУО РАО», ФГАОУ ВО «РУДН», Москва, Россия,  
feo.tatiana@gmail.com

**А.В. СОБКИНА\*\*\***,  
ГБПОУ г. Москвы «МТК при ГБУК г. Москвы  
“Московский театр О. Табакова”», Москва, Россия,  
nurasobkina@gmail.com

### Для цитаты:

*Собкин В.С., Лыкова Т.А., Собкина А.В.* Диагностика структурных особенностей личностных изменений у студентов театрального колледжа на разных этапах обучения // Консультативная психология и психотерапия. 2018. Т. 26. № 4. С. 83—100. doi: 10.17759/cpp.2018260406

\* *Собкин Владимир Самуилович*, доктор психологических наук, профессор, руководитель Центра социологии образования, Институт управления образованием Российской академии образования (ФГБНУ «ИУО РАО»), Москва, Россия, e-mail: sobkin@mail.ru

\*\* *Лыкова Татьяна Анатольевна*, кандидат психологических наук, ведущий научный сотрудник, Институт управления образованием Российской академии образования (ФГБНУ «ИУО РАО»); старший преподаватель, Институт иностранных языков (ФГАОУ ВО «РУДН»), Москва, Россия, e-mail: feo.tatiana@gmail.com

\*\*\* *Собкина Анна Владимировна*, педагог-психолог, Московский театральный колледж при Московском театре Олега Табакова (ГБПОУ г. Москвы «МТК при ГБУК г. Москвы «Московский театр О. Табакова»), Москва, Россия, e-mail: nurasobkina@gmail.com

Представлены результаты исследования структурных особенностей личностных изменений студентов-актеров в процессе обучения в театральном колледже. Выдвинута гипотеза о том, что на этапе первичного отбора в профессию и в процессе обучения у студентов выявляются и формируются особые устойчивые личностные структуры (объединения личностных качеств), которые имеют принципиальное значение для формирования субъекта актерской деятельности. Общая выборка составила 832 человека: 686 абитуриентов театрального колледжа; 188 студентов в начале и 174 — в конце 1-го курса, 106 студентов — 2-го курса, 91 — 3-го курса, 68 — 4-го курса. Методики: многофакторный личностный опросник Р. Кеттелла 16 PF. Результаты: выделено 4 инвариантных фактора, описывающих структурные особенности личности студентов-актеров: личностная тревожность, стремление к публичному общению, эмоциональное воздействие на другого, индивидуализм. Выводы: подтвердилась гипотеза о наличии устойчивых личностных структур, обнаружен ряд существенных личностных особенностей, которые способствуют реализации сценического общения «я—роль—зритель».

**Ключевые слова:** актерская одаренность, личностные особенности, структурные особенности, психология актера, тест Кеттелла, факторный анализ.

Анализ зарубежных и отечественных исследований по психологии актерского творчества представлен в целом ряде наших предыдущих публикаций [11; 12; 13; 14; 21]. Здесь же сошлемся лишь на те работы, которые касаются изучения именно личностных особенностей актера.

Среди зарубежных исследований можно выделить несколько подходов. Так, М. Панайнте и Д. Эне (*M. Panainte, D.L. Ene*), анализируя парадокс Дидро «Об актере», рассматривают особенности перевоплощения и сценического переживания актера в контексте изучения эмпатии, эмоций, мышления, памяти, воображения и творчества [20]. Д. Орzechовиц (*D. Orzechowicz*) на материале анализа театральных постановок, репетиций и обучения начинающих актеров исследовал стратегии по управлению эмоциями, которые актеры используют в профессиональной деятельности [19]. В работе Т. Голдштейн и Э. Виннер (*T.R. Goldstein, E. Winner*) с помощью контент-анализа детских воспоминаний профессиональных актеров было установлено, что раннее развитие воображения, внимания к своим переживаниям, а также стремление к идентификации способствуют успешности актерской карьеры, предполагающей ежедневное погружение в мир воображения и переживаний других людей, в частности, сценических персонажей [18]. К перечисленным добавим исследование, осуществленное под руководством М. Дафнера (*M. Dufner, B. Egloff, C. Hausmann*), которое посвящено изучению нарциссических тенденций среди актеров [17]; диссертацию М. Турри (*M. Turri*), где представлен пси-

хоаналитический взгляд на проблему идентификации «актер—персонаж» [23]; работу А. Татара и его коллег (А. Tatar, H. Sahinturk, G. Saltukoglu, S. Telvi) по исследованию личностных характеристик актеров в рамках пятифакторной личностной модели [22].

Из отечественных специальных отметим исследования, посвященные изучению личностных особенностей студентов-актеров, которые были проведены А.Л. Гройсманом [3], Ю.И. Галкиной [2], Н.В. Рождественской [7], А.И. Савостьяновым [9], В.С. Собкиным [11]. Также в ряде психологических исследований рассматривались такие аспекты актерской профессии, как развитие эмпатии в актерском тренинге [1], особенности формирования Я-концепции у будущих актеров [15], мотивационные характеристики личности в профессиональной деятельности студентов-актеров [5; 8].

Одной из важных характеристик профессиональной деятельности актера как особого вида социального общения является взаимодействие с партнером по сцене в рамках ролевого поведения, предусмотренного драматургическим материалом. Другой характеристикой выступает воздействие на зрителя: «я—роль—зритель». Эти два коммуникативных плана необходимо учитывать при анализе личностных особенностей актера.

*Гипотеза.* Исходя из описаний своеобразия сценической деятельности и реальных практик по воспитанию актера, а также результатов психологических исследований, можно предположить, что личностные особенности студентов-актеров будут проявляться относительно выраженности широкого спектра характеристик: коммуникативных, эмоциональных, регулятивных, интеллектуальных. Их сочетания и определяют разнообразие актерских индивидуальностей. В то же время, как на этапе первичного отбора в профессию так и в процессе обучения выявляются и складываются особые устойчивые личностные структуры (объединения личностных качеств), которые имеют принципиальное значение для формирования субъекта актерской деятельности, реализующего особое театральное общение со зрителем.

## Метод

*Методика.* Для изучения личностных особенностей использовался многофакторный личностный опросник Р. Кеттелла 16 PF. Этот тест является основным в общей программе нашего исследования, поскольку позволяет выявить коммуникативные, интеллектуальные, эмоциональные и регуляторные свойства личности с помощью 16 независимых bipolarных личностных шкал (факторов). Тест хорошо известен в профессиональной среде и подробно описан в ряде пособий [4; 16 и др.].

Данный тест позволяет проводить корректную обработку данных с использованием современных методов математической статистики, что дает возможность осуществить анализ полученного материала в соответствии с выдвинутой гипотезой.

**Выборка.** В лонгитюдном исследовании приняли участие студенты ГБОУ СПО г. Москвы «Московский театральный колледж при Московском театре под руководством О.П. Табакова». Оно проводилось в период с 2010 г. по 2018 г. На этапе вступительных экзаменов в колледж по тесту Кеттелла в разные годы суммарно было обследовано 686 человек. Из них приняты в колледж 188 абитуриентов (129 мальчиков, 59 девочек), не прошли конкурсные испытания — 498 абитуриентов (212 мальчиков, 286 девочек). Средний возраст поступающих — 15,5 лет. Для выявления личностных особенностей поступающих в колледж абитуриентов была также обследована контрольная группа учащихся 10—11-х классов общеобразовательных школ г. Москвы — 146 человек. Таким образом, используемые в статье материалы основаны на обследовании 832 человек.

Поскольку исследование носит лонгитюдный характер, то, помимо вступительных экзаменов, обследование по тесту Кеттелла проводилось в конце каждого учебного года. Распределение студентов по годам обучения выглядит следующим образом: начало 1-го курса — 188 человек, конец 1-го курса — 174 человека, конец 2-го курса — 106 человек, конец 3-го курса — 91 человек, конец 4-го курса — 68 человек. С учетом повторных тестирований общее число полученных в процессе обучения профилей по тесту Кеттелла 16 PF студентов-актеров составило 627. Именно они и являются экспериментальным материалом для анализа структурных изменений личности студента театрального колледжа на разных этапах обучения.

## Анализ результатов

**1. Сопоставление изменений личностных профилей студентов-актеров на разных этапах обучения.** В табл. 1 приведены средние суммарные профили по 16 шкалам теста Кеттелла для семи подвыборок. Они представляют интерес по меньшей мере в двух отношениях. Во-первых, позволяют оценить отличия абитуриентов, поступивших в колледж, от контрольной группы. Во-вторых, дают возможность зафиксировать те тенденции личностных изменений, которые достаточно последовательно проявляются в процессе освоения актерской профессии. В этой связи возникает вопрос: ориентирован ли процесс обучения в колледже на те характеристики, которые статистически значимы при отборе, или подготовка актера опирается на развитие других профессионально важных личностных качеств?

Таблица 1

**Средние суммарные личностные профили по тесту Кеттелла 16 PF  
 контрольной группы, отсеянных абитуриентов и студентов-актеров  
 на разных этапах обучения в театральном колледже (баллы в стенах)**

Шкалы / Группы	A	B	C	E	F	G	H	I	L	M	N	O	Q1	Q2	Q3	Q4
Контрольная группа N=146	5,9	7,0	5,3	6,1	4,8	4,4	6,2	6,1	6,4	5,6	3,8	5,1	7,1	5,4	5,3	5,4
Отсеянные абитуриенты N=498	7,4	7,6	6,3	7,3	5,6	5,6	8,4	8,9	5,6	5,9	4,1	4,8	7,4	3,3	6,7	4,4
Прием N=188	7,7	7,2	6,3	7,1	5,8	5,4	8,3	8,8	5,6	6,0	3,7	4,9	7,4	3,5	6,5	4,9
Конец 1-го курса N=174	7,3	7,3	5,8	6,9	5,5	5,3	7,7	8,7	5,9	5,8	3,7	5,8	6,8	3,6	6,2	5,6
Конец 2-го курса N=106	7,0	7,6	5,6	7,2	5,5	5,4	7,4	8,7	6,6	5,8	3,7	6,4	6,9	4,0	5,9	6,3
Конец 3-го курса N=91	6,7	7,6	5,8	7,3	5,5	5,4	7,5	8,4	6,5	5,8	3,4	6,2	7,5	4,3	6,3	6,1
Конец 4-го курса N=68	6,3	7,7	5,9	7,3	5,6	5,6	7,3	8,5	6,8	6,1	3,5	6,2	7,3	4,4	5,8	6,3

*Примечание:* А — «замкнутость—общительность»; В — «низкий интеллект—высокий интеллект»; С — «эмоциональная нестабильность—эмоциональная стабильность»; Е — «подчиненность—доминантность»; F — «сдержанность—экспрессивность»; G — «низкая нормативность поведения—высокая нормативность поведения»; H — «робость—смелость»; I — «жесткость—чувствительность»; L — «доверчивость—подозрительность»; M — «практичность—мечтательность»; N — «прямолинейность—дипломатичность»; O — «спокойствие—тревожность»; Q1 — «консерватизм—радикализм»; Q2 — «конформизм—нонконформизм»; Q3 — «низкий самоконтроль—высокий самоконтроль»; Q4 — «расслабленность—напряженность».

Сравнение среднего профиля студентов, поступивших в колледж, со средним суммарным профилем их сверстников из общеобразовательных школ (контрольная группа) подробно представлено в ряде наших предыдущих работ [12; 13; 14; 21]. В рамках настоящей статьи отметим, что наибольший интерес в данном сопоставлении представляет набор шкал А+ (общительность), Н+ (смелость), Q2— (конформизм), который характеризует активность в установлении как межличностных, так и социальных контактов, экспрессивность, импульсивность, социальную смелость,



склонность к риску, готовность к вступлению в новые группы. Этот комплекс шкал входит во вторичный фактор теста Кеттелла FII и определяет обобщенную характеристику, обозначенную как *экстраверсия*.

Рассмотрим более подробно те изменения, которые произошли у студентов на разных этапах обучения в театральном колледже.

Анализ приведенных в табл. 1 данных позволяет отметить выраженные тенденции личностных изменений по ряду шкал у студентов в период обучения в театральном колледже. Так, от этапа зачисления в колледж (начало обучения на первом курсе) к концу второго курса последовательно снижаются значения по шкале Н (смелость; от 8,3 до 7,4;  $p < ,05$ ) и параллельно увеличиваются средние значения по шкалам L (подозрительность; от 5,6 до 6,6;  $p < ,05$ ), О (тревожность; от 4,9 до 6,4;  $p < ,05$ ) и Q4 (напряженность; от 4,9 до 6,3;  $p < ,05$ ).

Исходя из содержательных характеристик перечисленных шкал, заметим, что снижение значений по шкале Н (смелость) свидетельствует о тенденции повышения чувствительности к угрозе, что проявляется в таких поведенческих моментах, как осторожность, робость, сдержанность. Рост средних значений по шкале Q4 (напряженность) означает повышенную мотивацию, которая выражается в беспокойстве, напряженности, фрустрированности личности. В свою очередь, положительный полюс шкалы О (тревожность) связан с неуверенностью в себе, склонностью к самобичеванию, депрессией и повышенной чувствительностью к одобрению окружающих. В обобщенном виде данная шкала фиксирует чувство вины и недовольство собой. Повышение средних значений по шкале L (подозрительность) проявляется в настороженном отношении к людям, склонности к ревности, стремлении возложить ответственность за ошибки на окружающих. В целом высокие значения по данной шкале трактуются как эго-защита.

Таким образом, краткие описания выделенных шкал фиксируют рост напряженности и повышенную чувствительность к конфликтам. По этому поводу можно высказать два предположения. Одно из них связано с характеристикой жизненной ситуации, которая складывается у студентов на этапе завершения второго года обучения. Ее можно оценивать как переживание особого личностного кризиса, который вызван тревогой по поводу возможности отчисления из колледжа в связи с неуспешностью в освоении актерской профессии. Подчеркнем, что после второго курса отчисления студентов из колледжа практически прекращаются.

Другое предположение касается логики личностного развития в контексте формирования студента как *субъекта актерской деятельности*. Действительно, на этапе окончания обучения на втором курсе завершается цикл систематических занятий по актерскому тренингу, который в театральной педагогике условно определяется как «школа». В течение

первых двух лет обучения в рамках специально организованных занятий и упражнений происходит развитие сценического внимания, волевого поведения, эмоциональной памяти, развитие способностей выстраивать логику поведения персонажа в предлагаемых обстоятельствах. Следует подчеркнуть, что на втором курсе особое внимание уделяется подготовке сценических отрывков под руководством педагогов, где принципиальное значение имеет уровень развития у студентов способности к взаимодействию с партнерами в ситуации драматургического конфликта. В этой связи заметим, что перечисленный выше комплекс шкал фиксирует особую чувствительность к конфликту, что необходимо для выстраивания действия и актерского переживания сценической роли («самочувствия»), которое в актерской практике определяется и как действие: «я в предлагаемых обстоятельствах».

**2. Анализ взаимосвязей личностных характеристик студентов-актеров на разных этапах обучения.** Обозначенный ракурс рассмотрения полученных материалов направлен на выявление обобщенных комплексов личностных характеристик, что позволит определить структурное своеобразие личности студента-актера.

С этой целью был проведен факторный анализ индивидуальных данных студентов по тесту Кеттелла 16 PF, которые получены на этапе приемных экзаменов и далее, в конце каждого года обучения. Для реализации поставленной задачи из имеющейся базы данных лонгитюдного исследования были сформированы пять исходных матриц эмпирических данных, соответствующих разным этапам обучения. Столбцы каждой матрицы определяют 16 шкал теста Кеттелла 16 PF, а строки — фамилии студентов соответствующих курсов. Ячейка матрицы (пересечение столбца и строки) фиксирует значение по шкале для конкретного студента. Отметим, что для проведения факторного анализа были отобраны личностные профили по тесту Кеттелла 16 PF только тех студентов, которые успешно освоили программу обучения на соответствующем курсе. Каждая из пяти матриц была факторизована с использованием метода главных компонент с вращением Varimax.

В табл. 2 представлены факторные нагрузки шкал теста Кеттелла для каждого этапа обучения.

Для наглядного представления результатов и удобства интерпретации в табл. 3 представлены структуры полученных факторов для каждого этапа обучения.

Приведенные в табл. 2 результаты позволяют выделить ряд инвариантных факторов (сочетаний шкал теста), структуры которых оказываются достаточно устойчивыми на разных этапах обучения. Рассмотрим их более подробно.

Структура фактора Ф1 практически не меняется на всех этапах обучения. Здесь на положительном полюсе объединены такие характеристи-

Таблица 2

Факторные нагрузки шкал теста 16 PF на разных этапах обучения

Шкалы теста	Вступительные экзамены (N=97)				Конеч 1-го курса (N=97)				Конеч 2-го курса (N=79)				Конеч 3-го курса (N=63)				Конеч 4-го курса (N=47)			
	F1 17,4	F2 12,6	F3 11,2	F4 10,5	F1 18,1	F2 14,8	F3 11,3	F4 9,3	F1 19,7	F2 17,1	F3 10,1	F4 9,1	F1 19,4	F2 17,5	F3 14,6	F4 7,7	F1 21,0	F2 17,2	F3 12,7	F4 9,2
A	-0,07	0,11	-0,26	0,67	-0,11	-0,04	-0,11	0,44	-0,03	-0,05	0,23	0,72	-0,01	-0,13	0,41	0,55	0,14	-0,17	0,38	0,50
B	-0,09	0,52	-0,23	0,11	0,12	0,01	0,11	0,03	-0,03	-0,09	0,09	0,05	-0,13	-0,02	0,05	-0,11	0,33	-0,02	-0,08	0,76
C	-0,60	0,00	0,15	0,25	-0,64	0,05	0,12	-0,13	-0,73	0,03	0,13	0,15	-0,59	-0,29	0,15	0,18	0,67	0,15	0,11	0,25
E	-0,22	-0,09	0,79	0,14	-0,03	0,02	0,80	0,24	-0,06	-0,01	0,79	0,10	0,31	0,15	0,79	0,22	-0,21	0,07	0,80	0,07
F	0,09	0,58	0,12	0,44	-0,13	0,53	0,26	0,58	0,02	-0,49	0,55	0,25	-0,05	-0,27	0,65	0,04	0,01	-0,11	0,84	0,08
G	0,34	-0,59	-0,17	0,12	-0,11	-0,79	0,12	0,05	-0,04	0,78	0,16	0,01	-0,08	0,76	-0,16	0,19	-0,15	0,80	0,23	-0,04
H	0,33	0,04	0,27	0,70	-0,58	0,03	0,35	0,56	-0,50	-0,01	0,71	0,16	-0,41	-0,01	0,74	0,24	0,34	0,13	0,75	0,08
I	0,04	0,00	0,07	-0,01	0,10	0,00	0,13	-0,10	-0,07	0,11	-0,21	0,51	0,06	0,28	-0,04	0,60	-0,26	0,37	0,30	0,56
L	0,62	-0,03	0,27	0,25	0,69	0,17	0,35	-0,07	0,52	-0,18	0,30	-0,23	0,72	-0,16	-0,02	-0,19	-0,52	-0,45	0,30	-0,06
M	0,03	0,69	0,14	-0,18	0,02	0,63	0,06	0,10	0,05	-0,73	0,18	0,15	-0,07	-0,80	0,08	-0,09	0,30	-0,03	0,22	-0,33
N	0,00	-0,58	-0,13	-0,03	0,07	-0,45	0,51	-0,09	0,41	0,48	0,30	-0,31	0,03	0,73	0,16	-0,15	0,11	0,04	-0,03	0,05
O	0,80	-0,05	-0,27	-0,04	0,79	-0,21	0,14	-0,15	0,75	0,03	-0,15	0,21	0,72	0,18	0,03	0,38	-0,82	0,05	0,06	-0,14
Q1	0,03	0,33	0,69	0,01	-0,24	0,54	0,39	-0,23	-0,31	-0,52	0,36	-0,43	-0,11	-0,34	0,42	-0,42	0,60	-0,28	0,28	-0,07
Q2	-0,04	0,11	-0,09	-0,67	0,10	0,05	-0,03	-0,86	0,04	0,25	-0,23	-0,65	-0,01	0,14	-0,29	-0,70	0,15	-0,06	-0,47	0,15
Q3	-0,64	-0,32	-0,32	-0,01	-0,55	-0,66	-0,03	-0,13	-0,35	0,66	-0,16	0,04	-0,64	0,44	-0,10	-0,23	0,38	0,73	-0,16	0,01
Q4	0,83	0,08	-0,12	-0,08	0,78	0,24	-0,03	-0,16	0,85	-0,10	-0,10	0,01	0,88	0,06	-0,03	0,09	-0,87	-0,14	0,06	-0,05

Примечание: после номера фактора указан процент объясняемой дисперсии; факторы теста Кеттелла (положительные полюса): А — «общительность», В — «высокий интеллект», С — «эмоциональная стабильность», Е — «доминантность», F — «экспрессивность», G — «высокая нормативность поведения», Н — «смелость», I — «чувствительность», L — «полноразрядность», М — «мечтательность», N — «дипломатичность», О — «тревожность», Q1 — «радикализм», Q2 — «нон-конформизм», Q3 — «высокий самоконтроль», Q4 — «напряженность».

Таблица 3

**Содержание выделенных факторов на разных этапах обучения**  
**(знак «/» разделяет положительный и отрицательный полюса фактора)**

Факторы	Вступительные экзамены (N=97)	Конец 1-го курса (N=97)	Конец 2-го курса (N=79)	Конец 3-го курса (N=63)	Конец 4-го курса (N=47)
Ф1	L O Q4 / C Q3	L O Q4 / C H	L O Q4 / C	L O Q4 / C Q3	L O Q4 / C Q1
Ф2	B F M / G N	Q1 M / G Q3	Q1 M / G Q3	M / G N	G Q3
Ф3	E Q1	E N	E F H	E F H	E F H
Ф4	A H / Q2	A I	A I / Q2	A I / Q2	A I B
Ф5	I	F/Q2	B	B	M Q2 / N
Ф6	-	B M / C	-	-	-

*Примечание:* факторы теста Кеттелла (положительные полюса): А — «общительность»; В — «высокий интеллект»; С — «эмоциональная стабильность»; Е — «доминантность»; F — «экспрессивность»; G — «высокая нормативность поведения»; Н — «смелость»; I — «чувствительность»; L — «подозрительность»; М — «мечтательность»; N — «дипломатичность»; O — «тревожность»; Q1 — «радикализм»; Q2 — «нонконформизм»; Q3 — «высокий самоконтроль»; Q4 — «напряженность».

ки, как подозрительность (L), тревожность (O), напряженность (Q4), а на отрицательном — шкала С (эмоциональная устойчивость). Подобное объединение шкал определяет оппозицию «тревожность—эмоциональная стабильность». Характерно, что структура данного фактора практически полностью совпадает со вторичным обобщенным фактором теста Кеттелла FI (общая тревожность). Данный вторичный фактор описывает тревогу в ее обычном понимании, в том числе она трактуется и как «недовольство собой». Важно иметь в виду, что при очень высоких значениях по этому фактору может снижаться продуктивность деятельности вплоть до ее блокировки. В этом отношении данный фактор можно рассматривать и как показатель гипермотивации.

Особый интерес представляет фактор Ф4. Он претерпевает достаточно интересные структурные изменения на разных этапах обучения. Так, на этапе отбора в вуз явно проявляется базовый комплекс взаимосвязанных шкал А (общительность), Н (смелость), Q2 (нонконформизм). Заметим, что сочетание шкал А и Н характеризует стремление к общению. Человек с высокими показателями по этим шкалам легко вступает в контакт с незнакомыми людьми, сохраняет уверенность в себе при общении с авторитетами. При этом для нее само общение служит основным способом решения проблем. Следует подчеркнуть, и это особенно важно для актерской деятельности, что такой человек не испытывает

напряжения в большой аудитории. Это позволяет сделать вывод о том, что сочетание данных шкал фиксирует особую личностную направленность: *стремление к публичности* (или свободу в ситуации публичного общения). Она, заметим, и проявляется на этапе конкурсного отбора в театральные колледж.

В конце первого года обучения происходит принципиальное изменение в структуре фактора Ф4 (см. табл. 3). На первый взгляд оно весьма незначительно: шкала А (общительность) коррелирует не со шкалой Н (смелость), а со шкалой I (чувствительность). Напомним, что эта личностная черта связана со способностью к сопереживанию, эмпатии, артистичностью и склонностью к романтизму, художественным восприятием мира. К концу первого года обучения эта характеристика оказывается связанной со шкалой А, определяющей такие параметры общения, как естественность, доброта, открытость, внимательность к людям, доверчивость, веселость. Эта корреляция шкал А и I устойчиво сохраняется на всех последующих этапах обучения. Можно сделать вывод о том, что здесь формируется специфическая личностная структура, ориентирующая поведение на особое *художественное общение*.

Заметим, что подобная взаимосвязь шкал определяет весьма своеобразный комплекс личностных характеристик. Для понимания его особенностей следует иметь в виду, что шкала I характеризует и такие личностные проявления, как ожидание внимания, поиск симпатии, склонность к действию по интуиции, фантазирование в беседе и наедине с собой. Иными словами, здесь мы сталкиваемся не просто со стремлением к публичному общению, а именно с особым комплексом установок, направленных на *привлечение к себе внимания* (своеобразный нарциссизм), который предполагает выход из ситуации обыденного и повседневного общения в «нереальное», «фантазийное» пространство с особым автором-рассказчиком (в театральной терминологии — «я в предлагаемых обстоятельствах»).

На последующих курсах к устойчивому сочетанию характеристик А (общительность) и I (чувствительность) на отрицательном полюсе фактора Ф4 добавляется шкала Q2 (нонконформизм), низкие значения по которой фиксируют готовность к групповому взаимодействию. Данное обстоятельство крайне важно, поскольку позволяет сделать вывод о том, что социальная ситуация внутригруппового общения влияет на формирование особой личностной характеристики актера, связанной с *привлечением к себе внимания*, активизацией «позитивных реакций других на меня». Это можно рассматривать как проявление общей психологической закономерности — переход интер-отношений в интра-отношения.

Особый интерес представляет фактор Ф3. Его инвариантная структура отчетливо проявляется у студентов в конце второго курса и сохраняется на

последующих этапах обучения. Из табл. 2 видно, что этот фактор образует корреляция шкал Е (доминантность), F (экспрессивность) и Н (смелость). В целом, перечисленный набор шкал характеризует активность субъекта в социальных и межличностных контактах, готовность к действиям в ситуациях неопределенности и стремление к эмоциональному лидерству, склонность к рискованному поведению. Следует добавить, что сочетание высоких значений по шкалам Н (смелость) и F (экспрессивность) позволяет говорить об особом жизненном оптимизме, позитивном восприятии жизненных перспектив, когда преобладает вера в удачу, а сложности и проблемы вытесняются. С точки зрения актерской профессии, данный фактор представляется крайне важным, поскольку эмоциональное лидерство можно рассматривать как стремление личности к непосредственно-эмоциональному воздействию на других.

И, наконец, рассмотрим фактор Ф2. В качестве базовой инвариантной оппозиции здесь можно выделить противопоставление шкал М (мечтательность) и G (нормативность поведения). Характерно, что устойчивая отрицательная корреляция между этими шкалами проявляется уже на начальном этапе обучения среди первокурсников. Для понимания данной оппозиции важно иметь в виду содержательные характеристики каждой из шкал.

Так, высокие значения по шкале М свойственны людям с богатым воображением, которые поглощены своими идеями, внутренними иллюзиями. Личности с М+ имеют яркую интеллектуальную жизнь, в поведении могут быть «богемы», неконформны. Как отмечают авторы теста, высокие оценки по этой шкале свойственны художникам, поэтам, исследователям, экспериментаторам [4; 16]. Поскольку корреляция между шкалами М и G отрицательна, то для интерпретации важна также низкие значения по шкале G. К ним относятся: склонность к непостоянству, подверженность влиянию чувств, случайных событий и обстоятельств, неорганизованность, импульсивность, отсутствие согласия с общепринятыми моральными правилами и стандартами, свобода от их влияния, склонность к асоциальному поведению.

Подобное сочетание характеристик, фиксируемых шкалами М (мечтательность) и G (нормативность поведения), на наш взгляд, можно интерпретировать как выраженный *индивидуализм*, что проявляется в следовании собственным чувствам и побуждениям вне ориентации на общепринятые морально-нравственные ограничения. Заметим, что в целом интерпретация фактора Ф2 может носить двоякий характер. Так, с одной стороны, он достаточно отчетливо обнаруживает связь между *художественной креативностью и низкой нормативностью поведения* как важной характеристикой актерского творчества. С другой стороны, выделение данного фактора дает основания к выводу о двух противоположных ти-

пах студентов-актеров, различающихся по своим установкам в работе над ролью. Один тип ориентирован, в первую очередь, на экспериментирование, опирается при создании роли на свои внутренние образы, фантазии, побуждения. Для другого типа характерно действие в конкретной реальной ситуации, стремление следовать нормам и готовым образцам.

## Обсуждение

Полученные в ходе исследования материалы показывают, что при отборе студентов в театральный колледж принципиально важное значение имеет комплекс личностных характеристик, определяющих готовность личности к активному социальному взаимодействию и экспрессивному эмоционально-личностному общению.

В процессе обучения к концу второго курса происходят существенные изменения относительно широкого набора шкал теста 16 PF, которые характеризуют особенности эмоционально-волевой регуляции поведения. С одной стороны, это может свидетельствовать о переживании своеобразного личностного кризиса, связанного с учебной успешностью и дальнейшим профессиональным самоопределением. С другой стороны, подобные изменения можно интерпретировать как формирование особых регулятивных механизмов, связанных с поведением в конфликтных ситуациях, что имеет принципиальное значение для организации сценического действия.

Вместе с тем сравнение средних профилей по шкалам теста Кеттелла не позволяет сделать вывод о собственно *структурных* перестройках личностных качеств на разных этапах обучения. Для этого необходимо использовать иные математические методы обработки данных. Проведенный в этой связи факторный анализ позволил выделить четыре устойчивых сочетания шкал (факторы Ф1 — обобщенная личностная тревожность, Ф2 — индивидуализм, Ф3 — эмоциональное лидерство, Ф4 — нарциссизм), что позволяет уточнить особенности личностных трансформаций, которые происходят у студентов театрального колледжа на разных этапах обучения.

Так, на этапе отбора и на протяжении последующего обучения выделяется инвариантный фактор Ф1, который условно можно обозначить через оппозицию «тревожность—эмоциональная стабильность». Наличие этого фактора уже на этапе отбора позволяет сделать вывод о том, что эмоциональная возбудимость («энергоемкость», «энергичность») является важным показателем при отборе в театральный колледж. Хотя заметим, что явных акцентуаций по определяющим фактор шкалам (LOQ4/C) на среднем профиле поступивших студентов-первокурсников не наблюдается. Таким образом, внутренняя напряженность (мотивированность) является важным параметром как при отборе в профессию,

так и в течение всего периода обучения. В этой связи можно сослаться на мнение В.Э. Мейерхольда о том, что «...необходимым свойством актера является способность к рефлекторной возбудимости. Человек, лишенный этой способности, актером быть не может» [6].

Исследование показало, что на этапе отбора важным личностным индикатором выступает такой показатель, как *стремление к публичности*. На базе этой личностной тенденции к концу первого года обучения формируется специфическая личностная структура, ориентирующая поведение на *привлечение к себе внимания* (нарциссизм). В этом отношении полученные данные подтверждают результаты исследования Дафнера [17] о значимости нарциссических проявлений в структуре личности актера. Подобный комплекс личностных характеристик, связанный с активизацией позитивной реакции другого на себя, крайне важен для театральной формы общения, которая предполагает организацию особых отношений «актер—роль—зритель».

Другое важное личностное новообразование, которое определяется с помощью сочетания шкал теста Кеттелла 16 PF (E, F, H — фактор Ф3) формируется в конце второго года обучения. Этот комплекс шкал характеризует стремление к эмоциональному лидерству, эмоциональному воздействию на других.

Таким образом, в конце второго курса формируются два устойчивых фактора — Ф4 и Ф3. Их сопоставление представляет особый интерес в контексте проблематики общения, поскольку в коммуникативном акте можно выделить две фазы: непосредственно воздействие и ожидание (прогнозирование, «провоцирование») реакции на собственное воздействие со стороны окружающих — зрителей. Это дает основание считать, что первые два года обучения, насыщенные разнообразными психотехническими упражнениями, ориентированы на развитие личности актера как субъекта деятельности, реализующего особую форму эмоционального общения. Обсуждая полученные результаты важно иметь в виду, что К.С. Станиславский уделял особое внимание сценическому общению, считая эту категорию не менее важной, чем сценическое действие [10]. На необходимость формирования способности к общению указывали и другие театральные педагоги (П.М. Ершов, Б.Е. Захава, М.О. Кнебель и др.).

## **Выводы**

Полученные материалы позволили, в соответствии с выдвинутой гипотезой, уточнить своеобразие коммуникативных, эмоциональных регулятивных и интеллектуальных характеристик, играющих важную роль в актерском перевоплощении. При этом обнаружен ряд существенных



личностных особенностей, которые способствуют реализации сценического общения «я—роль—зритель».

Факторный анализ полученных материалов дал возможность определить ряд устойчивых сочетаний личностных качеств (факторов), которые отражают особенности формирования актера как субъекта деятельности на разных этапах освоения актерской профессии.

Выявленные в результате исследования сочетания личностных качеств (факторы) позволяют уточнить целевую направленность педагогического процесса по обучению актерскому мастерству не только относительно освоения навыков и средств реализации сценической деятельности, но и относительно личностного развития студентов.

### **Благодарности**

Работа выполнена при поддержке РФФИ Проект №18-013-00805 А «Особенности личностных изменений и профессиональной социализации в процессе освоения актерской профессии».

### **ЛИТЕРАТУРА**

1. *Бенеш Н.Л.* Психологические механизмы эмпатии в актерской психотехнике: автореф. дисс. ... канд. психол. наук. Хабаровск, 2007. 25 с.
2. *Галкина Ю.И.* Психологические детерминанты личностно-профессионального становления будущих актеров: дисс. ... канд. психол. наук. М., 2011. 235 с.
3. *Гройсман А.Л.* Психология успешности профессионального обучения и творческой деятельности актера. М.: Когито-Центр, 2007. 160 с.
4. *Капустина А.Н.* Многофакторная личностная методика Р. Кеттелла. СПб.: Речь, 2001. 85 с.
5. *Малевский Е.В.* Психологические характеристики личности в обучении актера вербальному ролевому поведению: дисс. ... канд. психол. наук. М., 1998. 115 с.
6. *Мейерхольд В.Э., Бебутов В.М., Аксенов И.А.* Амплуа актера. М.: ГВЫРМ, 1922. 15 с.
7. *Рождественская Н.В.* Диагностика актерских способностей. СПб.: Речь, 2005. 192 с.
8. *Росляков А.Ф.* Мотивационные особенности личности и профессиональной деятельности студента-актера: автореф. дисс. ... канд. психол. наук. М., 1992. 16 с.
9. *Савостьянов А.И.* Общая и театральная психология. СПб.: КАРО, 2007. 256 с.
10. *Станиславский К.С.* Работа актера над собой в творческом процессе переживания. Дневник ученика. М.: Прайм-Еврознак, 2010. 416 с.
11. *Собкин В.С.* Опыт исследования личностных характеристик студентов-актеров // Психолого-педагогические аспекты обучения студентов творческих вузов / Под ред. А.Л. Гройсмана. М.: ГИТИС, 1984. С. 22—37.

12. *Собкин В.С., Лыкова Т.А.* Личностные особенности и реакции на фрустрацию (по результатам исследования студентов-актеров) // Консультативная психология и психотерапия. 2018. Т. 26. № 1. С. 7—28. doi:10.17759/cpp.2018260102
13. *Собкин В.С., Лыкова Т.А.* Особенности личностных изменений у студентов-актеров на разных этапах обучения в театральном колледже // Вопросы психического здоровья детей и подростков. 2017. № 3. С. 34—41.
14. *Собкин В.С. Феофанова Т.А.* К вопросу о диагностике актерской одаренности: социально-психологические аспекты // Труды по социологии образования. Т. XVI. Вып. XXVIII / Под ред. В.С. Собкина. М.: Институт социологии образования РАО, 2012. С. 217—236.
15. *Фишман-Борисов М.Б.* Становление Я-концепции в системе профессионального мастерства будущего актера: дисс. ... канд. психол. наук. М., 2005. 217 с.
16. *Cattell R.B., Eber H.W., Tatsuoka M.M.* Handbook for the Sixteen Personality Factor Questionnaire (16 PF). Champaign, IL: Institute for Personality and Ability Testing, 1970. 215 p.
17. *Dufner M et al.* Narcissistic tendencies among actors: Craving for admiration, but not at the cost of others // Social Psychological and Personality Science. 2015. Vol. 6 (4). P. 447—454. doi:10.1177/1948550614564224
18. *Goldstein T.R., Winner E.* Living in alternative and inner worlds: early signs of acting talent // Creativity Research Journal. 2009. Vol. 21 (1). P. 117—124. doi:10.1080/10400410802633749
19. *Orzechowicz D.* Privileged emotion managers: The case of actors // Social Psychology Quarterly. 2008. Vol. 71 (2). P. 143—156. doi:10.1177/019027250807100204
20. *Panainte M., Ene D.L.* Sources of the actors' emotions expressed on stage // The Scientific Journal of Humanistic Studies. 2007. Vol. 7 (12). P. 84—88.
21. *Sobkin V.S., Lykova T.A.* Sociometric status of Theatre College students and its relation to their personal characteristics and educational activities // Psychology in Russia: State of the Art. 2015. Vol. 8 (4). P. 130—141. doi:10.11621/pir.2015.0413
22. *Tatar A. et al.* Examination of personality characteristics of theater actors in the framework of the five factor model and construction of their personality // Turk Psikoloji Dergisi. 2013. Vol. 28 (72). P. 1—20.
23. *Turri M.* A psychoanalytic perspective on theories of spectator-character and actor-character identification in the theatre: Ph.D. thesis. University of Exeter, 2015. 132 p.

## DIAGNOSTICS OF STRUCTURAL FEATURES OF PERSONALITY CHANGES IN THEATRE COLLEGE STUDENTS AT DIFFERENT STAGES OF TRAINING

V.S. SOBKIN\*,  
Institute of Education Management, Russian Academy of Education,  
Moscow, Russia,  
sobkin@mail.ru

T.A. LYKOVA\*\*,  
Institute of Education Management, Russian Academy of Education,  
Peoples' Friendship University of Russia, Moscow, Russia,  
feo.tatiana@gmail.com

A.V. SOBKINA\*\*\*,  
Moscow Theatre College at the Moscow Theatre under the direction of  
Oleg Tabakov, Moscow, Russia,  
nurasobkina@gmail.com

The paper presents the results of a study of the structural features of personal changes of student-actors in the process of studying in the theater college. We hypothesize that at the stage of primary occupation selection and in the training process students acquire and develop specific stable personality structures (association of personal qualities), which are essential for the formation of the subject of acting. The sample consisted of 832 respondent: 686 enrollees of theater college; 188 students at the beginning and 174 — at the end of the 1st year, 106 2nd year, 91 3rd year, and 68 4th year students. Methods: R. Cattell Personality Factors test (16 PF). Results: four invariant factors describing the structural features of the personality of student-actors are identified — personal anxiety, the desire for public communication, emotional impact on the other, individualism. Conclusions: the hypothesis of the presence of stable personality structures was confirmed, a number of essential personal features

### For citation:

Sobkin V.S., Lykova T.A., Sobkina A.V. Diagnostics of Structural Features of Personality Changes in Theatre College Students at Different Stages of Training. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya* [Counseling Psychology and Psychotherapy], 2018. Vol. 26, no. 4, pp. 83—100. doi: 10.17759/cpp.2018260406. (In Russ., abstr. in Engl.).

\* *Sobkin Vladimir Samuilovich*, Doctor in Psychology, Professor, Head of the Center for the Sociology of Education, Institute of Education Management, Russian Academy of Education, Moscow, Russia, e-mail: sobkin@mail.ru

\*\* *Lykova Tatiana Anatol'evna*, Ph.D., Leading Researcher, Institute of Education Management, Russian Academy of Education; senior lecturer, Institute of Foreign Languages, Peoples' Friendship University of Russia, Moscow, Russia, e-mail: feo.tatiana@gmail.com

\*\*\* *Sobkina Anna Vladimirovna*, Teacher-Psychologist, Moscow Theatre College, Moscow Theatre under the direction of Oleg Tabakov, e-mail: nurasobkina@gmail.com

that contribute to the implementation of stage communication between self, role, and viewer were found.

**Keywords:** acting talent, personal features, structural characteristics, psychology of the actor, the Cattell test, factor analysis.

### **Acknowledgements**

This work was supported by Russian Foundation for basic research, grant №18-013-00805 A «Features of personal change and professional socialization in the development of the acting profession».

### **REFERENCES**

1. Benesh N.L. Psikhologicheskie mekhanizmy empatii v akterskoi psikhotehnike: Avtoref. diss. kand. psikhol. nauk. [Psychological mechanisms of empathy in the actor's psychotechnics. Ph. D. (Psychology) Thesis]. Khabarovsk, 2007. 25 p.
2. Galkina Yu.I. Psikhologicheskie determinanty lichnostno-professional'nogo stanovleniya budushchikh akterov: Diss. kand. psikhol. nauk [Psychological determinants of personal and professional formation of future actors. Ph. D. (Psychology) diss.]. Moscow, 2011. 235 p.
3. Groisman A.L. Psikhologiya uspeshnosti professional'nogo obucheniya i tvorcheskoi deyatel'nosti aktera [Psychology of success of professional training and creative activity of the actor]. Moscow: Kogito-Tsentr, 2007. 160 p.
4. Kapustina A.N. Mnogofaktornaya lichnostnaya metodika R. Kettella [Multifactor personality technique by R. Cattell]. Saint Petersburg: Rech', 2001. 85 p.
5. Malevskii E.V. Psikhologicheskie kharakteristiki lichnosti v obuchenii aktera verbal'nomu rolevomu povedeniyu: Diss. kand. psikhol. nauk [Psychological characteristics of personality in the training of the actor the role of verbal behavior. Ph. D. (Psychology) diss.]. Moscow, 1998. 115 p.
6. Meierkol'd V.E., Bebutov V.M., Aksenov I.A. Amlpua aktera [The Role of an actor]. Moscow: GYRM, 1922. 15 p.
7. Rozhdestvenskaya N.V. Diagnostika akterskikh sposobnostei [Diagnosis of the acting ability]. Saint Petersburg: Rech', 2005. 192 p.
8. Roslyakov A.F. Motivatsionnye osobennosti lichnosti i professional'noi deyatel'nosti studenta-aktera: Avtoref. diss. kand. psikhol. nauk [Motivational personality characteristics and professional activities of the student-actor. Ph. D. (Psychology) Thesis]. Moscow, 1992. 16 p.
9. Savost'yanov A.I. Obshchaya i teatral'naya psikhologiya [General psychology and theatre]. Saint Petersburg: KARO, 2007. 256 p.
10. Stanislavskii K.S. Rabota aktera nad soboi v tvorcheskom protsesse perezhivaniya. Dnevnik uchenika [Actor's work on himself in the creative process of experiencing. Diary of a student]. Moscow: Praim-Evroznak, 2010. 416 p.
11. Sobkin V.S. Opyt issledovaniya lichnostnykh kharakteristik studentov-akterov [The experience of studying the personal characteristics of the student-actors]. In A.L. Groisman (ed). *Psikhologo-pedagogicheskie aspekty obucheniya studentov tvorcheskikh vuzov* [Psychological-pedagogical aspects of training the students of creative high schools]. Moscow: GITIS, 1984, pp. 22—37.

12. Sobkin V.S., Lykova T.A. Lichnostnye osobennosti i reakcii na frustraciyu (po rezul'tatam issledovaniya studentov-akterov) [Personal characteristics and reactions to frustration (according to the results of the study of student actors)]. *Konsul'tativnaya psihologiya i psihoterapiya* [Counseling Psychology and Psychotherapy], 2018. Vol. 26 (1), pp. 7—28. doi:10.17759/cpp.2018260102. (In Russ., abstr. in Engl.).
13. Sobkin V.S., Lykova T.A. Osobennosti lichnostnyh izmenenij u studentov-akterov na raznyh ehtapah obucheniya v teatral'nom kolledzhe [Features of personal changes in student-actors at different stages of training at the theater College]. *Voprosy psihicheskogo zdorov'ya detej i podrostkov* [Issues of Mental Health of Children and Adolescents], 2017, no. 3, pp. 34—41.
14. Sobkin V.S., Feofanova T.A. K voprosu o diagnostike akterskoj odarennosti: social'no-psihologicheskie aspekty [Regarding the diagnostics of acting giftedness: social-psychological aspects]. In V.S. Sobkin (ed.). *Trudy po sociologii obrazovaniya. T. XVI. Vyp. XXVIII* [Proceedings on the sociology of education. Vol. XVI. Issue XXVIII]. Moscow: Institut sociologii obrazovaniya RAO, 2012, pp. 217—236.
15. Fishman-Borisov M.B. Stanovlenie Ya-kontseptsii v sisteme professional'nogo masterstva budushchego aktera: Diss. kand. psihol. nauk [Formation of self-concept in the system of professional skills of future actor. Ph. D. (Psychology) diss.]. Moscow, 2005. 217 p.
16. Cattell R.B., Eber H.W., Tatsuoka M.M. Handbook for the Sixteen Personality Factor Questionnaire (16 PF). Champaign, IL: Institute for Personality and Ability Testing, 1970. 215 p.
17. Dufner M. et al. Narcissistic tendencies among actors: Craving for admiration, but not at the cost of others. *Social Psychological and Personality Science*, 2015. Vol. 6 (4), pp. 447—454. doi:10.1177/1948550614564224
18. Goldstein T.R., Winner E. Living in alternative and inner worlds: Early signs of acting talent. *Creativity Research Journal*, 2009. Vol. 21 (1), pp. 117—124. doi:10.1080/10400410802633749
19. Orzechowicz D. Privileged emotion managers: The case of actors. *Social Psychology Quarterly*, 2008. Vol. 71 (2), pp. 143—156. doi:10.1177/019027250807100204
20. Panainte M., Ene D.L. Sources of the actors' emotions expressed on stage. *The Scientific Journal of Humanistic Studies*, 2007. Vol. 7 (12), pp. 84—88.
21. Sobkin V.S., Lykova T.A. Sociometric status of Theatre College students and its relation to their personal characteristics and educational activities. *Psychology in Russia: State of the Art*, 2015. Vol. 8 (4), pp. 130—141. doi:10.11621/pir.2015.0413
22. Tatar A. et al. Examination of personality characteristics of theater actors in the framework of the five factor model and construction of their personality. *Turk Psikoloji Dergisi*, 2013. Vol. 28 (72), pp. 1—20.
23. Turri M. A psychoanalytic perspective on theories of spectator-character and actor-character identification in the theatre. Ph.D. thesis. University of Exeter, 2015. 132 p.

# СОВЛАДАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ КАК ФАКТОР КАЧЕСТВА ЖИЗНИ И СУБЪЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ

С.А. ХАЗОВА\*,  
КГУ, Кострома, Россия,  
hazova\_svetlana@mail.ru

Н.С. ШИПОВА\*\*,  
КГУ, Кострома, Россия,  
ronia\_777@mail.ru

Т.Н. АДЕЕВА\*\*\*,  
КГУ, Кострома, Россия,  
adeeva.tanya@rambler.ru

## Для цитаты:

*Хазова С.А., Шипова Н.С., Адеева Т.Н., Тихонова И.В.* Совладающее поведение лиц с ограниченными возможностями здоровья как фактор качества жизни и субъективного благополучия // Консультативная психология и психотерапия. 2018. Т. 26. № 4. С. 101—118. doi: 10.17759/cpp.2018260407

\* *Хазова Светлана Абдурахмановна*, доктор психологических наук, доцент, профессор кафедры специальной педагогики и психологии, Костромской государственной университет (КГУ), Кострома, Россия, e-mail: hazova\_svetlana@mail.ru

\*\* *Шипова Наталья Сергеевна*, кандидат психологических наук, доцент кафедры специальной педагогики и психологии, Костромской государственной университет (КГУ), Кострома, Россия, e-mail: ronia\_777@mail.ru

\*\*\* *Адеева Татьяна Николаевна*, кандидат психологических наук, доцент кафедры специальной педагогики и психологии, Костромской государственной университет (КГУ), Кострома, Россия, e-mail: adeeva.tanya@rambler.ru

**И.В. ТИХОНОВА\*\*\*\***,  
КГУ, Кострома, Россия,  
inn.007@mail.ru

Представлен анализ работ по проблеме детерминации качества жизни у лиц с ОВЗ. Предполагается, что совладающее поведение является фактором высокого качества жизни и субъективного благополучия. Выборка (N=102): взрослые инвалиды с детства (n=51), имеющие нарушения зрения (n=16), слуха (n=18), опорно-двигательного аппарата (n=17); лица с типичным развитием (n=51). Средний возраст респондентов 37 лет. Методики: краткий опросник качества жизни ВОЗ QUALITY OF LIFE (WHOQOL)—BREF в адаптации НИИ имени В.М. Бехтерева; шкала субъективного благополучия М.В. Соколовой; опросник способов совладания (S. Folkman, R. Lazarus) в адаптации Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк. Показано, что независимо от типа нарушений взрослые с ОВЗ имеют достаточно высокое качество жизни. Описаны связи ( $p \leq 0,05$ ) стратегий совладания с показателями качества жизни и субъективного благополучия. Наибольший вклад в качество жизни вносят стратегии дистанцирования ( $p=0,000$ ), избегания ( $p=0,000$ ), положительной переоценки ( $p=0,000$ ). Отдельно рассмотрена детерминация качества жизни копинг-стратегиями в группах лиц с различными нарушениями. Результаты исследования могут быть использованы для построения программ реабилитации и помощи лицам с ОВЗ.

**Ключевые слова:** качество жизни, субъективное благополучие, совладающее поведение, лица с ограниченными возможностями здоровья.

Динамичность современного общества диктует повышение требований к человеку как субъекту собственной жизни, к его способности не просто интегрироваться в стремительно изменяющееся общество, но и быть успешным, продуктивным, несмотря на все «вызовы жизни». Не являются исключением и маломобильные группы населения, прежде всего инвалиды с детства, имеющие ограничения здоровья, связанные с нарушениями развития. Пафос большинства исследований проблем и трудностей социальной адаптации этой группы людей заключается в обосновании необходимости особой социальной заботы и защиты, поскольку чаще всего они рассматриваются как адресаты социальной политики, некий «обобщенный груз, который приходится нести заботящимся о них близким, обществу, государству» [8, с. 57]. Однако есть и противоположная позиция, акцентирующая внимание на адаптивных

\*\*\*\* Тихонова Инна Викторовна, кандидат психологических наук, доцент кафедры специальной педагогики и психологии, Костромской государственной университет (КГУ), Кострома, Россия, e-mail: inn.007@mail.ru

возможностях людей, находящихся в условиях «затрудненного развития», их способности сохранять и развивать собственную жизнеспособность, совладать с трудностями, демонстрировать высокое качество жизни [7; 9; 18].

Важно отметить, что количество исследований качества жизни разных групп населения неуклонно растет в различных областях знания (философия, социология, экономика, народное образование, психология) [10; 18]. Это ведет, с одной стороны, к накоплению эмпирических данных, которые не всегда возможно систематизировать и структурировать в связи с их большим разнообразием, отсутствием у научного сообщества единого мнения о параметрах оценки и компонентах качества жизни. С другой стороны, это ведет к пониманию интегральности, междисциплинарности данного феномена, необходимости комплексного изучения и невозможности его описания в терминах одной науки.

Тем не менее, присутствует некоторая спецификация понимания качества жизни в зависимости от сферы знания. Так, например, в социальных и экономических науках качество жизни обычно соотносится с объективными и субъективными оценками (оценками отдельного человека или социальной группы) различных сторон жизнедеятельности, условий жизни, эффективности функционирования различных социальных институтов, призванных обеспечивать достойные условия существования и развития общества. В качестве индикаторов для его оценки обычно используются социально-экономические показатели, которые лежат в основе принятия стратегических управленческих решений: средняя ожидаемая продолжительность жизни при рождении, уровень образования населения, реальный среднедушевой валовой внутренний продукт, материальные блага, уровень удовлетворения потребностей и интересов личности, качество окружающей среды, социальная безопасность и социальная комфортность [8; 12; 19]. В мировой практике для оценки качества жизни используется целый спектр индексов, например, «уровень жизни», «индекс развития человеческого потенциала», «индекс процветания» (*Legatum Prosperity Index*), «всемирный индекс счастья» (*Happy Planet Index*) и т. д.

В медицине, которая лидирует по количеству публикаций в данной предметной области [10], качество жизни анализируется через противопоставление «здоровье—болезнь» в контексте реабилитации, медико-социальной экспертизы, оценки качества медицинской помощи [8; 9; 10]. Это повлекло за собой возникновение особого понятия — «качество жизни, связанное со здоровьем» (*HRQoL*), которое отражает субъективное восприятие больным (инвалидом) собственного физического, психологического, эмоционального и социального состояния [20; 22]. Исследования в этой области чаще всего касаются качества жизни людей



с различными заболеваниями, больных, перенесших оперативное вмешательство, пожилых людей, либо семей, имеющих детей и взрослых с нарушениями здоровья. Так, например, при изучении качества жизни и удовлетворенности жизнью у лиц, ухаживающих за людьми с ОВЗ, отмечены снижение физического и психологического благополучия, соматические и депрессивные симптомы, нарушения сна и социальная изоляция, а также более низкое качество жизни в целом [17; 22]. В клиническом же аспекте с учетом типа нарушений анализируется качество жизни людей с ограниченными возможностями здоровья, имеющих инвалидность с детства. В большинстве исследований доказано, что в данном случае наиболее значимыми оказываются психологические индикаторы, а не показатели физического функционирования [1; 9; 21].

В психологическом и социологическом подходах понимание качества жизни сопряжено с наличием двух сторон оценки: субъективной, или субъективно-оценочной (степень удовлетворенности субъектов различными сторонами бытия и жизнедеятельности), и объективной (уровень жизни социальных групп, людей, их физическое и эмоциональное состояние, поведенческая активность, материальное и социальное положение, трудовой и семейный статус, социальное взаимодействие и др.) [12; 13; 16].

Социологический подход также исходит из возможностей раскрытия духовного, нравственного потенциала, творческих способностей личности, осознанного исполнения духовно-нравственного, служебного и профессионального долга [12].

Психологическое толкование ставит во главу угла эмоциональное здоровье, ощущение счастья, позитивное самовосприятие [23], значимость событий для человека и его субъективное отношение к ним [19], наличие целей, смысла жизни и жизненных ценностей [7; 9], включенность в социальные отношения в противовес одиночеству [23] и качество социальной поддержки [7; 9]. Важнейшими структурными компонентами качества жизни признаются субъективное благополучие и его когнитивная составляющая — удовлетворенность жизнью. В этом же контексте исследуются и ресурсы личности, позволяющие поддерживать высокое качество жизни [7].

Интересно, что в исследованиях развития личности в затрудненных условиях, связанных с ограничениями по здоровью, показано, что сама ситуация инвалидности может запускать разные стратегии жизни: воспринимаемая как вызов возможностям, она вызывает движение к компенсированному качеству жизни, к самосовершенствованию и самореализации; воспринимаемая с точки зрения выгоды, она провоцирует возникновение «инвалидной стратегии», при которой жизнь выстраивается вокруг физического недостатка [9], снижает качество жизни. Анализ эмпирических данных, полученных отечественными и зарубежными ав-

торами, также подтверждает наличие, по крайней мере, двух групп людей с инвалидностью — характеризующихся высоким либо низким качеством жизни [1; 21]. Это ставит во главу угла вопрос о факторах, определяющих качество жизни субъекта при наличии ограничений по здоровью.

В современных исследованиях чаще всего описываются такие детерминанты качества жизни, как наличие целей, осмысленность жизни, способность к саморазвитию, способность к активации собственного ресурсного потенциала, жизнестойкость и жизнеспособность, а также роль социального окружения, наличие моральной поддержки, позиция по отношению к жизни в ситуации инвалидности, отношение к болезни (нарушению) [1; 2; 6; 7; 16]. Однако анализ публикаций по проблеме адаптации в ситуации тяжелой и хронической болезни, а также в ситуации инвалидности, обусловленной нарушениями развития разной нозологии, приводит нас к выводу о том, что весомым предиктором высокого качества жизни личности может выступать совладающее поведение. Во-первых, совладающее поведение, являясь «жизненным дарованием личности» [5], выполняет важнейшие функции в процессе жизнедеятельности, в том числе и в затрудненных болезнью или инвалидностью условиях развития: обеспечивает минимизацию негативных воздействий и восстановление активности субъекта, приспособление или преобразование жизненной ситуации, поддержание позитивного образа Я, уверенности в своих силах, эмоционального равновесия и достаточно тесных контактов с социумом [1; 3; 6]. Во-вторых, его вклад в адаптацию уже доказан в значительном количестве исследований [2; 3; 6; 14; 21]. Поэтому именно изучение совладающего поведения, как указывает Н.А. Сирота, является приоритетным направлением [14] в контексте исследования как психосоциальной адаптации вообще, так и качества жизни и субъективного благополучия.

Между тем, в отечественной психологии фактически отсутствуют исследования роли совладающего поведения в обеспечении качества жизни инвалидов, в то время как в зарубежной науке эта проблема освещается достаточно широко. Так, например, было установлено влияние на качество жизни проблемно-ориентированного копинга, а также духовного владения (обращение к религии и религиозность), которое положительно коррелирует с самооценкой общего здоровья и жизнеспособности. Авторы выделяют наибольшее влияние социально-ориентированных копинг-стратегий и стратегий, направленных на самоподдержку (например, поддержание собственных интересов) [22; 24]. Однако по большей части речь идет о респондентах, имеющих соматические заболевания, в то время как инвалиды с детства, причиной инвалидности которых являются нарушения развития разного генеза, крайне редко находятся в фокусе внимания исследователей как в силу значительной социальной обособленности этой

группы, так и в силу сложности проведения самого исследования (невозможности группового обследования, сложности предъявления материала и фиксации результатов, необходимости использования специальной аппаратуры и сурдоперевода и т. д.).

Все вышесказанное (противоречивые данные о качестве жизни и субъективном благополучии людей с ограниченными возможностями здоровья, доказанный вклад совладающего поведения в социальную адаптацию, благополучие и продуктивность личности, практически полное отсутствие эмпирических данных о его роли в обеспечении качества жизни инвалидов с детства вообще и на нозологически дифференцированных выборках) приводит нас к выводу о целесообразности рассмотрения совладающего поведения этой социальной группы в контексте качества жизни и субъективного благополучия. Поэтому *целью* нашего исследования является изучение специфики совладающего поведения взрослых инвалидов с детства разных нозологических групп и его связи с их качеством жизни и субъективным благополучием. Находясь на позициях «синтетического» подхода [10] к пониманию качества жизни, мы рассматриваем его через субъективную оценку респондентами разных сторон жизнедеятельности: комфортности и доступности социальной и физической среды; удовлетворенности различными сторонами бытия и жизнедеятельности, материальным благосостоянием через особенности; физического и эмоционального состояния; социального взаимодействия и социальной поддержки, специфику самовосприятия и уровень субъективного благополучия.

## Метод

**Выборка.** В выборку исследования вошли взрослые, 51 человек, 23 мужчины, 28 женщин, которые имеют статус «лицо с ограниченными возможностями здоровья», подтвержденный справкой бюро медико-социальной экспертизы с указанием причины инвалидности «инвалид с детства». Из них 16 человек имеют нарушения зрения (остаточное зрение не более 0,01%); 18 — нарушения слуха (тугоухость III—IV степени); 17 — нарушения опорно-двигательного аппарата (спастический, атаксический, дискинетический церебральный паралич, гемиплегия, спастическая диплегия). Группу сравнения составили условно здоровые респонденты (с типичным развитием) — 51 человек (17 мужчин, 34 женщины). Возраст респондентов — от 17 до 63 лет ( $M=37,04$ ;  $SD=12,43$ ).

### **Методики.**

*Краткий опросник качества жизни ВОЗ — QUALITY OF LIFE (WHOQOL) — BREF* в адаптации НИИ имени В.М. Бехтерева, позволяющий оценить физическое, психологическое и социальное функциониро-

вание, качество социальной поддержки, особенности самовосприятия, а также восприятие респондентом своего качества жизни и здоровья [4].

*Шкала субъективного благополучия* (Соколова, 1996) [15].

*Опросник способов совладания — The Ways of Coping Questionnaire (WCQ)* (Folkman, Lazarus, 1988; Крюкова, Куфтяк, 2007) [5].

Для обработки полученных данных использовался пакет программ «Statistica 12», с помощью которого осуществлялся сравнительный (критерий U Манна—Уитни) и корреляционный анализ (коэффициент корреляции Спирмена  $r_s$ ).

## Результаты и обсуждение

На первом этапе обработки данных был проведен сравнительный анализ показателей качества жизни и субъективного благополучия. Так, анализ оценки инвалидами и условно здоровыми респондентами качества жизни и субъективного благополучия статистически значимых различий не подтвердил, т. е. обе группы респондентов одинаково высоко оценивают свое физическое, психологическое и социальное благополучие, поддержку со стороны близких, удовлетворены условиями среды, обладают позитивным самовосприятием, в принципе удовлетворены своей повседневной деятельностью, не склонны к депрессивным состояниям. Однако в то же время непосредственная оценка качества жизни ( $M_1=3,74$ ,  $\sigma_1=0,82$ ;  $M_2=3,72$ ,  $\sigma_2=0,58$ ) и состояния здоровья в обеих группах ( $M_1=3,23$ ,  $\sigma_1=1,00$ ;  $M_2=3,34$ ,  $\sigma_2=1,01$ ) находится в средних значениях. В данном случае мы имеем дело с теми же тенденциями, что зафиксированы и в других исследованиях [1; 9; 21].

Представляется, что в основе таких оценок качества жизни в группе инвалидов лежат два важнейших когнитивных механизма. Во-первых, это тенденция воспринимать собственное развитие как вариант нормы, что становится возможным благодаря изменению взглядов на нормативное, в основе которого в настоящее время, по мнению ряда авторов, лежит уже не физическое, а психологическое функционирование [1; 6]. Во-вторых, это когнитивные защитные механизмы, приводящие к компенсаторному завышению собственных возможностей, что также уже отмечалось в некоторых исследованиях [1; 18]. Что касается специфики этих показателей у разных нозологических групп, единственным достоверным различием является различие в самооценке здоровья: незрячие (*специальный термин Всероссийского общества слепых для обозначения инвалидов по зрению I (слепые) и II (слабовидящие) групп*) респонденты оценивают его несколько выше, чем глухие и респонденты с ОДА ( $U=70,0$ ;  $p\leq 0,009$ ).

Анализ копинг-стратегий респондентов с ОВЗ и типичным развитием позволяет отметить общие тенденции в совладающем поведении — среднюю выраженность большинства стратегий и сходство предпочитаемых способов реагирования (табл. 1). Тем не менее, зафиксированы и статистически значимые различия — респонденты с ОВЗ чаще избегают решения проблемы ( $U=1754,5$ ;  $p\leq 0,02$ ) и обращаются за социальной поддержкой ( $U=1712,5$ ;  $p\leq 0,01$ ), но в то же время существенно реже предпринимают усилия по самоконтролю эмоций и действий ( $U=1671,5$ ;  $p\leq 0,009$ ) и принимают на себя ответственность за происходящее ( $U=1303,5$ ;  $p\leq 0,000$ ).

Таблица 1

**Выраженность стратегий совладающего поведения**

Копинг-стратегия	Лица с ОВЗ		Лица с типичным развитием	
	М	$\sigma$	М	$\sigma$
Конфронтативный копинг	50,7	18,0	50,8	21,6
Дистанцирование	50,0	22,1	44,3	23,36
Самоконтроль**	61,7	17,2	69,6	17,9
Поиск социальной поддержки**	67,9	14,5	57,9	24,7
Принятие ответственности***	57,8	25,1	79,8	30,1
Бегство/избегание*	40,5	22,1	31,9	18,4
Планирование решения проблемы	61,9	18,9	60,3	23,3
Положительная переоценка	59,3	24,6	58,6	21,0

*Примечание:* жирным шрифтом выделены стратегии, по уровню выраженности которых зафиксированы значимые отличия: «\*» —  $p\leq 0,05$ ; «\*\*» —  $p\leq 0,01$ ; «\*\*\*» —  $p\leq 0,001$ .

Есть значимые различия и между респондентами разных нозологических групп. Так, незрячие респонденты чаще, чем обе другие группы, предпринимают активные усилия, ориентированные на поиск решения проблемы ( $U=75,0$ ;  $p\leq 0,015$ ), в то время как респонденты с нарушениями слуха чаще, чем другие инвалиды, прибегают к дистанцированию от проблемы ( $U=75,0$ ;  $p\leq 0,009$ ). Наконец, респонденты с нарушениями ОДА реже двух других групп выбирают поведение по типу бегства/избегания ( $U=63,5$ ;  $p\leq 0,003$ ). Далее анализировались корреляционные связи (коэффициент корреляции Спирмена  $r_s$ ) между стратегиями совладания и показателями качества жизни и субъективного благополучия в группе респондентов с ОВЗ (табл. 2).

Ожидаемыми и легко объяснимыми являются улучшение самовосприятия и социального благополучия при активных усилиях личности

Таблица 2

**Значимые корреляции стратегий совладания и показателей качества жизни и субъективного благополучия**

Шкалы	Качество жизни	Состояние здоровья	Самовосприятие	Микросоциальная поддержка	Социальное благополучие	Субъективное благополучие
Дистанцирование	-	-	0,35**	-	0,40***	-
Положительная переоценка	0,65***	0,53***	0,37**	-	0,35**	0,44***
Поиск социальной поддержки	-	-	0,38**	0,49***	-	-
Планирование решения проблемы	-	-	0,36**	-	0,35**	-
Бегство/избегание	0,38**	-	-	-	0,28*	0,59***

Примечание: «\*» –  $p \leq 0,05$ ; «\*\*» –  $p \leq 0,01$ ; «\*\*\*» –  $p \leq 0,001$ .

по разрешению проблемы, а также связь поиска социальной поддержки с самовосприятием и качеством социальных отношений (микросоциальная поддержка). Однако наиболее интересными являются положительные связи стратегии дистанцирования с самовосприятием и социальным благополучием и стратегии бегства/избегания с качеством жизни, удовлетворенностью социальной средой и ее доступностью и показателем субъективного благополучия. Напомним, что данные стратегии совладающего поведения в настоящее время уже не оцениваются как однозначно неэффективные [5].

В контексте затрудненных условий развития они как раз могут играть позитивную роль, позволяя человеку мысленно отделяться от ситуации и уменьшать ее значимость, воспринимать ее менее серьезно, либо надеяться на чудо и улучшать свое самочувствие за счет сна, еды и т. д., т. е. могут выполнять «охранительную», защитную, функцию, поскольку часто у инвалида нет возможности реально влиять на обстоятельства и изменять их. Поэтому обращение к данным стратегиям поведения связано с улучшением самовосприятия и самоотношения, снижением негативных эмоциональных проявлений и возрастанием социального благополучия. Аналогичную роль играет и *положительная переоценка*, позволяющая реинтерпретировать травмирующие обстоятельства в контексте личностного роста.

Интересными являются различия в структуре корреляционных плеяд в зависимости от типа нарушений (рис. 1).

Наименьшее количество связей качества жизни и субъективного благополучия со стратегиями совладания наблюдается в группе респондентов с нарушением слуха — социальное благополучие возрастает по мере возрастания усилий по планированию решения проблемы и конфронтативного копинга, предполагающего агрессивные действия по изменению ситуации. Использование конфронтативного копинга для совладания с трудной ситуацией становится понятным, если учесть, во-первых, психологический смысл этой стратегии — отстоять свои права и, во-вторых, особенности респондентов с тотальной глухотой: конкретность мышления и отсутствие инструментальных возможностей для нормального социального взаимодействия (отсутствие слуха, речи). Это ведет к невозможности выбора более адекватных в данной ситуации стратегий поведения, например, получения эмоциональной и информационной социальной поддержки, типичных для других нозологических групп. Поэтому и поиск решения проблемы, и конфронтация в данном случае могут рассматриваться как проблемно-ориентированные действия, позволяющие сохранять социальное благополучие.

Результаты в группе незрячих в значительной мере повторяют описанные нами выше тенденции. Избегание решения (если ситуация воспринимается как неразрешимая) позволяет просто ее игнорировать

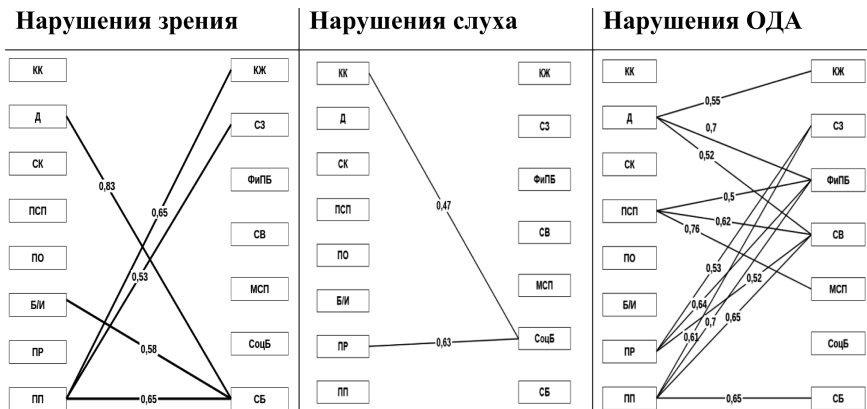


Рис. 1. Корреляционные плеяды при разных типах нарушений:

КК — конфронтативный копинг; Д — дистанцирование; СК — самоконтроль; ПСП — поиск социальной поддержки; ПО — принятие ответственности; Б/И — бегство/избегание; ПР — планирование решения; ПП — положительная переоценка; КЖ — качество жизни; СЗ — состояние здоровья; ФиПБ — физическое и психологическое благополучие; СВ — самовосприятие; МСП — микросоциальная поддержка; СоцБ — социальное благополучие; СБ — субъективное благополучие

при невозможности изменить. Сочетание стратегий дистанцирования (мысленного отдаления от ситуации и уменьшения ее важности) и положительной переоценки ситуации (когнитивных усилий по изменению смысла ситуации и оценки ее как вызова) дает возможность этой группе респондентов оценивать качество жизни, состояние здоровья, субъективное благополучие как высокие и при этом не иметь эмоциональных расстройств и быть удовлетворенными жизнью.

Что касается группы респондентов с НОДА, то здесь связь стратегий совладания, качества жизни и субъективного благополучия наиболее сильная: фактически все параметры в той или иной мере связаны со стратегиями совладающего поведения за исключением социального благополучия. Вероятно, это связано с тем, что социальное благополучие в данной методике рассматривается как удовлетворенность качеством среды, ее доступностью и способностью удовлетворять потребности инвалида, что является объективной данностью, не зависящей от личных усилий человека. Фактически, субъективное благополучие и качество жизни людей данной группы зависят от способности активно использовать разные стратегии: когнитивные — мысленное дистанцирование и реинтерпретацию ситуации социальные — использование возможностей социальной сети для получения поддержки (информационной, эмоциональной, действенной); проблемно-ориентированные — поиск наиболее приемлемого решения на основе анализа условий.

Важно, что во всех трех случаях ни стратегия самоконтроля, ни стратегия принятия ответственности не связаны с качеством жизни. Интересно, что наши данные соотносятся с результатами немногочисленных исследований копинг-поведения инвалидов с детства, полученными другими авторами, и фиксируют общие закономерности поведения независимо от возраста и нозологии — меньшую активность стратегий совладания и их более узкий репертуар [2; 3; 6]. Формирование данных стратегий может выступать как задача психотерапевтической работы. Полученные в исследовании данные могут быть положены в основу программ психологической помощи инвалидам различных нозологических групп в развитии навыков совладания для повышения качества жизни и субъективного благополучия.

В заключение отметим, что представленные данные характеризуют взаимосвязи копинг-поведения и показателей качества жизни взрослых инвалидов с детства с сенсорными нарушениями и нарушениями ОДА, проживающих в небольшом провинциальном городе численностью населения до 300000 человек, и не могут быть экстраполированы на взрослых, как с другими формами дизонтогенеза, так и проживающих в более крупных городах, без предварительной эмпирической проверки.



## Выводы

Большинство взрослых инвалидов с детства независимо от нозологии отмечают хорошее и даже высокое качество жизни. Они, как и условно здоровые взрослые, достаточно высоко оценивают свое психологическое и социальное благополучие, поддержку со стороны близких, обладающую позитивным самовосприятием, удовлетворены своей повседневной деятельностью и эмоциональным состоянием.

Существенного снижения оценки физического компонента качества жизни и состояния здоровья не зафиксировано, т. е. физические ограничения играют в оценке качества жизни незначительную роль, что позволяет говорить о работе когнитивных защитных механизмов, приводящих к компенсаторному завышению собственных возможностей.

Совладающее поведение взрослых с ОВЗ, несмотря на выраженность активных стратегий решения проблемы и регуляции эмоционального состояния, чаще, чем совладающее поведение условно здоровых взрослых, ориентировано на получение социальной поддержки и избегание решения, в том числе за счет когнитивных усилий по уменьшению значимости ситуации и ее реинтерпретации с точки зрения личностного роста; реже — на самоконтроль и принятие ответственности. При этом совладающее поведение взрослых с разными типами нарушений имеет незначительную специфику.

Совладающее поведение инвалидов с детства связано с их качеством жизни и субъективным благополучием, при этом в группе лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата эти связи являются наиболее сильными.

Важнейшую роль в поддержании высокого качества жизни и субъективного благополучия играют стратегии дистанцирования, избегания, поиска социальной поддержки, планирования решения проблемы и положительной переоценки, которые повышают как качество жизни в целом, так и отдельные его компоненты.

### Благодарности

Работа выполнена при финансовой поддержке Российского фонда фундаментальных исследований (проект 17-06-00812-ОГН «Жизненные траектории лиц с ОВЗ через призму качества жизни»).

### ЛИТЕРАТУРА

1. Горьковая И.А., Микляева А.В. Характеристика качества жизни подростков с нарушениями зрения в контексте их жизнестойкости [Электронный ресурс] // Клиническая и специальная психология. 2017. Т. 6. № 4. С. 47—60. doi:10.17759/cpse.2017060404

2. *Иванова Е.А., Куфтяк Е.В.* О детерминации совладающего с трудностями поведения у лиц с нарушением зрения // Вестник КГУ. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2008. № 3. С. 215—221.
3. *Киселева А.А., Кузьмин М.Ю.* Особенности копинг-стратегий у лиц с ограниченными возможностями здоровья // Acta Biomedica Scientifica. 2017. Т. 2. № 5. С. 129—135. doi:10.12737/article\_59e85cb40173f3.06872828
4. Краткий опросник ВОЗ для оценки качества жизни [Электронный ресурс] // Всемирная организация здравоохранения. Глобальный веб-сайт. URL: [http://www.who.int/substance\\_abuse/research\\_tools/en/russian\\_whoqol.pdf](http://www.who.int/substance_abuse/research_tools/en/russian_whoqol.pdf) (дата обращения: 15.09.2018).
5. *Крюкова Т.Л.* Психология совладающего поведения. Кострома: КГУ имени Н.А. Некрасова, 2004. 344 с.
6. *Куфтяк Е.В.* Дети с дефицитами развития: особенности психологических защит и копинг-стратегий // Вопросы психического здоровья детей и подростков. 2017. № 3. С. 25—33.
7. *Леонтьев Д.А.* Развитие личности в норме и в затрудненных условиях: вызовы и ресурсы // Культурно-историческая психология. 2014. № 3. С. 97—106.
8. *Лотова И.П.* Качество жизни инвалидов как междисциплинарная проблема // Медико-социальная экспертиза и реабилитация. 2015. № 18 (2). С. 53—57.
9. Лебедева А.А. Позитивная психология как альтернатива традиционному клиническому подходу к изучению качества жизни лиц с ограниченными возможностями здоровья [Электронный ресурс] // Современная зарубежная психология. 2012. Т. 1. № 2. С. 17—28. URL: <http://psyjournals.ru/jmfp/2012/n2/52252.shtml> (дата обращения: 02.12.2018).
10. *Мартышенко С.Н.* Концептуальные модели управления качеством жизни. Аналитический обзор // Региональная экономика и управление: электронный научный журнал. 2014. № 2. РЭУ [Электронный ресурс]. URL: [https://elibrary.ru/download/elibrary\\_21802955\\_92658059](https://elibrary.ru/download/elibrary_21802955_92658059) (дата обращения: 19.06.2018).
11. *Проценко А.С., Абишев Р.Э.* Современные тенденции оценки эффективности медицинской помощи через критерии качества жизни // Современная медицина: актуальные вопросы. Новосибирск: СиБАК, 2012. С. 90—95.
12. *Расказова Е.И.* Методы диагностики качества жизни в науках о человеке // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2012. № 3. С. 95—107.
13. *Савченко Т.Н., Головина Г.М.* Субъективное качество жизни: подходы, методы оценки, прикладные исследования. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006. 170 с.
14. *Сирота Н.А., Ярославская М.А.* Роль совладающего поведения в психологической адаптации к заболеванию у больных хроническими неспецифическими заболеваниями легких [Электронный ресурс] // Клиническая и медицинская психология: исследования, обучение, практика: электрон. науч. журн. 2014. Т. 3. № 5. С. 5. URL: [www.http://medpsy.ru/climp/2014\\_3\\_5/article03.php](http://www.http://medpsy.ru/climp/2014_3_5/article03.php) (дата обращения: 12.06.2018).
15. *Соколова М.В.* Шкала субъективного благополучия. Ярославль: НПЦ «Психодиагностика», 1996. 12 с.

16. Соловьев В.В., Петрунина Е.В. Концептуальные аспекты анализа качества жизни лиц с ОВЗ потенциально опасных регионов // Интеллектуальные технологии и средства реабилитации и абилитации людей с ограниченными возможностями здоровья / Под ред. С.А. Бобко. Москва: МГГЭУ, 2017. С. 18—24.
17. Хазова С.А., Ряжева М.В. Динамика совладающего поведения родителей, воспитывающих ребенка с ограниченными возможностями здоровья // Вестник КГУ. Серия: Психология. Педагогика. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. 2012. Т. 18. № 3. С. 203—209.
18. Хазова С.А., Шипова Н.С. Качество жизни взрослых инвалидов с детства // Вестник КГУ. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2017. № 3. С. 96—100.
19. Юдина Н.А. Психологические подходы к изучению субъективного качества жизни // Известия Уральского федерального университета. Сер. 1. Проблемы образования, науки и культуры. 2017. Т. 23. № 2 (162). С. 104—110.
20. Karimi M., Brazier J. Health, Health-Related Quality of Life, and Quality of Life: What is the Difference? // *PharmacoEconomics*. 2016. Vol. 34 (7). P. 645—649. doi:10.1007/s40273-016-0389-9
21. Khazova S. et al. The life quality of adults with disabilities: Psychological analysis of the subjective indicators // *Social Welfare: Interdisciplinary Approach*. 2017. Vol. 7 (2). P.123—137.
22. Santos P.R. et al. Religious coping methods predict depression and quality of life among end-stage renal disease patients undergoing hemodialysis: a cross-sectional study // *BMC Nephrology*. 2017. Vol. 18 (1). P. 197.
23. Shiovitz-Ezra S. et al. Quality of Life and Psychological Health Indicators in the National Social Life, Health, and Aging Project // *Journals of Gerontology. Series B. Psychological Sciences and Social Sciences*. 2009. Vol. 64B (1). P. 130—137. doi:10.1093/geronb/gbn020
24. Yu Y. et al. Social support, coping strategies and health-related quality of life among primary caregivers of stroke survivors in China // *Journal of Clinical Nursing*. 2013. Vol. 22 (15—16). P. 2160—2171. doi:10.1111/jocn.12251

## COPING BEHAVIOR OF PERSONS WITH DISABILITIES AS A FACTOR OF QUALITY OF LIFE AND SUBJECTIVE WELL-BEING

S.A. KHAZOVA\*,  
Kostroma State University, Kostroma, Russia,  
hazova\_svetlana@mail.ru

N.S. SHIPOVA\*\*,  
Kostroma State University, Kostroma, Russia,  
ronia\_777@mail.ru

T.N. ADEEVA\*\*\*,  
Kostroma State University, Kostroma, Russia,  
adeeva.tanya@rambler.ru

I.V. TIKHONOVA\*\*\*\*,  
Kostroma State University, Kostroma, Russia,  
inn.007@mail.ru

The article presents an analysis of the problem of determining disabled-since-childhood adults' quality of life. We suggested that coping behavior was a factor of high quality of life and subjective well-being. The sample (N=102) included disabled-since-childhood adults' (N=51) with visual (N=16), hearing (N=18) and mobility disabilities (N=17) and adults with typical development (N=51). The respondents' average age is 37 years. Methods: the brief questionnaire WHOQOL-BREF in the adaptation of the V.M. Bechtereв Research Institute; M.V. Sokolova's Subjective Well-Being Scale; The Ways of Coping Questionnaire (Folkman, Lazarus, adapted by Kryukova T.L., Kuftyak E.V.). The results indicate a sufficiently high quality of

### For citation:

Khazova S.A., Shipova N.S., Adeeva T.N., Tikhonova I.V. Coping Behavior of Persons with Disabilities as a Factor of Quality of Life and Subjective Well-Being. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya [Counseling Psychology and Psychotherapy]*, 2018. Vol. 26, no. 4, pp. 101–118. doi: 10.17759/cpp.2018260407. (In Russ., abstr. in Engl.)

\* *Khazova Svetlana Abdurakhmanovna*, Doctor in Psychology, Professor, Chair of Special Education and Psychology, Kostroma State University, Kostroma, Russia, e-mail: hazova\_svetlana@mail.ru

\*\* *Shipova Natal'ya Sergeevna*, Ph.D., Associate Professor, Chair of Special Education and Psychology, Kostroma State University, Kostroma, Russia, e-mail: ronia\_777@mail.ru

\*\*\* *Adeeva Tat'yana Nikolaevna*, Ph.D., Associate Professor, Chair of Special Education and Psychology, Kostroma State University, Kostroma, Russia, e-mail: adeeva.tanya@rambler.ru

\*\*\*\* *Tikhonova Inna Viktorovna*, Associate Professor, Chair of Special Education and Psychology, Kostroma State University, Kostroma, Russia, e-mail: inn.007@mail.ru

life of adults with disabilities regardless of the type of disorders. The links between coping strategies, indicators of quality of life and subjective well-being are described. Distancing, avoidance and positive reevaluation strategies make the greatest contribution to the quality of life. We conducted a separate analysis of the determination of the quality of life by coping strategies in groups of people with various disabilities. The results of the study can be used to develop rehabilitation programs and help people with disabilities.

**Keywords:** quality of life, subjective well-being, coping behavior, adults with disabilities (disabled-since-childhood adults).

### Acknowledgements

The study was supported by RFBR, project № 17-06-00812 “Life trajectories of persons with disabilities through the prism of quality of life”.

### REFERENCES

1. Gorkovaya I.A., Miklyaeva A.V. Characteristics of Quality of Life in Adolescents with Visual Impairments in the Context of their Hardiness [Elektronnyi resurs]. *Klinicheskaiia i spetsial'naia psikhologiiia [Clinical Psychology and Special Education]*, 2017. Vol. 6 (4), pp. 47—60. doi:10.17759/cpse.2017060404. (In Russ., abstr. in Engl.).
2. Ivanova E.A., Kuftyak E.V. O determinatsii sovladayushchego s trudnostyami povedeniya u lits s narusheniem zreniya [On the determination of the coping behavior in people with seeing disabilities]. *Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Pedagogika. Psikhologiya. Sotsiokinetika [Kostroma State University Bulletin. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics]*, 2008, no. 3, pp. 215—221.
3. Kiseleva A.A., Kuzmin M.Yu. Osobennosti koping-strategii u lits s ogranichennymi vozmozhnostyami zdorov'ya [Investigation of coping strategies of the students with disabilities]. *Acta Biomedica Scientifica*, 2017. Vol. 2 (5), pp. 129—135. doi:10.12737/article\_59e85cb40173f3.06872828
4. Kratkii oprosnik VOZ dlya otsenki kachestva zhizni [Elektronnyi resurs] [WHO Brief Questionnaire for the Quality of Life assessment]. Vsemirnaya organizatsiya zdravookhraneniya. Global'nyi veb-sait [WHO: Global Website]. Available at: [http://www.who.int/substance\\_abuse/research\\_tools/en/russian\\_whoqol.pdf](http://www.who.int/substance_abuse/research_tools/en/russian_whoqol.pdf) (Accessed 15.09.2018).
5. Kryukova T.L. Psikhologiya sovladayushchego povedeniya [Psychology of the coping behavior]. Kostroma: KGU im. N.A. Nekrasova, 2004. 344 p.
6. Kuftyak E.V. Deti s defitsitami razvitiya: osobennosti psikhologicheskikh zashchit i koping-strategii [Children with developmental disabilities: peculiarities of psychological defences and coping behavior]. *Voprosy psikhicheskogo zdorov'ya detei i podrostkov [Mental Health of Children and Adolescents]*, 2017, no. 3, pp. 25—33.
7. Leontyev D.A. Personality Development in Normal and Complicated Conditions. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya [Cultural-Historical Psychology]*, 2014. Vol. 10 (3), pp. 97—106. (In Russ., abstr. in Engl.).
8. Lotova I.P. Kachestvo zhizni invalidov kak mezhdistsiplinarnaya problema [Quality of the life of the disabled people as the interdisciplinary problem]. *Mediko-*

- sotsial'naya ekspertiza i reabilitatsiya [Medical and Social Expert Evaluation and Rehabilitation], 2015. Vol. 18 (2), pp. 53–57.
9. Lebedeva A.A. Positive psychology as an alternative to traditional clinical approach to study of quality of life in people with physical disabilities [Elektronnyi resurs]. *Sovremennaya zarubezhnaya psikhologiya* [Journal of Modern Foreign Psychology], 2012. Vol. 1 (2), pp. 17–28. (In Russ., abstr. in Engl.)
  10. Martysenko S.N. Kontseptual'nye modeli upravleniya kachestvom zhizni. Analiticheskii obzor [Conceptual models of life quality management. Analytical review]. *Regional'naya ekonomika i upravlenie: elektronnyi nauchnyi zhurnal* [Regional economy and management: electronic scientific journal], 2014. Vol. 2 (38). Available at: <https://eee-region.ru/article/3806/> (Accessed 19.06.2018).
  11. Protsenko A.S., Abishev R.E. Sovremennye tendentsii otsenki effektivnosti meditsinskoi pomoshchi cherez kriterii kachestva zhizni [Modern trends in evaluating the effectiveness of medical care through the criteria of quality of life]. *Sovremennaya meditsina: aktual'nye voprosy* [Modern Medicine: Current Issues]. Novosibirsk: SiBAK, 2012, pp. 90–95.
  12. Rasskazova E.I. Metody diagnostiki kachestva zhizni v naukakh o cheloveke [Methods of diagnosing the quality of life in the sciences of man]. *Vestnik Moskovskogo universiteta. Seriya 14. Psikhologiya* [Moscow University Psychology Bulletin], 2012, no. 3, pp. 95–107.
  13. Savchenko T.N., Golovina G.M. Sub"ektivnoe kachestvo zhizni: podkhody, metody otsenki, prikladnye issledovaniya [Subjective quality of life: approaches, assessment, applied research]. Moscow: Publ. Institut psikhologii RAN, 2006. 170 p.
  14. Sirota N.A., Yaroslavskaya M.A. Rol' sovladayushchego povedeniya v psikhologicheskoi adaptatsii k zabolevaniyu u bol'nykh khronicheskimi nespetsificheskimi zabolevaniyami legkikh [The role of coping behavior in the psychological adaptation to the disease in patients with chronic nonspecific lung diseases]. *Klinicheskaya i meditsinskaya psikhologiya: issledovaniya, obuchenie, praktika: elektron. nauch. zhurn.* [Clinical and medical psychology: research, training, practice: electron. scientific journals], 2014. Vol. 3 (5), p. 5. Available at: [www.http://medpsy.ru/climp/2014\\_3\\_5/article03.php](http://www.medpsy.ru/climp/2014_3_5/article03.php) (Accessed 12.06.2018).
  15. Sokolova M.V. Shkala sub"ektivnogo blagopoluchiya [The scale of subjective well-being]. Yaroslavl': NPTs "Psikhodiagnostika", 1996. 12 p.
  16. Solov'ev V.V., Petrunina E.V. Kontseptual'nye aspekty analiza kachestva zhizni lits s OVZ potentsial'no opasnykh regionov [Conceptual aspects of analyzing the quality of life of people with disabilities in potentially dangerous regions]. In S.A. Bobko (ed.). *Intellektual'nye tekhnologii i sredstva reabilitatsii i abilitatsii lyudei s ogranichennymi vozmozhnostyami zdorov'ya* [Intellectual technologies and means of rehabilitation and habilitation of people with disabilities]. Moscow: MGGEU, 2017, pp. 18–24.
  17. Khazova S.A., Ryazheva M.V. Dinamika sovladayushchego povedeniya roditelei, vospityvayushchikh rebenka s ogranichennymi vozmozhnostyami zdorov'ya [Dynamics of coping behavior of parents raising a child with disabilities]. *Vestnik KGU. Seriya: Psikhologiya. Pedagogika. Sotsial'naya rabota. Yuvenologiya. Sotsiokinetika* [Kostroma State University Bulletin. Series: Psychology. Pedagogy. Social work. Juvenology. Sociokinetics], 2012. Vol. 18 (3). pp. 203–209.

18. Khazova S.A., Shipova N.S. Kachestvo zhizni vzroslykh invalidov s detstva [Quality of life for adults with disabilities since childhood]. *Vestnik KGU. Seriya: Pedagogika. Psikhologiya. Sotsiokinetika* [Kostroma State University Bulletin. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics], 2017, no. 3, pp. 96—100.
19. Yudina N.A. Psikhologicheskie podkhody k izucheniyu sub"ektivnogo kachestva zhizni [Psychological approaches to study of subjective quality of life]. *Izvestiya Ural'skogo federal'nogo universiteta. Ser. 1. Problemy obrazovaniya, nauki i kul'tury* [Ural Federal University Proceedings. Series 1. Issues in Education, Science and Culture], 2017. Vol. 23 (2), pp. 104—110.
20. Karimi M., Brazier J. Health, health-related quality of life, and quality of life: What is the difference? *PharmacoEconomics*, 2016. Vol. 34 (7), pp. 645—649. doi:10.1007/s40273-016-0389-9
21. Khazova S. et al. The life quality of adults with disabilities: Psychological analysis of the subjective indicators. *Social Welfare: interdisciplinary approach*, 2017, no. 7 (2), pp. 123—137.
22. Santos P.R. et al. Religious coping methods predict depression and quality of life among end-stage renal disease patients undergoing hemodialysis: a cross-sectional study. *BMC Nephrology*, 2017. Vol. 18 (1), p. 197. doi:10.1186/s12882-017-0619-1
23. Shiovitz-Ezra S. et al. Quality of life and psychological health indicators in the national social life, health, and aging project. *Journals of Gerontology. Series B. Psychological Sciences and Social Sciences*, 2009. Vol. 64B (1), pp. 130—137. doi:10.1093/geronb/gbn020
24. Yu Y. et al. Social support, coping strategies and health-related quality of life among primary caregivers of stroke survivors in China. *Journal of Clinical Nursing*, 2013, Vol. 22 (15—16), pp. 2160—2171. doi:10.1111/jocn.12251

---

НАУЧНЫЕ ОБЗОРЫ  
RESEARCH REVIEWS

---

## КАЧЕСТВО ПРИВЯЗАННОСТИ И СПОСОБНОСТЬ К ЭМПАТИИ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Е.Н. КЛИМЕНКОВА\*,  
ГБПОУ «Образовательный Комплекс “Юго-Запад”»,  
Москва, Россия,  
klimenkovaliza@gmail.com

Представлен обзор эмпирических исследований влияния различных факторов (в основном семейных) на развитие способности к сопереживанию у детей и подростков, в которых подтверждается тесная связь эмпатии и привязанности у подростков. Родительская чувствительность к состоянию ребенка показана как основа формирования надежной привязанности и развития эмпатии в подростковом возрасте. Стиль родительского воспитания рассмотрен как один из важнейших факторов, влияющих на развитие эмпатии и формирование безопасной привязанности. Описана теоретическая модель связи эмпатии и привязанности Дж. Стерн, а также приведены результаты эмпирических исследований, подтверждающих эту модель. Выводы: существует связь между качеством привязанности и способностью к эмпатии у подростков; стиль родительского воспитания является фактором, опосредующим и определяющим связь эмпатии и привязанности; эмпатия и привя-

**Для цитаты:**

*Клименкова Е.Н.* Качество привязанности и способность к эмпатии в подростковом возрасте // Консультативная психология и психотерапия. 2018. Т. 26. № 4. С. 119—131. doi: 10.17759/cpp.2018260408

\* *Клименкова Елизавета Николаевна*, педагог-психолог, ГБПОУ «Образовательный комплекс “Юго-Запад”», Москва, Россия, e-mail: klimenkovaliza@gmail.com



занность имеют общие филогенетические корни — чувствительность родителя к настроению и потребностям ребенка. Психообразовательная работа при планировании семьи, а также с родителями должна быть направлена на развитие способности к установлению надежной привязанности с ребенком.

**Ключевые слова:** эмпатия, привязанность, подростки, модель связи эмпатии и привязанности, эмоциональная саморегуляция, родительское воспитание.

Привязанность возникает у ребенка в ответ на чувствительность и чуткость матери к его эмоциональным состояниям и потребностям, а также благодаря регулярному удовлетворению этих потребностей матерью или другим лицом, осуществляющим уход. Теория привязанности основана на эволюции и дает основу для понимания развития индивидуальных различий в социальном функционировании и эмпатии, объясняя социальное поведение. Описываемая теория указывает на специфические механизмы, благодаря которым качество привязанности ребенка может способствовать сопереживанию. Эти механизмы представлены когнитивными моделями отношений и способностью к регулированию эмоций.

Разрабатывая теорию привязанности, Дж. Боулби предполагал, что привязанность и эмпатия имеют общие филогенетические корни. Теория привязанности постулирует, что в основе развития здоровых отношений во взрослом возрасте лежит наличие у ребенка опыта получения реакции от родителей (в первую очередь, матери) на его дискомфорт и страдание. Для того чтобы правильно и своевременно реагировать на сигналы ребенка (плач, мимику и т. д.), матери необходима способность к эмпатии (т. е., чувствительность к состояниям другого человека и способность реагировать на чужое страдание, оказывать помощь). Именно в этом и заключается теоретическая связь привязанности и эмпатии, которая, согласно модели, предложенной отечественными исследователями, является частью способности к социальному познанию [2].

### **Влияние качества привязанности на развитие эмпатии**

Исследования подтверждают теорию о том, что чувствительность родителя к состоянию ребенка является ключом как к формированию надежной привязанности, так и к развитию эмпатии. Начиная с классических работ М. Эйнсворт, подтверждается положение теории привязанности Дж. Боулби о том, что родительская чувствительность (эмпатия) является «строительными блоками» для надежной привязанности детей [26]. Ряд исследований также показал, что родительская эмпатия являет-

ся ключевым фактором развития эмпатии на разных возрастных этапах у детей, что соответствует теории развития эмпатии Хоффмана [27].

Привязанность традиционно исследовалась как важнейший фактор способности к социальному познанию. Большое количество исследований показывает повторяющиеся результаты — эмпатия, сочувствие, просоциальное поведение связаны с надежной привязанностью [1; 3; 13; 14; 17; 28; 29; 31]. Дети с надежной привязанностью обладают социальной компетентностью и более качественными отношениями со сверстниками во взрослом возрасте, чем их сверстники с избегающей или амбивалентной привязанностью [29]. Связь между привязанностью и эмпатией доказана в широком межкультурном аспекте. Итальянское исследование (2665 подростков в возрасте 14—19 лет) показало, что надежная привязанность связана с более выраженной эмпатической заботой (стремлением и готовностью помогать людям, оказавшимся в трудной ситуации) и децентрацией (способностью и склонностью рассматривать ситуацию не только со своей точки зрения, но и с точки зрения другого человека) (шкалы *IRI M.Davis*) [13]. Такой же результат был получен в крупном китайском исследовании (6 301 младших подростков в возрасте 11—14 лет) [15]. Похожие результаты наблюдались и у более старших (16-летних) подростков — надежная привязанность положительно связана с эмпатической заботой, и обе конструкции (забота и надежная привязанность) обратно связаны с агрессией [14]. В исследовании с участием 756 корейских школьников (7—9-й классы) было выявлено, что надежная привязанность (особенно к матери) положительно связана с эмпатией учащихся, а высокие показатели эмпатии отрицательно связаны с буллингом [31]. В исследовании австралийских подростков (12—18 лет) были обнаружены не только связь надежной привязанности и эмпатии, но и положительное влияние этих двух переменных на просоциальное поведение и гуманное отношение к животным [28]. В выборке из 69 канадских учащихся средней школы надежная привязанность оказалась положительно связана с такими проявлениями эмпатии подростков, как забота и поддержка других людей в трудных ситуациях [17].

В отечественном исследовании были получены похожие результаты. У подростков-сирот, особенно с ненадежным типом привязанности, показатели компонентов социального познания значимо ниже, чем у подростков, проживающих в кровных семьях [1]. У сирот с надежной привязанностью более развиты компоненты социального познания, чем у сирот с ненадежной привязанностью, однако уровень развития их способности к социальному познанию все равно ниже, чем у сверстников из кровных семей с ненадежным типом привязанности. Этот результат демонстрирует важность наличия тесной эмоциональной связи со взрослым на протяжении всего периода взросления [1].

Отечественные исследователи развития социального познания в онтогенезе рассматривают социальные когниции как высшую психическую функцию, вслед за Дж. Боулби считая ее натуральной основой привязанности [3; 4]. В этих исследованиях было показано, что подростковый возраст можно считать сензитивным для развития эмпатии, так как именно в подростковом возрасте эта способность активно развивается. Подростковый возраст рассматривается разными исследователями, с одной стороны, как предъявляющий высокие требования к социальной компетенции, с другой стороны, как критически важный для дальнейшего развития социальных когниций [3; 4]. В подростковом возрасте снижается роль семьи и привязанности к родителям, при этом растет значимость сверстников, на которых подросток начинает опираться в поиске эмоциональной поддержки и сочувствия [5]. Эти предпосылки, в совокупности с активным развитием модели психического (*Том*), способности понимать эмоции и регулировать их, рост самосознания, содействует интенсивному наращиванию способности к эмпатии [9], а также способности подростков сообщать о своих внутренних состояниях и привязанностях.

Одно из недавних исследований посвящено изучению влияния стиля воспитания и качества детско-родительской привязанности на развитие эмпатии [18]. В работе было показано, что чрезмерная опека и контроль (автор назвал этот стиль воспитания «*Helicopter Parenting*», подразумевая, что родитель «кружит» над ребенком, не давая ему возможности развиваться самостоятельно) негативно влияют на эмпатию и связаны с ненадежным типом привязанности. Было опрошено 187 студентов в возрасте 18—19 лет. Результаты показали, что чрезмерная опека и контроль со стороны родителей связаны с меньшей выраженностью эмпатии и просоциального поведения; кроме того, на эмпатию влияет и качество привязанности [18].

В недавнем отечественном исследовании, посвященном изучению взаимосвязи уровня конфликтности и типа привязанности к матери у студентов (60 студентов 19—21 года), было показано, что студенты с надежным типом привязанности имеют более низкий уровень конфликтности по сравнению со студентами, имеющими другие типы привязанности, причем максимальные показатели конфликтности оказались у студентов с тревожно-амбивалентным типом привязанности [2].

### **Механизмы связи эмпатии и привязанности**

В настоящее время исследователи пытаются создать модель, которая могла бы объяснить, какие механизмы стоят за связью привязанности и

эмпатии, а также как на эту связь влияют различные факторы (пол, возраст, темперамент, особенности индивидуального развития, групповые, макросоциальные и социокультурные) нормы и правила. Кроме того, исследователей интересует вопрос о том, какие механизмы могут стоять за связью эмпатии и привязанности, эмпирически подтвержденной многими исследованиями.

Среди механизмов влияния на связь эмпатии и привязанности выделяются внутренние рабочие модели, качество детско-родительской коммуникации относительно эмоциональных состояний и эмоциональная саморегуляция.

Внутренние рабочие модели (термин предложен Дж. Боулби) — усвоенные с раннего возраста схемы и алгоритмы, по которым строится взаимодействие в разных социальных ситуациях, являются промежуточным звеном, связывающим эмпатию и привязанность. Рабочие модели формируются у ребенка на основе раннего детского опыта и отражают то, как ребенок воспринимает окружающий мир и других людей. Рабочие модели организуют когнитивную обработку социальной информации, сообщают об эмоциональных и физиологических реакциях на угрозы и управляют социальным поведением в процессе развития.

В зависимости от типа привязанности формируются рабочие модели различного содержания. У детей с надежным типом привязанности рабочие модели содержат в себе более конструктивные и социально адаптивные схемы и алгоритмы восприятия и взаимодействия с окружающими людьми, чем у детей с ненадежным (избегающим и амбивалентным типом привязанности). Исследования показали, что позитивное содержание рабочей модели помогает ребенку быть более чуткими к эмоциям, особенно негативным, других людей [11]. Эта связь прослеживается и во взрослом возрасте. Взрослые с надежными рабочими моделями более уважительны по отношению к другим [16], менее враждебны [19], демонстрируют большее доверие и считают себя более эффективными в оказании помощи. Кроме того, существуют исследования взрослых, которые показали связь надежной привязанности, более выраженной эмпатической заботы и низкого уровня эмпатического дистресса [19].

Еще один механизм связи привязанности и эмпатии — это качество и количество разговоров о ментальных состояниях. Так, исследования показывают, что дети с надежным типом привязанности чаще обсуждают чувства и эмоциональные состояния с родителями [21], а это, в свою очередь, приводит к усилению эмпатической заботы у детей [10].

Эмоциональная саморегуляция — еще один процесс, который исследователи рассматривают как возможный механизм связи эмпатии и привязанности. Теория привязанности предполагает, что надежная привязанность закладывает основу для способности детей контролировать

и модулировать эмоциональные реакции для достижения своей цели. Боулби считал, что дети со временем интернализируют родительские способы реагирования на эмоциональные проявления ребенка, формируя у себя способность справляться с собственными негативными переживаниями так, как это делали их родители. Дети с надежной привязанностью демонстрируют лучшее распознавание эмоций (расшифровка поведенческих сигналов [24], понимание эмоций — понимание содержания и последствий эмоций [8] и усиленный контроль — способность подавлять стереотипную поведенческую реакцию) [30].

Такие компетенции эмоциональной саморегуляции как распознавание и понимание эмоций, эмоциональный резонанс (*affective resonance*), контроль (*effortful control*) играют ведущую роль в развитии эмпатии, именно благодаря саморегуляции у детей развивается способность видеть, интерпретировать и чувствовать эмоции других людей, не становясь чрезмерно обеспокоенными ими [12].

Дети с надежным типом привязанности способны лучше регулировать эмоции [6]. Исследователи отмечают связь регуляции эмоций и эмпатии у детей и подростков [22]. Было показано, что дошкольники с надежным типом привязанности демонстрируют лучшие способности регулирования эмоций, а эти способности, в свою очередь, связаны с материнской эмпатией [23]. Избегающая привязанность связывается в эмпирических исследованиях разных возрастных групп (младенцев, детей школьного возраста, подростков и взрослых) с подавлением, минимизацией и недооценкой негативных эмоций и одновременно выраженной физиологической реакцией на стресс. Избегающие дети реагируют на негативные эмоции других людей физиологическим возбуждением, одновременно подавляя чувства сопереживания и пытаясь игнорировать или избегать негативных чувств других людей. Вместе с тем, дети с избегающим типом привязанности чаще используют «агрессивные» стратегии регулирования эмоций, которые проявляются в виде высокой эмоциональности, чувствительности к социальному признанию или отвержению и интенсивной тревоги в ответ на стрессоры [7].

### **Интегративная модель индивидуальных различий эмпатии и привязанности Дж. Стерн**

Джессика Стерн предлагает собственную интегративную модель, в которой демонстрируется связь привязанности и эмпатии через основные механизмы (внутренние рабочие модели, детско-родительский разговор о чувствах, компоненты эмоциональной регуляции: понимание, контроль, собственно регуляция эмоций и нейробиологические процес-

сы) [25]. Детская привязанность формируется под воздействием таких параметров воспитания, как чувствительность, эмпатичность, социализация. Кроме того, в модели присутствуют модераторы, которые оказывают влияние как на параметры воспитания, так и на связь эмпатии и привязанности. Модераторы разделяются на четыре группы: индивидуальные (пол, генетические особенности, темперамент, особенности развития), диадические (социализация среди сверстников и взрослых, эмоциональные сигналы), групповые (групповые нормы, состав группы), социальные (культура).

Эмоциональная регуляция влияет на связь привязанности и эмпатии в среднем подростковом возрасте. Надежная привязанность связана с эмпатической заботой, причем эта связь опосредована регулированием негативных эмоций. Подростки с надежным типом привязанности лучше регулируют свое эмоциональное состояние, что способствует формированию у них способности к сочувствию (эмпатической заботе) [20].

Привязанность и опыт взаимодействия с родителями оказывает колоссальное влияние на развитие способностей, имеющих отношение к социальному познанию: когнитивной и эмоциональной эмпатии. Родительская чуткость способствует одновременно и формированию у ребенка надежной привязанности, и развитию эмпатии в более взрослом (подростковом) возрасте. Неадекватная привязанность направляет развитие процессов социального познания ребенка в деструктивное русло; а именно, плохое понимание собственных эмоций, неумение ими управлять, низкая чувствительность и нарушенная способность к пониманию чувств и мыслей других людей могут стать источником агрессивного поведения, нарушений социализации и дефицита социальных навыков.

Такая модель хорошо объясняет все накопленные ранее данные о связи эмпатии и привязанности, а также показывает, какие механизмы стоят за этой связью. Это позволяет наметить мишени психологической коррекции — стиль родительского воспитания и коммуникаций в семье, обучение навыкам эмоциональной саморегуляции, содержание внутренних рабочих моделей. Результаты отечественных исследований также хорошо укладываются в представленную модель [1; 3; 4].

## **Выводы**

Эмпатия и привязанность взаимосвязаны: подростки с надежным типом привязанности более способны как к когнитивной, так и к эмоциональной эмпатии), подростки с избегающей привязанностью склонны к переживанию выраженного эмпатического дистресса.

В качестве факторов, опосредующих связь эмпатии и привязанности чаще всего выделяется стиль родительского воспитания, включая семейную традицию обсуждения эмоциональных состояний.

Эмпатия и привязанность имеют общие филогенетические корни — чувствительность родителей к настроению и потребностям ребенка. Как эмпатия, так и привязанность связаны с эмоциональной саморегуляцией и социальной компетентностью.

Данные последних лет говорят о необходимости широкого просвещения и работы с будущими родителями и родителями маленьких детей. Цель такой работы — научить родителей быть чувствительными к эмоциональным состояниям ребенка, понимать и удовлетворять потребности детей.

## ЛИТЕРАТУРА

1. *Авакян Т.В.* Тип привязанности и особенности социального познания у детей-сирот [Электронный ресурс] // Психолого-педагогические исследования. 2015. Т. 7. № 3. С. 119—132. doi:10.17759/psyedu.2015070312
2. *Красило Т.А., Кежватова Е.А.* Взаимосвязь между типом привязанности и уровнем конфликтности у студентов // Социальная психология и общество. 2017. Том 8. № 2. С. 85—100. doi:10.17759/sps.2017080206
3. Социальное познание как высшая психическая функция и его развитие в онтогенезе / *А.Б. Холмогорова [и др.]* / Под ред. *А.Б. Холмогоровой*. М.: НЕОЛИТ, 2016. 312 с.
4. *Холмогорова А.Б.* Значение культурно-исторической теории развития психики Л.С. Выготского для разработки современных моделей социального познания и методов психотерапии // Культурно-историческая психология. 2016. Т. 12 (3). С. 58—92. doi:10.17759/chp.2016120305
5. *Allen J.P., Tan J.S.* The multiple facets of attachment in adolescence // Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications. 3<sup>rd</sup> ed. / *J. Cassidy, P.R. Shaver* (eds.). New York: Guilford Press, 2016. P. 399—415.
6. *Calkins S.D., Leerkes E.M.* Early attachment processes and the development of emotional self-regulation // Handbook of self-regulation: Research, theory, and applications. 2<sup>nd</sup> ed. / *K.D. Vohs, R.F. Baumeister* (eds.). New York: Guilford Press, 2011. P. 355—373.
7. *Cassidy J., Berlin L.J.* The insecure/ambivalent pattern of attachment: Theory and research // Child Development. 1994. Vol. 65 (4). P. 971—991. doi:10.2307/1131298
8. *Denham S.A., Caverly S., Schmidt M., Blair K., DeMulder E., Caal S., Hamada H., Mason T.* Preschool understanding of emotions: Contributions to classroom anger and aggression // Journal of Child Psychology and Psychiatry. 2002. Vol. 43 (7). P. 901—916. doi:10.1111/1469-7610.00139
9. *Eisenberg N.* Emotion, regulation, and moral development // Annual Review of Psychology. 2000. Vol. 51 (1). P. 665—697. doi:10.1146/annurev.psych.51.1.665

10. *Garner P.W.* Child and family correlates of toddlers' emotional and behavioral responses to a mishap // *Infant Mental Health Journal*. 2003. Vol. 24 (6). P. 580—596. doi:10.1002/imhj.10076
11. *Groh A.M., Roisman G.I.* Adults' autonomic and subjective emotional responses to infant vocalizations: The role of secure base script knowledge // *Developmental Psychology*. 2009. Vol. 45 (3). P. 889—893. doi:10.1037/a0014943.
12. *Hastings P.D., Miller J.G.* Autonomic regulation, polyvagal theory, and children's prosocial development // *The multidimensionality of prosocial behavior: Biological, socialization, and contextual perspectives* / L.M. Padilla-Walker, G. Carlo (eds.). New York: Oxford University Press, 2014, P. 112—127.
13. *Laghi F., D'Alessio M., Pallini S., Baiocco R.* Attachment representations and time perspective in adolescence // *Social Indicators Research*. 2009. Vol. 90 (2). P. 181—194. doi:10.1007/s11205-008-9249-0
14. *Laible D.J., Carlo G., Raffaelli M.* The differential relations of parent and peer attachment to adolescent adjustment // *Journal of Youth and Adolescence*. 2000. Vol. 29 (1). P. 45—59. doi:10.1023/A:1005169004882
15. *Li X., Bian C., Chen Y., Huang J., Ma Y., Tang L., Yu Y.* Indirect aggression and parental attachment in early adolescence: Examining the role of perspective taking and empathetic concern // *Personality and Individual Differences*. 2015. Vol. 86. P. 499—503. doi:10.1016/j.paid.2015.07.008
16. *Luke M.A., Maio G.R., Carnelley K.B.* Attachment models of the self and others: Relations with self-esteem, humanity-esteem, and parental treatment // *Personal Relationships*. 2004. Vol. 11 (3). P. 281—303. doi:10.1111/j.1475-6811.2004.00083.x
17. *Markiewicz D., Doyle A.B., Brendgen M.* The quality of adolescents' friendships: Associations with mothers' interpersonal relationships, attachments to parents and friends, and prosocial behaviors // *Journal of Adolescence*. 2001. Vol. 24 (4). P. 429—445. doi:10.1006/jado.2001.0374
18. *McGinley M.* Can hovering hinder helping? Examining the joint effects of helicopter parenting and attachment on prosocial behaviors and empathy in emerging adults // *Journal of Genetic Psychology*. 2018. Vol. 179 (2). P. 102—115. doi:10.1080/00221325.2018.1438985.
19. *Mikulincer M., Shaver P.R.* Attachment theory and intergroup bias: Evidence that priming the secure base schema attenuates negative reactions to out-groups // *Journal of Personality and Social Psychology*. 2001. Vol. 81 (1). P. 97—115. doi:10.1037/0022-3514.81.1.97
20. *Murphy T.P., Laible D.J., Augustine M., Robeson L.* Attachment's links with adolescents' social emotions: The roles of negative emotionality and emotion regulation // *Journal of Genetic Psychology*. 2015. Vol. 176 (5). P. 315—329. doi:10.1080/00221325.2015.1072082
21. *Oppenheim D., Koren-Karie N., Sagi-Schwartz A.* Emotion dialogues between mothers and children at 4.5 and 7.5 years: Relations with children's attachment at 1 year // *Child Development*. 2007. Vol. 78 (1). P. 38—52. doi:10.1111/j.1467-8624.2007.00984.x
22. *Padilla-Walker L.M., Christensen K.J.* Empathy and self-regulation as mediators between parenting and adolescents' prosocial behavior toward strangers, friends, and family // *Research on Adolescence*. 2011. Vol. 21 (3). P. 545—551. doi:10.1111/j.1532-7795.2010.00695.x



23. Panfile T.M., Laible D.J. Attachment security and child's empathy: The mediating role of emotion regulation // Merrill-Palmer Quarterly. 2012. Vol. 58 (1). P. 1—21. doi:10.1353/mpq.2012.0003
24. Steele H., Steele M., Croft C. Early attachment predicts emotion recognition at 6 and 11 years old // Attachment & Human Development. 2008. Vol. 10 (4). P. 379—393. doi:10.1080/14616730802461409
25. Stern J.A., Cassidy J. Empathy from infancy to adolescence: An attachment perspective on the development of individual differences // Developmental Review. 2018. Vol. 47. P. 1—22. doi:10.1016/j.dr.2017.09.002
26. Stern J.A., Borelli J.L., Smiley P.A. Assessing parental empathy: A role for empathy in child attachment // Attachment & Human Development. 2015. Vol. 17 (1). P. 1—22. doi:10.1080/14616734.2014.969749
27. Taylor Z.E., Eisenberg N., Spinrad T.L., Eggum N.D., Sulik M.J. The relations of ego-resiliency and emotion socialization to the development of empathy and prosocial behavior across early childhood // Emotion. 2013. Vol. 13 (5). P. 822—831. doi:10.1037/a0032894
28. Thompson K.L., Gullone E. Prosocial and antisocial behaviors in adolescents: An investigation into associations with attachment and empathy // Anthrozoös. 2008. Vol. 21 (2). P. 123—137. doi:10.2752/175303708X305774
29. Thompson R.A. Early attachment and later development: Reframing the questions // Handbook of attachment: Theory, research and clinical applications. 3<sup>rd</sup> ed. / J. Cassidy, P.R. Shaver (eds.). New York: Guilford Press, 2016. P. 330—348.
30. Viddal K.R., Berg-Nielsen T.S., Wan M.W., Green J., Hygen B.W., Wichstrøm L. Secure attachment promotes the development of effortful control in boys // Attachment & Human Development. 2015. Vol. 17 (3). P. 319—335. doi:10.1080/14616734.2014.999098
31. You S., Lee J., Lee Y., Kim A.Y. Bullying among Korean adolescents: The role of empathy and attachment // Psychology in the Schools. 2015. Vol. 52 (6). P. 594—606. doi:10.1002/pits.21842

## ATTACHMENT QUALITY AND EMPATHIC ABILITY IN ADOLESCENCE

E.N. KLIMENKOVA\*,  
State professional educational establishment Complex «South-West»,  
Moscow, Russia,  
klimenkovaliza@gmail.com

### For citation:

Klimenkova E.N. Attachment Quality and Empathic Ability in Adolescence. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya* [Counseling Psychology and Psychotherapy], 2018. Vol. 26, no. 4, pp. 119—131. doi: 10.17759/cpp.2018260408. (In Russ., abstr. in Engl.)

\* *Klimenkova Elizaveta Nikolaevna*, Psychologist, State professional educational establishment Complex «South-West», Moscow, Russia, e-mail: klimenkovaliza@gmail.com

We present a review of recent empirical studies of different family factors influencing the development of empathy in children and adolescents that confirm the close relationship between empathy and attachment in adolescents. Parental sensitivity to the child's condition proves to be the basis for secure attachment and empathy development during adolescence. Parenting style is considered as one of the most important factors influencing the development of empathy and the formation of secure attachment. We describe J. Stern's conceptual model linking empathy and attachment, and the results of empirical studies confirming this model. Conclusions: the quality of attachment and empathy in adolescents are linked; parenting style mediates and defines this link between empathy and attachment; empathy and attachment have a common phylogenetic ground, that is, parental sensitivity to the child's moods and needs. Psychoeducation with parents or couples planning to have children should be aimed at developing the ability to form a secure attachment with a child.

**Keywords:** empathy, attachment, adolescents, a model of the connection between empathy and attachment, emotional self-regulation, parenting.

## REFERENCES

1. Avakyan T.V. Tip privyazannosti i osobennosti sotsial'nogo poznaniya u detei-sirot [Type of Attachment and Social Cognition Characteristics in Orphans] [Elektronnyi resurs]. *Psikhologo-pedagogicheskie issledovaniya [Psychological Science and Education]*, 2015. Vol. 7 (3), pp. 119—132. doi:10.17759/psyedu.2015070312. (In Russ., abstr. in Engl.).
2. Krasilo T.A., Kezhvatova E.A. Vzaimosvyaz' mezhdru tipom privyazannosti i urovnem konfliktnosti u studentov [The relationship between the type of attachment and the level of conflict in students] *Sotsial'naya psikhologiya i obshchestvo [Social Psychology and Society]*, 2017. Vol. 8 (2), pp. 85—100. doi:10.17759/sps.2017080206. (In Russ., abstr. in Engl.).
3. Sotsial'noe poznanie kak vysshaya psikhicheskaya funktsiya i ego razvitie v ontogeneze [Social cognition as the higher mental function and its ontogenesis development]. A.B. Kholmogorova [i dr.]. In Kholmogorova A.B. (eds.): Moscow: NEOLIT, 2016. 312 p.
4. Kholmogorova A.B. Znachenie kul'turno-istoricheskoi teorii razvitiya psikhiki L.S. Vygotskogo dlya razrabotki sovremennykh modelei sotsial'nogo poznaniya i metodov psikhoterapii [Significance of Cultural-Historical Theory of Psychological Development of L.S. Vygotsky for the Development of Modern Models of Social Cognition and Psychotherapy]. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya [Cultural-Historical Psychology]*, 2016. Vol. 12 (3), pp. 58—92. doi:10.17759/chp.2016120305. (In Russ., abstr. in Engl.).
5. Allen J.P., Tan J.S. The multiple facets of attachment in adolescence. In J. Cassidy, P.R. Shaver (eds.). *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*. 3<sup>rd</sup> ed. New York: Guilford Press, 2016, pp. 399—415.
6. Calkins S.D., Leerkes E.M. Early attachment processes and the development of emotional self-regulation. In K.D. Vohs, R.F. Baumeister (eds.). *Handbook of self-regulation: Research, theory, and applications*. 2<sup>nd</sup> ed. New York: Guilford Press, 2011, pp. 355—373.

7. Cassidy J., Berlin L.J. The insecure/ambivalent pattern of attachment: Theory and research. *Child Development*, 1994. Vol. 65 (4), pp. 971—991. doi:10.2307/1131298
8. Denham S. A., Caverly S., Schmidt M., Blair K., DeMulder E., Caal S., Hamada H., Mason T. Preschool understanding of emotions: Contributions to classroom anger and aggression. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 2002. Vol. 43 (7), pp. 901—916. doi:10.1111/1469-7610.00139
9. Eisenberg N. Emotion, regulation, and moral development. *Annual Review of Psychology*, 2000. Vol. 51 (1), pp. 665—697. doi:10.1146/annurev.psych.51.1.665
10. Garner P.W. Child and family correlates of toddlers' emotional and behavioral responses to a mishap. *Infant Mental Health Journal*, 2003. Vol. 24 (6), pp. 580—596. doi:10.1002/imhj.10076
11. Groh A.M., Roisman G.I. Adults' autonomic and subjective emotional responses to infant vocalizations: The role of secure base script knowledge. *Developmental psychology*, 2009. Vol. 45 (3), pp. 889—893. doi: 10.1037/a0014943.
12. Hastings P.D., Miller J.G. Autonomic regulation, polyvagal theory, and children's prosocial development. In L.M. Padilla-Walker, G. Carlo (eds.). *The multidimensionality of prosocial behavior: Biological, socialization, and contextual perspectives*. New York: Oxford University Press, 2014, pp. 112—127.
13. Laghi F., D'Alessio M., Pallini S., Baiocco R. Attachment representations and time perspective in adolescence. *Social Indicators Research*, 2009. Vol. 90 (2), pp. 181—194. doi:10.1007/s11205-008-9249-0
14. Laible D.J., Carlo G., Raffaelli M. The differential relations of parent and peer attachment to adolescent adjustment. *Journal of Youth and Adolescence*, 2000. Vol. 29 (1), pp. 45—59. doi:10.1023/A:1005169004882
15. Li X., Bian C., Chen Y., Huang J., Ma Y., Tang L., Yu Y. Indirect aggression and parental attachment in early adolescence: Examining the role of perspective taking and empathetic concern. *Personality and Individual Differences*, 2015. Vol. 86, pp. 499—503. doi:10.1016/j.paid.2015.07.008
16. Luke M.A., Maio G.R., Carnelley K.B. Attachment models of the self and others: Relations with self-esteem, humanity-esteem, and parental treatment. *Personal Relationships*, 2004. Vol. 11 (3), pp. 281—303. doi:10.1111/j.1475-6811.2004.00083.x
17. Markiewicz D., Doyle A.B., Brendgen M. The quality of adolescents' friendships: Associations with mothers' interpersonal relationships, attachments to parents and friends, and prosocial behaviors. *Journal of Adolescence*, 2001. Vol. 24 (4), pp. 429—445. doi:10.1006/jado.2001.0374
18. McGinley M. Can hovering hinder helping? Examining the joint effects of helicopter parenting and attachment on prosocial behaviors and empathy in emerging adults. *Journal of Genetic Psychology*, 2018. Vol. 179 (2), pp. 102—115. doi:10.1080/00221325.2018.1438985.
19. Mikulincer M., Shaver P.R. Attachment theory and intergroup bias: Evidence that priming the secure base schema attenuates negative reactions to out-groups. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2001. Vol. 81 (1), pp. 97—115. doi:10.1037/0022-3514.81.1.97
20. Murphy T.P., Laible D.J., Augustine M., Robeson L. Attachment's links with adolescents' social emotions: The roles of negative emotionality and emotion

- regulation. *Journal of Genetic Psychology*, 2015. Vol. 176 (5), pp. 315—329. doi:10.1080/00221325.2015.1072082
21. Oppenheim D., Koren-Karie N., Sagi-Schwartz A. Emotion dialogues between mothers and children at 4.5 and 7.5 years: Relations with children's attachment at 1 year. *Child Development*, 2007. Vol. 78 (1), pp. 38—52. doi:10.1111/j.1467-8624.2007.00984.x
  22. Padilla-Walker L.M., Christensen K.J. Empathy and self-regulation as mediators between parenting and adolescents' prosocial behavior toward strangers, friends, and family. *Research on Adolescence*, 2011. Vol. 21 (3), pp. 545—551. doi:10.1111/j.1532-7795.2010.00695.x
  23. Panfile T.M., Laible D.J. Attachment security and child's empathy: The mediating role of emotion regulation. *Merrill-Palmer Quarterly*, 2012. Vol. 58 (1), pp. 1—21. doi:10.1353/mpq.2012.0003
  24. Steele H., Steele M., Croft C. Early attachment predicts emotion recognition at 6 and 11 years old. *Attachment & Human Development*, 2008. Vol. 10 (4), pp. 379—393. doi:10.1080/14616730802461409
  25. Stern J.A., Cassidy J. Empathy from infancy to adolescence: An attachment perspective on the development of individual differences. *Developmental Review*, 2018. Vol. 47, pp. 1—22. doi:10.1016/j.dr.2017.09.002
  26. Stern J.A., Borelli J.L., Smiley P.A. Assessing parental empathy: A role for empathy in child attachment. *Attachment & Human Development*, 2015. Vol. 17 (1), pp. 1—22. doi:10.1080/14616734.2014.969749
  27. Taylor Z.E., Eisenberg N., Spinrad T.L., Eggum N.D., Sulik M.J. The relations of ego-resiliency and emotion socialization to the development of empathy and prosocial behavior across early childhood. *Emotion*, 2013. Vol. 13 (5), pp. 822—831. doi:10.1037/a0032894
  28. Thompson K.L., Gullone E. Prosocial and antisocial behaviors in adolescents: An investigation into associations with attachment and empathy. *Anthrozoös*, 2008. Vol. 21 (2), pp. 123—137. doi:10.2752/175303708X305774
  29. Thompson R.A. Early attachment and later development: Reframing the questions. In J. Cassidy, P.R. Shaver (eds.). *Handbook of attachment: Theory, research and clinical applications*. 3<sup>rd</sup> ed. New York: Guilford Press, 2016, pp. 330—348.
  30. Viddal K.R., Berg-Nielsen T.S., Wan M.W., Green J., Hygen B.W., Wichstrøm L. Secure attachment promotes the development of effortful control in boys. *Attachment & Human Development*, 2015. Vol. 17 (3), pp. 319—335. doi:10.1080/14616734.2014.999098
  31. You S., Lee J., Lee Y., Kim A.Y. Bullying among Korean adolescents: The role of empathy and attachment. *Psychology in the Schools*, 2015. Vol. 52 (6), pp. 594—606. doi:10.1002/pits.21842

---

**МАСТЕРСКАЯ И МЕТОДЫ  
WORKSHOP AND METHODS**

---

# **ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНЫЙ АНАЛИЗ СВОБОДЫ. О ПРАКТИЧЕСКОМ И ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОМ ОБОСНОВАНИИ ПЕРСОНАЛЬНОЙ СВОБОДЫ (Часть 1)**

**А. ЛЭНГЛЕ\***,  
Вена, Австрия,  
alfried.laengle@existenzanalyse.org

Тема свободы играет центральную роль в экзистенциально-ориентированной психотерапии. В начале статьи показана значимость свободы для психотерапии в целом, а также предложено описание свободы как центрального элемента воздействия в экзистенциально-аналитических беседах. Затем описано понимание свободы в антропологии В. Франкла как специфического выражения духовного в человеке, которое проявляется в воле и в поиске смысла. Дальнейшее развитие экзистенциального анализа приводит к тому, что понимание воли видится шире, чем лишь в связи со смыслом, она в большей степени оказывается связанной с обусловленностью, эмоцио-

**Для цитаты:**

*Лэнгле А.* Экзистенциальный анализ свободы. О практическом и психотерапевтическом обосновании персональной свободы (Часть 1) // Консультативная психология и психотерапия. 2018. Т. 26. № 4. С. 132—150. doi: 10.17759/cpp.2018260409

\* *Альфред Лэнгле*, M.D., Ph.D., австрийский психотерапевт, клинический психолог, профессор медицины и философии, Вена, Австрия, e-mail: alfried.laengle@existenzanalyse.org

нальностью, концепцией себя и контекстом. Свобода понимается как всегда по-новому осуществляемый процесс, который обусловлен определенными предпосылками и происходит в несколько этапов посредством диалогического обмена. Таким образом, свобода выражается в форме воли как интенциональность всего человека в целом, а не только как проявление его духовности. Это устремление ориентируется на возможное (не на идеалы или на желаемое) и достигает кульминации в акте согласия.

**Ключевые слова:** психотерапия, экзистенциальный анализ, свобода, Person<sup>1</sup>, воля.

## Психотерапия и свобода

Тема свободы является центральной в психотерапии уже начиная с Фрейда, который считал свободу расположенной в Я, а несвободу — главным образом в Оно [13]. Задача *психоанализа* состоит в том, чтобы увеличивать участие Я в жизни: «где было Оно, должно стать Я!» — так звучит известный императив Фрейда. Темой свободы занимается также гуманистическая психология (Криз относит к основам свободы автономии и самореализацию) [18, с. 166], равно как и все направления *экзистенциальной* психотерапии, где речь идет о принятии решения [6, с. 91; 21; 26; 30; 32; 41]. Центральная задача психотерапии в целом — предоставлять помощь в обращении с психическими проблемами и страданием, быть методом лечения [15; 18; 38]. Вместе с тем необходимо отграничить психотерапию от философии, духовной помощи и религии, а также от сект и идеологий. Психотерапия не может обещать свободу, не представляет собой путь к освобождению от наполненных страданием и трагических условий экзистенции, не обещает найти спасение в Боге, в трансцендентном или в жизни после смерти. Возвращаясь к традиционной дифференциации, которую дал Франкл, психотерапия не может обеспечить спасение<sup>2</sup>, а может только способствовать *исцелению*<sup>3</sup>

<sup>1</sup> *Прим. пер.:* для большего понимания термина Person приводится примечание Кривцовой С.В.: «Термину “Person” трудно найти аналог в русском языке, поэтому мы оставляем его без перевода. Согласно антропологической модели, принятой в экзистенциальном анализе, человек рассматривается как единство трех измерений: соматического (тело), психического (эмоции, аффекты, черты характера и т. п.) и духовного. Термин Person используется для обозначения духовного измерения человека» (цит. по: Лэнгле А. Что движет человеком? Экзистенциально-аналитическая теория эмоций: пер. с нем. / Вступ. ст. С.В. Кривцовой. М.: Генезис, 2006. С. 20).

<sup>2</sup> *Прим. пер.:* в нем. языке das *Heil* обозначает также счастье, благо.

<sup>3</sup> *Прим. пер.:* в нем. языке die *Heilung* обозначает также излечение, оздоровление.

[4, с. 704]. Психотерапия не в состоянии и не уполномочена привести человека к спасению. Поэтому каждая явная или скрытая попытка содействовать спасению является злоупотреблением надеждами пациента, искажением его религиозного поиска и стремления. Психотерапия не может заменить религию и также не должна пытаться это сделать, так как она, с точки зрения религии, не может выйти на уровень религиозных постулатов и наставлений. Ни у какой психотерапии нет божественного поручения на спасение человека.

Психотерапия — это ремесло, созданное людьми для людей. Как таковая она направлена на то, чтобы *открывать пути*, способствовать тому, чтобы несколько расширить для страдающего человека двери к свободе, а в определенных областях может быть даже впервые открыть эти двери. Пациента сопровождают с помощью средств, которые есть у людей, помогают мобилизовать способности и силы, предоставляют в распоряжение сведения и методы, техники и опыт, стимулируют к обучению и т. д. (для обзора основных элементов психотерапевтической работы см. Х. Строцка [39]). Психотерапия — это не магия и не нечто призрачное. Как профессия психотерапия поддается изучению, и в общем ею может заниматься любой человек, хотя всегда нужно помнить о том, что умение, талант и несколько нижеследующих факторов могут устанавливать границы принципиальной обучаемости (и вместе с тем также свободы в психотерапии). Любое другое представление о психотерапии, которое не покоится на подобного рода объективном понимании, необходимо классифицировать как вредное, и оно должно быть демистифицировано.

Также следует обратить внимание на еще одно важное ограничение свободы в психотерапевтической практике. То, что может дать психотерапия, зависит от того, сколько ресурсов в состоянии внести в нее сам пациент и насколько хорошо он может чувствовать и проживать проблему в терапевтической ситуации. С точки зрения Граве, *активизация ресурсов* и *актуализация проблемы* лежат в основе факторов эффективности общей психотерапии [11; 12]. Кроме этого, существуют еще два фактора, с которыми в принципе работает психотерапия, а именно предоставление *активной помощи* в преодолении проблемы, а также побуждение человека к *пониманию себя* («перспектива прояснения»).

*Показания к психотерапии* обусловлены и ограничены ее подходом и инструментами. Но в качестве психотерапии следует обозначить только то, что работает с помощью четко определенных инструментов и проверяемыми средствами в рамках определенной теории понимания человека, его переживаний и поведения [38]. Тем самым мы не обесцениваем другие средства, которые также приносят пользу душе человека, например, искусство, культуру, средства цивилизации или религию, а лишь признаем, что они не носят функционального характера и не связаны со

специальными усилиями. Ценность музыки, хорошая еда, наслаждение от поездки, углубляющее, успокаивающее или разгружающее влияние молитвы бесспорны в своем благотворном воздействии на психику.

### Специфическое воздействие в экзистенциальном анализе

Специфической точкой приложения сил в экзистенциально-аналитической работе является *Person* в ее свободе. Свобода должна быть мобилизована во всей ее человеческой глубине и ответственности, с ее силами при учете ее границ [5; 24]. Вместе с тем *сущность человека* должна прийти к *исполнению* среди вызовов и волнений его мира. Согласно антропологии экзистенциального анализа, должно проживаться то, кем человек по сути является — более того: кем он должен [4, с. 690; 6, с. 102], хочет и может [25] стать.

Чтобы узнать и ощутить, кем ты являешься и каким нужно стать, необходим *диалогический обмен* с другим человеком и с миром в самом широком смысле. Бытие самим собой требует наличия визави. Аутентичность может возникнуть только через Встречи с «Ты». Основой для такого подхода является *открытость по отношению к актуальной ситуации*, к тому, что мир предлагает и запрашивает здесь-и-сейчас [6, с. 72, 56]. Таким образом, свобода от симптомов, к которой часто стремятся в рамках функционального терапевтического подхода, не является непосредственной целью экзистенциального анализа. Цель экзистенциально-аналитической терапии (а также польза от терапии для окружения человека) состоит в том, чтобы человек становился способным к диалогу и принятию решений, приводил себя в «дышащий обмен»<sup>4</sup> с миром и обнаруживал в этом свою запрошенность ситуацией, свою задачу, в какой-то мере то, для чего он рожден и что сейчас способно воплотиться конкретно в том, что он может и что от него требуется. Таким образом, человек, согласно экзистенциально-аналитической антропологии, может найти самого себя.

На практике эта общая цель экзистенциального анализа реализуется главным образом с помощью метода *персонального экзистенциального анализа* [24]. Согласно этому методу, для развития готовности к диалогу в конкретных ситуациях важное значение имеет соотнесенность с соб-

---

<sup>4</sup> Это понятие берет свое начало от Мартина Бубера, который сравнил дух с воздухом, в котором мы стоим и дышим [1, с. 41]. Он должен удерживать для нас осознанным то, что «мы находимся в мире», как это сформулировал Хайдеггер, бытие, являющееся бытием мира, которого бы не было без мира, и которое обрывает с ним единое целое [14, с. 52—62].



ственными чувствами. Для того, чтобы это удалось, нужно в первую очередь *тщательно соотнестись с фактами* на когнитивном уровне. Через объективность, которая в психотерапевтической практике чаще всего состоит в описании проблемы, может быть достигнута или усилена эмоциональность, связанная с конкретной темой. Следующей важной частью работы в экзистенциальном анализе является *«дешифровка чувств»*. В ходе работы с чувствами мы пытаемся понять, что они отображают, что они подразумевают, что они говорят. На этом этапе их нужно действительно прочувствовать: как радость, так и грусть, как ненависть, так и надежду, и мужество. В связи с этим вырабатываются базирующиеся на эмоциях *позиции* по отношению к себе и к собственному миру. Должно быть найдено «совсем Собственное». В форме персональной оценки (себя) оно обозначает собственную позицию. Только тогда, когда человек может обращаться к Собственному, он может быть партнером по диалогу. После занятия позиции в персональном экзистенциальном анализе речь идет о том, чтобы целенаправленно и в соответствии с ситуацией вносить самого себя в мир: через *поступок* человек осуществляет свою *экзистенцию*. Соотнесение с фактами, обнаружение чувств, персональное занятие позиции и переход к действию представляют собой четыре шага персонального экзистенциального анализа.

Экзистенциальный анализ стремится к *персонально обоснованной экзистенции*: быть самим собой в обмене с миром, которому нужна наша включенность. Так появляется экзистенциальная динамика: исходя из этой перспективы, все становится *заданием*: человек для себя самого, мир, психическое нарушение. Так как все это бросает человеку вызов и «ждет» от него конструктивного обхождения. Таково понимание экзистенции в экзистенциальном анализе: *черпать из того, что дано*, видеть и проживать это в его внутренней ценности. Бытие требует решительности — без решительности и выбора, без свободы и ответственности экзистенция не может становиться исполненной, так как она не будет проживаться целостно. «Никто не может чувствовать себя хорошо без своего согласия», — сказал однажды Марк Твен.

Не каждое направление психотерапии фокусируется на свободе или «освобождении» человека, как это делают психоанализ Фрейда или экзистенциальный анализ. Психотерапия может использовать различные доступы к человеку, как например, через уменьшение напряжения и психическую разгрузку (некоторые направления глубинной психологии), через формирование навыков для лучшей адаптации к окружению (поведенческая терапия), через прояснение позиций и взаимодействия в системах (различные направления системной терапии). И, наконец, направления гуманистической психологии центрируются на развитии специфических ресурсов человека как *Person* (автономия при социаль-

ной включенности, целеустремленность) и на присущей человеку тенденции к раскрытию [18, с. 166].

Экзистенциальный анализ был разработан как практическая психотерапия в экзистенциальном ключе в противовес направлениям редукционизма, которые пренебрегают персональным измерением человека [5; 20]. Франкл видел особую задачу в том, чтобы сделать темой в психотерапии осмысленность человеческого существования и разработать проблематику смысла. В этом ракурсе переучивание, осознание, освобождение от тревожно подавляемых инстинктов, эмоциональность или понимание чего-либо рассматриваются как шаги на этом пути, а не как конечная цель. Но в то же время такая критическая позиция экзистенциального анализа подчеркивает, что любое направление психотерапии имеет законное право фокусироваться на своем круге задач. Специфическая позиция экзистенциального анализа в пределах психотерапии — это подчеркивание экзистенциальной «запрошенности», которая идентична осуществлению персональной свободы на практике.

В гуманистическом направлении психологии экзистенциальный анализ делает особый акцент на следующем: он видит развитие и задачу человека в его взаимоотношениях с «быть-в-мире» (Хайдеггер) и вследствие этого открывает горизонт вопросам смысла и инаковости. Только в этом контексте становится заметным экзистенциальное измерение человеческой свободы — без другого человека напротив нас диалоговое измерение свободы не открывается. Нахождение визави рассматривается как нечто формирующее *Person*, и не только как содействующее ее развитию, но именно как обосновывающее *Person* человека, его собственную суть и внутреннюю ценность. Это диалогическое, экзистенциальное понимание свободы лежит в основе экзистенциального анализа. От него нужно отличать те варианты понимания свободы, которые не подразумевают такую открытость миру. Они находятся под влиянием, например, натурализма с его динамикой развития и получили распространение в гуманистической психологии. Поэтому в конечном счете эти варианты понимания свободы могут рассматриваться как формы психологизма или биологизма. Они видят человека как организменное (т. е. телесно ощущающее) существо со свойственной ему и стремящейся к раскрытию силой, которое определяется телеологией [10; 18, с. 159—166; 33, с. 71—82].

### **Экзистенциальный анализ — операционализация темы свободы для психотерапевтической практики**

Экзистенциальный анализ — это направление психотерапии, которое было основано Виктором Франклом в 30-е и 40-е годы прошлого

столетия [3—6]. Франкл назвал теоретическое обоснование своего направления экзистенциальным анализом, а его практическое применение логотерапией [3]. Как уже было упомянуто, создание этого метода преследовало цель выступить против редуционизма в психотерапии и сделать осознанным специфически человеческое. При этом для него было важно, прежде всего, увидеть человека в его поисках смысла и поддержать его в соотношении со своей совестью. В работе с людьми для Франкла были приоритетными духовность, свобода и ответственность. В его понимании они обосновывают экзистенцию и составляют основу для наполненного бытия. Опираясь на Хайдеггера и подчеркивая их значение для исполненной экзистенции, он назвал эти три фундаментальных столпа экзистенции «экзистенциалами» [4, с. 672].

На основании этой антропологии и в ходе ее развития в экзистенциальном анализе, рассматриваемом теперь уже не только как теоретическая модель, но и как практический психотерапевтический процесс, возникла *структурная модель* для понимания экзистенции, а также процессуальная модель для практической работы с нарушениями. В структурной модели описываются условия исполненной экзистенции, и тем самым создается основа для практического применения. *Процессуальная модель* — персональный экзистенциальный анализ — это преимущественно феноменологический подход, который нацелен на активизацию специфических сил *Person* для выстраивания собственной жизни.

Поэтому экзистенциальный анализ определяется сегодня как «феноменологическая, ориентированная на *Person* психотерапия, целью которой является помочь *Person* свободно переживать что-то (в духовном и эмоциональном плане), занимать аутентичную позицию и ответственно обращаться с собой и со своим миром» [27, с. 182].

Таким образом, в экзистенциальном анализе речь идет об активизации *Person как сущности человека*. Что же понимается в экзистенциальном анализе под *Person*?

### Понимание свободы и *Person* у Франкла

Франкл [4, с. 674—677] понимает *Person* как духовное в человеке, которое несомно «духовным бессознательным» с его специфическими проявлениями Этоса, Эроса и Пафоса. В процессе выбора, который делает *Person*, духовность из чистой потенциальности воплощается в каком-то действии. Если *Person* делает это по согласованию со специфически персональными способностями, которые лежат в духовном бессознательном (совести, любви и вдохновении), то духовное приходит к своему исполнению, так как оно реализует в этой форме свою ответственность.

В этом акте обнаруживается существенное отличие между духовным и другими измерениями человеческого бытия. Так как через осуществление выбора и принятие решения *Person* отделяется от психофизического измерения, которым она инструментально пользуется, и тем самым переходит в пространство духовности — а именно в пространство экзистенции [4, с. 665].

Эта активность по отделению от психофизики видится как выражение свободы *Person* — следовательно, *Person* может быть определена как «Свободное в человеке» [5, с. 214]. Это Свободное принципиально и категориально выделяется на фоне (несвободного) психо-физического [8, с. 18] — Франкл даже говорит о «пробеле» внутри целостности и единства человека. Если эта граница проведена четко, то освобождается та терапевтическая сила, которую Франкл [4, с. 666] называл «силой духа вопреки»<sup>5</sup>. В этой антропологической структуре (соматического, психического и ноэтического измерения), ноэтическому измерению — *Person* — отводится центральная направляющая позиция. При этом данная свободная сила в человеке не рассматривается как субстанция, которая всегда у него есть. Эта свобода трактуется как потенциальность — человек не является свободным, но он *может быть* свободен [4, с. 687]. Таким образом, *Person* — это возможность стать самим собой. Быть самим собой в качестве свободного существа не является обязательным (что само по себе было бы противоречием), и бытие собой — это не завершённый процесс, а, с психологической точки зрения, всегда попытка, шанс. Как «чистая *Dynamis*»<sup>6</sup> [5, с. 218] эта свобода используется как во внутреннем, так и во внешнем отношении: она является основой способности к самодистанцированию и самотранценденции. Таким образом, свобода человека — это способность к критическому рассмотрению, которая всегда связана с субъективными способностями и в своем возможном воздействии ограничена внутренними и внешними условиями.

Под *самодистанцированием* Франкл понимает [5, с. 234] способность человека отойти на дистанцию от своей психофизики и даже противопоставить ей себя в случае необходимости. Отношения духовного и соответствующего ему психо-физического измерения носят антагонистический характер [4, с. 666]. Благодаря этому психо-ноэтическому антагонизму, человек может в некоторой степени освободить себя от ограничивающих чувств (таких как страхи, депрессии) и прийти к обхождению с самим собой.

---

<sup>5</sup> Здесь речь идет о переформулировании Шелеровской концепции духовного как оппонирующей силы в человеке [5; 36; 40].

<sup>6</sup> *Прим. пер.*: динамис (греч. *dynamis*) — сила, действующая сила.

С помощью *самотрансценденции* Франкл фокусирует [6, с. 160] внешний горизонт свободы: интенциональную направленность бытия — на что-то или кого-то, «будь то на произведение или человека, на идею или *Person!*» [4, с. 676]. В той мере, насколько человек соотносится с чем-то и направлен на других (другое), он экзистенциален. «Только в той мере, в какой человек духовно связан с чем-то или кем-то, с духовным, но также и недуховным проявлением бытия Другого, — только в такой степени присутствия человек есть у себя самого. Человек существует здесь не для того, чтобы обращать внимание на себя и отражать себя самого; а он существует, чтобы полностью предоставлять себя в распоряжение Другого, отдавать себя, познавая и любя» [4, там же].

Как уже упоминалось, свобода человека всегда обусловлена. Она может быть реализована только в пределах каких-то рамок и заданностей, которые во многом установлены и не определяются человеком самостоятельно. Однако эти заданности не только ограничивают свободу, но и делают в принципе возможным ее осуществление в диалектической форме [4, с. 681]. Свобода нуждается в визави, в котором она может найти свою исполненность. Рассматриваемая таким образом свобода в значительной степени заключается в способности обходиться с внешними и внутренними условиями. Как мир, так и собственная природа оставляют человеку открытыми пространства свободы, которые он узнает как *возможности*. То, что он может, он субъективно переживает как *способность*. Поэтому для практической психологии условием свободы является встреча внешних условий с субъективным потенциалом (способностью). *Наполненным смыслом* это свободное решение будет тогда, когда оно согласовано с персональным измерением совести (Франкл [5, с. 20] в итоге называет совесть «органом смысла»). Через смысл свобода вплетается в более широкий контекст ценностей, в котором она и получает свое человеческое назначение: применяться конструктивно и быть направленной на сохранение ценностей. И только благодаря совести и связанной с ней ответственности она не скатывается к чистому произволу.

Психологическим воплощением свободы является *воля* [4, с. 684]. Однако воля по своей сути направлена на смысл — если человек «хочет», он не может хотеть чего-то иного, чем смысл — а именно того, что субъективно и ситуативно видится им как наполненное смыслом [7, с. 223]. Поэтому Франкл называет [6, с. 161, 221] первоначальную мотивационную силу человека также «волей к смыслу» (обращаясь к «воле к власти» Ницше и корректируя ее). В качестве высшей регулирующей инстанции в человеке у Франкла выступает проживаемая в соотношении с совестью свобода.

## Свобода воли в современном экзистенциальном анализе

В течение последних лет в экзистенциальном анализе осуществлялись попытки определить соотношение воли и *Person*, которое Франкл детально не описывал. В антропологии Франкла воля рассматривается как выражение *Person*<sup>7</sup>. Воля, как и свобода, — это представители *Person* человека [4, с. 686; 5, с. 112, 210]. Воля, связанная с *Person*, всегда направлена на смысл; только такие интенциональные акты обозначаются как акты воли [7; 9].

Изучение психопатологии, например, зависимостей или личностных расстройств, указывает на необходимость дальнейшей дифференциации. Если феноменологически следовать за субъективным переживанием пациентов, становится очевидным, что поведение зависимого человека или саморазрушительные действия *boderline*-пациентов в конечном счете также выражаются в волевом акте. Следуя своей пагубной зависимости, алкоголик «хочет» пить, даже если он знает, что впоследствии он снова будет сожалеть о том, что выпил. Он уже так много пьет, что ситуативно видит более высокую ценность в удовлетворении своего желания и настоятельной потребности выпить, чем в отказе от алкоголя, и все другие ценности — такие, как здоровье, ясность сознания, социальные последствия и т. д. — подчинены в данный момент «жизненно важному», по его ощущениям, стремлению к алкоголю. У него внутри больше нет никакой другой эмоциональной опоры, чтобы мочь противостоять этой сильной потребности и влечению. Вероятно, в нем пока еще не может возобладать предостерегающий его разум, мучительное воспоминание о последнем опьянении, тихий голос совести. Таким образом, у него нет реального шанса и способности не хотеть алкоголя — он «должен хотеть его». Если человек, уже исходя из экзистенциальной структуры, принципиально «приговорен к свободе» [35, с. 535], то здесь он прямо-таки переживает обострение этого неизбежного принуждения к решению — к наполненному драматизмом решению, в котором он, по сути, направлен против себя самого. Поэтому мы имеем основания говорить, что в зависимости воля «больна», так как ситуативно человек делает что-то, чего он, «собственно говоря», не хочет — ни в среднесрочной, ни в долгосрочной перспективе. В таком переживании концентрируется наполненный страданиями опыт обращения со свободой (и с самим собой), так как от свободы нельзя уйти. Каждому человеку знакомы ситуации, когда он, собственно, не хочет принимать решение, потому

---

<sup>7</sup> *Person*, экзистенция и духовное являются у Франкла [4, с. 672] одним и тем же при различных перспективах рассмотрения: в феноменологическом, антропологическом, онтологическом курсах.

что он не может или не хочет брать на себя ответственность. Еще меньше нам хочется принимать решения, если при этом мы можем попасть во внутренний конфликт с самим собой. Психопатология отмечена как раз этой трагичностью свободы: переживанием, что человек должен еще и согласиться с тем, что он потеряет себя или причинит себе страдание. Он делает «добровольно» то, чего он, в принципе, вовсе не хочет, отдает предпочтение мгновению, а не долгосрочной перспективе. Переживать себя пойманным и одновременно — из-за чувства беспомощности, отчаяния и т. д. — способствовать этому, уступая, сдаваясь, соглашаясь, и таким образом «участвовать» в собственной беде, не только страдая, но и неизбежно внося в нее свой активный вклад, — все это делает проблематичные ситуации особенно болезненными. Это истинное «бытие приговоренным к свободе» [35, там же].

В свете такой феноменологической работы с пациентами за последние двадцать лет в экзистенциальном анализе возникла концепция воли в виде многоступенчатой, комплексной динамики. За счет процессуальной и интегрирующей все антропологические уровни структуры эта модель выделяется на фоне абстрактных, когнитивных или волюнтаристских концепций воли. Такое понимание воли интегрирует внешние обстоятельства и внутренние потребности и, таким образом, увязывает состояние человека, ситуацию и *Person* диалектическим, взаимообуславливающим способом. В этой модели формирование воли происходит не через какие-то заданные величины, а через внутренний и внешний диалог с имеющимися условиями. В них человек позиционирует себя как *Person*, если он в состоянии постичь в себе волю. Процесс формирования воли является центральным как в процессуальной модели персонального экзистенциального анализа [24], так и в концепции фундаментальных мотиваций, кульминацией которой является формирование воли [22]. Основой формирования воли во всех случаях является *диалог*, персональный обмен с внешним миром при одновременном соотношении с внутренним. Ограничение воли и в то же время ее осуществление — а именно, структура — обеспечивается всеми четырьмя фундаментальными условиями: миром, жизнью, собственным «Я» и контекстом, в котором она возникает. «*Мотор*» образования воли — эмоциональная затронутость и захваченность субъективно ценным, которое связано с витальной жизненной энергией («желанием» или психодинамикой). *Управление* волевой интенциональностью — на основе эмоциональной направленности — завершается пониманием, согласованием с внутренним чутьем и мышлением, что методически оформлено в персональном экзистенциальном анализе [24]. Такое понимание воли важно для того, чтобы мочь работать с глубокими структурами формирования воли. Поэтому что при психических болезнях и нарушениях (психопатологии),

которые характеризуются устойчивой, повторяющейся и недоступной для целенаправленной прямой коррекции проблематикой, необходима работа над структурами процесса воли в рамках психотерапии. В этой связи мы лишь коснемся того, что психопатология в экзистенциальном анализе определяется как повторяющаяся неспособность человека делать что-то, что он рассматривает как правильное и важное, что он хочет делать, или неспособность прийти к выражению воли, соответствующей конкретной ситуации, из-за чего возникает страдание [19].

Наряду с этим психотерапевтическим подходом к реструктуризации воли существует консультативный подход для решения проблем воли, не имеющих фиксированного, психопатологического основания (как, например, поиск решения, выносливость воли, легкие зависимости). Преимуществом такого подхода является возможность работы над проблемой иногда в более короткие сроки. При этом основой является более простая модель воли, которая разработана для консультирования. Теперь коротко остановимся на этой модели, так как она хорошо подходит для нашего обзора и проясняет ее отличие от интеллектуализированных и некоторых волонтаристских моделей понимания воли.

## Воля как процесс

1. Согласно модели укрепления воли [23], процесс формирования воли начинается с *того, что что-то нас спонтанно запрашивает*. Что-то заговаривает с нами, захватывает нас, приходит к нам, приводит нас в движение: предмет, человек, разговор, мысль, ощущаемый дефицит — все что угодно. Можно искать эти объекты, содержание или переживания — но также они могут просто с нами случаться. Если возникает запрошенность, то возникает внутреннее движение. Это является ядром на данной ранней ступени формирования воли: каждому «хотеть» предшествует *затронутость ценностью*.

Необычным и иногда трудно переносимым (и даже вызывающим страх) для многих людей является то обстоятельство, что при таком понимании воли сначала так мало, а иногда и вообще нет никакого контроля со стороны сознания. Некоторые думают, что такое понимание оставляет без внимания свободу воли или противоречит свободе. Действительно, в таком понимании воли содержится определенная *отданность* экзистенции. Это означает, что мы не можем преднамеренно породить волю. На практике многие проблемы воли связаны именно с подобным неправильным пониманием воли: человек не может решать сам, что с ним заговорит, а что нет. Человек не может определять, на что он откликнется, а что его не затронет. Пожалуй, можно сделать этот



процесс более *интенсивным*: можно раскрываться содержанию, фокусироваться на нем и уделять ему особое внимание — но разбудит ли оно наш интерес, это зависит не от нас. Можно попытаться *приглушить* воспринятое содержание, которое для нас нежелательно, но никогда нельзя полностью закрыться от внутренних и внешних впечатлений. Человек по своей сути всегда открыт<sup>8</sup>, он никогда не закрыт полностью ни от мира, ни от себя самого.

Так воля зарождается в нашей отданности жизни, в бессознательном, в том, что не находится в нашем распоряжении, что начинается как бы случайно. Воля нам присуща изначально. Таким образом, воля также соответствует структуре формирования персональных процессов. Итак, мы констатируем: воля *начинается без нашего желания*.

2. На основании того, что мы являемся запрошенными, происходит сознательный или бессознательный *отбор, решение*. Диапазон выбора простирается от «тенденциозной апперцепции», согласно Адлеру [2], вплоть до сознательного отрефлексированного, пропущенного через разум решения. Тем самым мы поднимаемся на следующую ступень в процессе обретения свободы. Свобода здесь заключается в сборе информации, в противопоставлении причин и встречных доводов, в оценке, в рассмотрении актуального самочувствия, желания и отвращения, а также в соотношении с другими ценностями. Если процесс принятия решения удастся, тогда, благодаря этому взвешиванию, возникает иерархия возможностей, выстроенная в соотношении с нашими ценностями согласно нашему субъективному ощущению. Если выбор изначально исходит не из собственного чувства и ощущения, а определяется другими критериями, такими как разум, рациональность, внешние заданности, нормы, ожидания, тогда воля слаба и не выдерживает требований ситуации. Только персонально согласованные решения, в которых субъект идет на риск отдаться своей «персональности», ведут к целостной воле. Принимать решения<sup>9</sup> означает, что мы отделяем менее важное, менее живое, менее питающее, менее радостное, менее благоразумное от более содержательного. Зерна отделены от плевел, «руда ситуации» — от глухой горной породы, мелодия — от шума, фигура — от фона. С этим разделением связано отодвигание чего-то в сторону, расставание, прощание с чем-то, и это может быть связано с персональным процессом страдания.

Решительность означает быть «снаряженным» для реальности. Решительность представляет собой «экзистенциальную диспозицию»

---

<sup>8</sup> Хайдеггер [14, с. 163] говорит, например, об «экзистенциальной открытости бытия как совместного бытия для другого».

<sup>9</sup> *Прим. пер.:* Ent-schieden-Sein — дословно: бытие «от-деляющим», «разделяющим».

[31, с. 78, 133]. Это готовность, подготовка к действиям и персональному формированию реальности. Например, тот, кто выбрал товар и положил его в корзину для покупок, решил, что он собирается его купить. В случае, если он действительно собирается купить и оплатить все это, он знает, что он выбирает. «В случае» — потому что теперь ему предстоит следующий шаг в направлении реализации своего выбора. Теперь важна его персональная задействованность: готов ли человек действительно защищать свой выбор, вступить за него, встать перед ним, проявить свою активность, «заплатить» за это? Стоит ли это того? Стоят ли того «издержки», усилия, последствия?

3. При принятии решения речь идет о взвешивании, в ходе которого мы ощущаем ценность, и которое преимущественно происходит на уровне «нравиться» и соотносённости с ценностями. Теперь речь идет об экзистенциальной оценке, о целостности и единстве, которые заново обретаются или укрепляются в *нашей решимости* в каждой конкретной ситуации. Принимая решение, человек каждый раз заново находит себя, — в решимости человек заново создает себя. Решимость можно определить как креативный, персональный акт самосотворения. Это самый интимный персональный акт, в котором человек понимает себя *целостно*, то есть не только как *Person*, но и со своей телесностью и психодинамикой, и берет ответственность в свои руки, когда он утверждает сделанный выбор (принятое решение). Здесь речь идет об известном «рывке воли» [37, с. 109], о «скачке» [17] или о «прыжке к тому всеохватывающему, чем мы можем быть или, собственно говоря, являемся как экзистенция» [16, с. 21]. Решимость подобна замковому камню<sup>10</sup> на низлежащих уровнях свода: своим весом он дает структуре прочность и опору. Через решимость человек снова обретает единство и тем самым может высвободить силы для действия, в котором, в свою очередь, сосредоточена дополнительная сила.

Здесь стоит коротко упомянуть дискуссию о свободе воли, которая в течение последних лет вызвала большой резонанс в широкой общественности. В рамках этого обсуждения свободная воля была даже представлена как «полезная иллюзия» [34]. Сомнения в свободе воли возникли, прежде всего, из-за нейрофизиологических экспериментов Либета [28; 29], который показал, что «потенциал готовности» можно измерить уже за 500 миллисекунд до движения пальца, которое мы собираемся совершить, в то время как сознательное намерение существует лишь 200 миллисекунды до его исполнения. Несколько исследователей сде-

---

<sup>10</sup> *Прим. пер.:* замковый камень — клинообразный или пирамидальный элемент кладки в вершине свода. Это камень, который укладывается последним, служит прочности и жесткости арки в месте наибольшей нагрузки.

лали из этого вывод, что «мы, люди, делаем не то, что мы хотим, но мы хотим то, что мы делаем». В нашем понимании воли эти эксперименты, вероятно, могли бы даже предоставить подтверждение нашей концепции, так как они показывают, что у настоящего акта воли есть начальные ступени, которые не осознаются нами. Волю нельзя приравнять к сознанию; похоже, она коренится в бессознательном. Ее возникновение нужно понимать как процесс, который начинается еще до сознательного принятия решения, а после принятия решения может иметь еще фазу решимости. Потому что Либет смог установить, что человек может отменить свое сознательное решение за 100 миллисекунд до его исполнения. Хотя эти эксперименты еще оспариваются и не могут считаться доказательством «за» или «против» рассматриваемой нами модели, однако они вызвали дискуссию, которую феноменологическая модель объяснения может развернуть в совершенно новое интересное русло.

4. В «исполнении принятого решения» проявляется последняя ступень свободы — *действие*. Действие можно определить как *исполнение решения*. Это активность, за которой человек стоит как *Person* — деятельность, которая не просто «происходит» с человеком как реакция или рефлекс, а в которой он находится в «принимающей решение» позиции и в которой он реализует свою волю. В действии человек всем своим существом привносит себя в активные отношения с ценностью. Эта ценность, на которую человек теперь идет, задействуя собственные силы, становится причиной его поступков. Таким образом, действие — *это свободное соотношение с основанием действия*. Сущностная связанность с собственными поступками — это *ответственность*: человек, несущий ответственность, посредством своих действий снова обретает себя в своей сущности; его поступок не чужд ему, а является его «собственным». Поэтому подлинное действие всегда происходит в контексте свободы и ответственности.

В реализованном через действие решении также отражается разнообразие внешних *возможностей* его исполнения, средств и методов, которые человек может задействовать, такие *модальности* действия, как включенность, скорость и т. д. Таким образом, свобода может реализовываться практически безграничным количеством самых *разнообразных способов*. При этом действует следующее правило: чем больше решимости в действии, тем больше у человека сил для его реализации, потому что снижается внутреннее сопротивление. Тем не менее, свобода всегда остается обусловленной и во многом ограниченной сопротивлением мира, относительностью средств, времени, силы, знания и т. д.

Перевод с немецкого: Е. Амбарнова, Н. Денисенко  
Научная редакция: С.А. Мардоян, Е.А. Евстигнеева

## ЛИТЕРАТУРА

1. *Buber M.* Das dialogische Prinzip. Heidelberg: Schneider, 1973. 301 p.
2. *Datler W.* Apperzeption, tendenziöse // Wörterbuch der Psychotherapie / G. Stumm, A. Pritz (Hrsg.). Wien: Springer, 2000. P. 40—41.
3. *Frankl V.* Zur geistigen Problematik der Psychotherapie // Zentralblatt für Psychotherapie. 1938. Vol. 10. P. 33—45.
4. *Frankl V.* Grundriß der Existenzanalyse und Logotherapie // Handbuch der Neurosenlehre und Psychotherapie / V. Frankl, V. Gebattel, J.H. Schultz (Hrsg.). München, Wien: Urban & Schwarzenberg, 1959. Bd. III. P. 663—736.
5. *Frankl V.* Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. Bern: Huber, 1975. 109 p.
6. *Frankl V.* Ärztliche Seelsorge. Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse. 10th ed. Wien: Deuticke, 1982. 91 p.
7. *Frankl V.* Die Psychotherapie in der Praxis. Wien: Deuticke, 1982, 272 p.
8. *Frankl V.* Der Unbewußte Gott. Psychotherapie und Religion. 7th ed. München: Kösel, 1988. 92 p.
9. *Frankl V.* Der Wille zum Sinn. 4th ed. Piper: München, 1991. 299 p.
10. *Goldstein K.* Der Aufbau des Organismus. Haag: Nijhoff, 1934. 442 p.
11. *Grawe K., Donati R., Bernauer F.* Psychotherapie im Wandel. Von der Konfession zur Profession. Göttingen: Hogrefe, 1994, 886 p.
12. *Grawe K.* Grundriß einer allgemeinen Psychotherapie // Psychotherapeut. 1995. Vol. 40. P. 130—145.
13. *Heenen-Wolff S.* Psychoanalyse und Freiheit // Psyche. 2004. Vol. 58 (3). P. 226—249.
14. *Heidegger M.* Sein und Zeit. Tübingen: Niemeyer, 1979. 445 p.
15. *Jaeggi E.* Zu heilen die zerstoßnen Herzen. Die Hauptrichtungen der Psychotherapie und ihre Menschbilder. Hamburg: Rowohlt, 1995. 320 p.
16. *Jaspers K.* Existenzphilosophie. 4th edition. Berlin: de Gruyter, 1974. 90 p.
17. *Kierkegaard S.* Philosophische Brosamen und unwissenschaftliche Nachschrift. München: dtv, 1976. 1031 p.
18. *Kriz J.* Grundkonzepte der Psychotherapie. Weinheim: Beltz, 2001. 325 p.
19. *Längle A.* Der Krankheitsbegriff in Existenzanalyse und Logotherapie // Der Krankheitsbegriff in der modernen Psychotherapie / A. Pritz, H. Petzold (Hg). Paderborn: Junfermann-Verlag, 1992. P. 355—370.
20. *Längle A.* Viktor Frankl. Ein Porträt. München: Piper, 1998. 335 p.
21. *Längle A.* Existenzanalyse — Die Zustimmung zum Leben finden // Fundamenta Psychiatrica. 1999. Vol. 12. P. 139—146.
22. *Längle A.* Die existentielle Motivation der Person // Existenzanalyse. 1999. Vol. 16 (3). P. 18—29.
23. *Längle A.* Die Willensstärkungsmethode (WSM) // Existenzanalyse. 2000. Vol. 17 (1). P. 4—16.
24. *Längle A.* Praxis der Personalen Existenzanalyse. Wien: Facultas, 2000. 184 p.
25. *Längle A.* Die Grundmotivationen menschlicher Existenz als Wirkstruktur existenzanalytischer Psychotherapie // Fundamenta Psychiatrica. 2002. № 16 (1). P. 1—8.
26. *Längle A., Stumm G.* Existentielle Psychotherapie // Wörterbuch der Psychotherapie / G. Stumm, A. Pritz (Hrsg.). Wien: Springer, 2000. P. 180.
27. *Längle A., Tutsch L.* Existenzanalyse // Wörterbuch der Psychotherapie / G. Stumm, A. Pritz (Hrsg.). Wien: Springer, 2000. P. 182—183.

28. *Libet B.* Unconscious Cerebral Initiative and the Role of Conscious Will in Voluntary Action // *The Behavioral and Brain Sciences*. 1985. № 8 (4). P. 529—539.
29. *Libet B. et al.* Time of Conscious Intention to Act in Relation to Onset of Cerebral Activities (Readiness-Potential): The Unconscious Initiation of a Freely Voluntary Act // *Brain*. 1983. Vol. 106 (3). P. 623—642.
30. *May R.* Existential psychology. New York: Random, 1969. 117 p.
31. *Marcel G.* Sein und Haben. Paderborn: Schöningh, 1954. 302 p.
32. *Ofman W.V.* Existentielle Psychotherapie // *Psychiatrie in Praxis und Klinik*, Bd. 3: Neurosen. Stuttgart: Thieme, 1988. P. 256—270.
33. *Quitmann H.* Humanistische Psychologie. Göttingen: Hogrefe, 1985. 314 p.
34. *Roth G.* Fühlen, Denken, Handeln. Frankfurt: Suhrkamp, 2003. 608 p.
35. *Sartre J.-P.* L'être et le néant. Paris: Gallimard, 1943. 691 p.
36. *Scheler M.* Die Stellung des Menschen im Kosmos. 11th ed. Bonn: Bouvier, 1986. 81 p.
37. *Stern W.* Allgemeine Psychologie auf personalistischer Grundlage. 2nd ed. Den Haag: Nijhoff, 1950. 836 p.
38. *Stumm G.* Psychotherapie // *Wörterbuch der Psychotherapie* / G. Stumm, A. Pritz (Hrsg) Wien: Springer, 2000. P. 569.
39. *Strotzka H.* Psychotherapie und Tiefenpsychologie. Ein Kurzlehrbuch. 2nd ed. Wien: Springer, 1984. 312 p.
40. *Wicki B.* Die Existenzanalyse von Viktor E. Frankl als Beitrag zu einer anthropologisch fundierten Pädagogik. Bern: Haupt, 1991. 315 p.
41. *Yalom I.D.* Existentielle Psychotherapie. Köln: Edition Humanistische Psychologie, 1980/1989. 610 p.

## EXISTENTIAL ANALYSIS OF FREEDOM. ON THE PRACTICAL AND PSYCHOTHERAPEUTIC SUBSTANTIATION OF PERSONAL FREEDOM (PART 1)

A. LÄNGLE,  
Vienna, Austria,  
alfried.laengle@existenzanalyse.org

Freedom is the central theme in existential-oriented psychotherapy. At the beginning of the article, we show the importance of freedom for psychotherapy in general

### For citation:

Längle A. Existential Analysis of Freedom. On the Practical and Psychotherapeutic Substantiation of Personal Freedom (Part 1). *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya* [*Counseling Psychology and Psychotherapy*], 2018. Vol. 26, no. 4, pp. 132—150. doi: 10.17759/cpp.2018260409. (In Russ., abstr. in Engl.).

\* *Längle Alfred*, M.D., Ph.D., psychotherapist, clinical psychologist, Vienna, Austria, e-mail: [alfried.laengle@existenzanalyse.org](mailto:alfried.laengle@existenzanalyse.org)

and described it as the central influencing element in existential-analytical sessions. Then the understanding of freedom in the anthropology of V. Frankl is described: freedom as a specific expression of the spiritual in man, which manifests itself in the will and in the search for meaning. The further development of existential analysis leads to the fact that will is comprehended broader than just in connection with the meaning — it is more closely related to conditioning, emotionality, the concept of self and the context. Freedom is understood as a process that is always carried out anew, it is conditioned by certain prerequisites and occurs in several stages through a dialogical exchange. Thus, freedom is expressed in the form of will as the intentionality of the whole person, and not only as a manifestation of his/her spirituality. This aspiration focuses on opportunities (not on the ideals or on the desired) and reaches a culmination in the act of consent.

**Keywords:** psychotherapy, existential analysis, freedom, Person, will.

## REFERENCES

1. Buber M. Das dialogische Prinzip. Heidelberg: Schneider, 1973. 301 p.
2. Datler W. Apperzeption, tendenziöse. In G. Stumm, A. Pritz (Hrsg). *Wörterbuch der Psychotherapie*. Wien: Springer, 2000, pp. 40—41.
3. Frankl V. Zur geistigen Problematik der Psychotherapie. *Zentralblatt für Psychotherapie*. 1938. Vol. 10, pp. 33—45.
4. Frankl V. Grundriß der Existenzanalyse und Logotherapie. In V. Frankl, V. Gebattel, J.H. Schultz (Hrsg). *Handbuch der Neurosenlehre und Psychotherapie*. München, Wien: Urban & Schwarzenberg, 1959. Bd. III, pp. 663—736.
5. Frankl V. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. Bern: Huber, 1975. 109 p.
6. Frankl V. Ärztliche Seelsorge. Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse. 10th ed. Wien: Deuticke, 1982. 91 p.
7. Frankl V. Die Psychotherapie in der Praxis. Wien: Deuticke, 1982, 272 p.
8. Frankl V. Der Unbewußte Gott. Psychotherapie und Religion. 7th ed. München: Kösel, 1988. 92 p.
9. Frankl V. Der Wille zum Sinn. 4th ed. Piper: München, 1991. 299 p.
10. Goldstein K. Der Aufbau des Organismus. Haag: Nijhoff, 1934. 442 p.
11. Grawe K., Donati R., Bernauer F. Psychotherapie im Wandel. Von der Konfession zur Profession. Göttingen: Hogrefe, 1994, 886 p.
12. Grawe K. Grundriß einer allgemeinen Psychotherapie. *Psychotherapeut*, 1995. Vol. 40, pp. 130—145.
13. Heenen-Wolff S. Psychoanalyse und Freiheit. *Psyche*. 2004. Vol. 58 (3), pp. 226—249.
14. Heidegger M. Sein und Zeit. Tübingen: Niemeyer, 1979. 445 p.
15. Jaeggi E. Zu heilen die zerstoßenen Herzen. Die Hauptrichtungen der Psychotherapie und ihre Menschbilder. Hamburg: Rowohlt, 1995. 320 p.
16. Jaspers K. Existenzphilosophie. 4th ed. Berlin: de Gruyter, 1974. 90 p.
17. Kierkegaard S. Philosophische Brosamen und unwissenschaftliche Nachschrift. München: dtv, 1976. 1031 p.
18. Kriz J. Grundkonzepte der Psychotherapie. Weinheim: Beltz, 2001. 325 p.

19. Längle A. Der Krankheitsbegriff in Existenzanalyse und Logotherapie. In A. Pritz, H. Petzold (Hg). *Der Krankheitsbegriff in der modernen Psychotherapie*. Paderborn: Junfermann-Verlag, 1992, pp. 355—370.
20. Längle A. Viktor Frankl. Ein Porträt. München: Piper, 1998. 335 p.
21. Längle A. Existenzanalyse — Die Zustimmung zum Leben finden. *Fundamenta Psychiatrica*, 1999. Vol. 12, pp. 139—146.
22. Längle A. Die existentielle Motivation der Person. *Existenzanalyse*, 1999. Vol. 16 (3). P. 18—29.
23. Längle A. Die Willensstärkungsmethode (WSM). *Existenzanalyse*, 2000. Vol. 17 (1). P. 4—16.
24. Längle A. Praxis der Personalen Existenzanalyse. Wien: Facultas, 2000. 184 p.
25. Längle A. Die Grundmotivationen menschlicher Existenz als Wirkstruktur existenzanalytischer Psychotherapie. *Fundamenta Psychiatrica*, 2002. Vol. 16 (1). P. 1—8.
26. Längle A, Stumm G. Existentielle Psychotherapie. In G. Stumm, A. Pritz (Hrsg). *Wörterbuch der Psychotherapie*. Wien: Springer, 2000. P.180.
27. Längle A., Tutsch L. Existenzanalyse. In G. Stumm, A. Pritz (Hrsg). *Wörterbuch der Psychotherapie*. Wien: Springer, 2000, pp. 182—183.
28. Libet B. Unconscious Cerebral Initiative and the Role of Conscious Will in Voluntary Action. *The Behavioral and Brain Sciences*, 1985. Vol. 8 (4), pp. 529—539.
29. Libet B. et al. Time of Conscious Intention to Act in Relation to Onset of Cerebral Activities (Readiness-Potential): The Unconscious Initiation of a Freely Voluntary Act. *Brain*, 1983. Vol. 106 (3), pp. 623—642.
30. May R. Existential psychology. New York: Random, 1969, 117 p.
31. Marcel G. Sein und Haben. Paderborn: Schöningh, 1954, 302 p.
32. Ofman W.V. Existentielle Psychotherapie. *Psychiatrie in Praxis und Klinik, Bd. 3: Neurosen*. Stuttgart: Thieme, 1988, pp. 256—270.
33. Quitmann H. Humanistische Psychologie. Göttingen: Hogrefe, 1985. 314 p.
34. Roth G. Fühlen, Denken, Handeln. Frankfurt: Suhrkamp, 2003. 608 p.
35. Sartre J.-P. L'être et le néant. Paris: Gallimard, 1943. 691 p.
36. Scheler M. Die Stellung des Menschen im Kosmos. 11th ed. Bonn: Bouvier, 1986. 81 p.
37. Stern W. Allgemeine Psychologie auf personalistischer Grundlage. 2nd ed. Den Haag: Nijhoff, 1950. 836 p.
38. Stumm G. Psychotherapie. In G. Stumm, A. Pritz (Hrsg). *Wörterbuch der Psychotherapie*. Wien: Springer, 2000. P. 569.
39. Strotzka H. Psychotherapie und Tiefenpsychologie. Ein Kurzlehrbuch. 2nd ed. Wien: Springer, 1984. 312 p.
40. Wicki B. Die Existenzanalyse von Viktor E. Frankl als Beitrag zu einer anthropologisch fundierten Pädagogik. Bern: Haupt, 1991. 315 p.
41. Yalom I.D. Existentielle Psychotherapie. Köln: Edition Humanistische Psychologie, 1980/1989. 610 p.

## «ОТЦЫ И ДЕТИ»: ПСИХОАНАЛИТИЧЕСКИЙ ВЗГЛЯД НА РОЛЬ ОТЦА В РАЗВИТИИ ЛИЧНОСТИ РЕБЕНКА

М.А. ГУЛИНА\*,  
МГУ имени М.В. Ломоносова, Москва, Россия,  
СИТИ Университет, Лондон, Великобритания,  
marinagulina@mail.ru

Н.Л. ВАСИЛЬЕВА\*\*,  
СПбГУ, Санкт-Петербург, Россия,  
ninavasilyeva@yandex.ru

Проведен анализ роли отца в развитии ребенка. Представлен психоаналитический взгляд на стадии развития ребенка. Описаны клинический случай и история психоаналитического лечения пациента. Ряд современных идей относительно роли отца в развитии ребенка инкорпорированы в клинический материал. Рассмотрены функции и особенности роли отца на разных фазах развития ребенка: симбиотической, практикования и сближения—удаления. Описаны феномен чужеродной (насильственной) идентифика-

### Для цитаты:

Гулина М.А., Васильева Н.Л. «Отцы и дети»: психоаналитический взгляд на роль отца в развитии личности ребенка // Консультативная психология и психотерапия. 2018. Т. 26. № 4. С. 151—168. doi: 10.17759/cpp.2018260410

\* Гулина Марина Анатольевна, доктор психологических наук, профессор кафедры методологии психологии, факультет психологии, МГУ имени М.В. Ломоносова, Москва, Россия; профессор школы искусств и социальных наук, факультет психологии, СИТИ Университет, Лондон, Великобритания, e-mail: marinagulina@mail.ru

\*\* Васильева Нина Леонидовна, доктор психологических наук, профессор кафедры психического здоровья и раннего сопровождения детей и родителей, факультет психологии, СПбГУ, Санкт-Петербург, Россия, e-mail: ninavasilyeva@yandex.ru



ции и его возможные последствия. Подчеркнута роль родителей как пары в ситуации Эдипального треугольника, даны предпосылки к психологически здоровому отцовству (как со стороны личности отца, так и на уровне семейной пары).

**Ключевые слова:** ранняя триангуляция, сепарация, отцовская функция, материнская депривация, ментализация, чужеродная идентификация, нарциссический родитель.

В статье М.А. Гулиной «Ипостаси и трансформации образа отца в психоанализе» [1] был предложен обзор различных теоретических концепций, созданных психологами и психоаналитиками относительно места, роли и функций отца в становлении общества и личности. Данная статья является продолжением этой темы, но уже в ее клиническом ракурсе.

«Луана» (*псевдоним: все имена изменены*) — молодая женщина 24 лет, виолончелистка, студентка престижного музыкального колледжа в Лондоне. Ее муж, очень известный музыкант, позвонил психоаналитику, узнав телефон от знакомых коллег. У Луаны случился острый психотический эпизод, ее госпитализировали в Лондоне, а затем они с мужем уехали на ее родину в Бразилию, где живут ее родители, и там ее лечил медикаментозно местный психиатр. Она начала говорить об этом психотическом эпизоде только после года анализа (3 раза в неделю на кушетке). Она рассказала, что во время этого эпизода она видела своего мужа как дьявола; она чувствовала, что она мертва; что ее колени гниют. Чтобы окончательно умереть, она перестала есть. Она также чувствовала, что ей лучше стоять на коленях, чем на ногах. Она все время хотела просить прощения у окружающих, потому что чувствовала свою глубокую вину. Она принимала оланзапин в течение года лечения у психиатра.

Она боится людей, включая друзей-музыкантов. В процессе терапии она начала понимать, в какой степени она стремится радовать людей. Она также боится, что мужчина может напасть на нее на улице, и она не уверена, что у нее будет достаточно сил сопротивляться, но она постоянно думает, как она должна себя вести в такой ситуации. Она не может принимать никаких похвал от коллег и учителей, но она очень хочет дать концерт в своей стране, чтобы доказать, что она хороший и успешный музыкант. Она хочет доказать это некоторым своим коллегам на родине, которые травили ее в прошлом, когда она играла в симфоническом оркестре страны.

Когда она дома одна — а ее муж проводит довольно много времени за границей, давая концерты в Америке и Европе — она может чувствовать, что в комнате еще кто-то находится. Когда она начала терапию, то стала замечать, что ее выражение лица не находится полностью под ее

контролем и иногда какая-то странная, неприятная маска пытается себя показать. После года анализа она начала давать концерты в Англии с симфоническим оркестром как солист, но она испытывала ежедневные муки, принуждая себя заниматься: «каждый мой палец не хочет играть». Она начала думать о прекращении обучения в колледже и, возможно, занятий музыкой вообще.

После полутора лет терапии и перерыва на три недели на Рождество произошел новый тревожный приступ, который был немного сходен с первоначальным эпизодом. Этот второй приступ случился, когда ее муж вернулся домой с гастролей. Однако в этот раз она видела, что ее симптомы являются реакцией на его поведение. Она также могла сознательно контролировать свое поведение, например, ей опять хотелось стоять на коленях и просить у кого-то прощения, но она понимала, что «это расстроит мужа», поэтому она ушла в ванную комнату и стояла на коленях там. Тем не менее, она была так растеряна из-за нового приступа, что забыла о сессии на следующий день, хотя до этого была очень пунктуальна. Когда она пришла на сессию, то рассказала, что у нее есть постоянное ощущение, что «маленький черный человек постоянно бросает большой камень в ее голову, и ее голова каждый раз совершенно расплющена, только кровавые куски ее шеи остаются на плечах».

## История

Луана — единственный ребенок в семье. Ее отец — очень известный в стране музыкант, а мать работает в колледже. Она начала играть на виолончели в пять лет, ее отец был ее единственным учителем и был очень строг: во время уроков он кричал на нее. Луана много плакала в детстве. Мать была непредсказуема и ожидала, что дочь будет чувствовать то же, что и она. Например, Луана говорила, что когда ее мать была расстроена, она сердилась на девочку и чувствовала себя лучше, только когда дочь начинала плакать.

Через почти полтора года после начала терапии, но до второго приступа, Луана вспомнила, что она провела свое раннее детство не с родителями, а со своей бабушкой по материнской линии. Бабушка смотрела за ней, но не разговаривала с младенцем. Осознав это, Луана спросила родителей, как долго она оставалась с бабушкой, и получила два ответа: что она вернулась к родителям, когда ей был год, и что она вернулась, когда ей было три года. Оба ответа были, по ее словам, «неуверенные». В детстве она почти всегда боялась обоих родителей, но по-разному: она всегда чувствовала жалость, думая о своем отце, «потому что он был очень одинок». Она восхищалась своей матерью, когда была совсем ма-

ленькой, но потом это изменилось. Дети не играли с ней во дворе, потому что она была «очень медленная». После окончания школы она стала играть в оркестре, потом вышла замуж и переехала в Лондон учиться музыке дальше. Вначале она много говорила о том, как ее травили и преследовали некоторые друзья из оркестра на родине. Ее муж стал ее вторым учителем музыки, и по ее словам, он был очень хорошим учителем. Тем не менее, она часто говорила о своем подавленном настроении и депрессии. Ей также трудно справляться с учебной нагрузкой в колледже. В начале терапии она думала о том, чтобы оставить это образование, но постепенно стала справляться лучше и лучше. За ее успехи ее освободили от оплаты за обучение и даже назначили стипендию. Она все время чувствовала вину, что платила за терапию деньгами мужа, и когда получила стипендию, то стала платить из этих денег, чему была очень рада.

Она очень много записывает: свои мысли, наблюдения, сны. Иногда она приносит свой дневник на сессии, иногда читает что-то из своих записей. Иногда записывает что-то в блокнот на сессии, лежа на кушетке. Она много читает книг по философии и психологии и на удивление хорошо помнит то, что психоаналитик говорил на сессиях.

### *Сновидение 37*

(спустя 8 месяцев после начала анализа, до второго эпизода)

«В доме гости, но среди них есть убийца. Я вдруг вижу его, у него такой цветной костюм. Он преследует мою подругу, но я ничего не делаю с этим. Позже он подходит ко мне и говорит, что я тоже в его списке. И пара других людей тоже в этом списке. Я спрашиваю, можно ли мне выкурить одну сигарету, и он позволяет. Потом этот убийца становится женщиной, блондинкой. Все люди смотрят на меня, им жаль, что он меня поймал. Я надеюсь получить какую-то помощь, потому что есть группа людей в коридоре, и они идут на помощь. Я притворяюсь, что я все еще курю, ожидая их, но убийца замечает, что сигарета докурена, и она стреляет три раза в мое лицо. Я просыпаюсь и думаю, что я все-таки жива, мой дух жив. Чувствую спокойствие: я была застрелена, но все равно жива».

## **Фрагменты сессий**

### *Сессия № 136*

(период до второго приступа).

Луана. Вчера я чувствовала себя очень печально, я была очень маленькой девочкой. Начала играть на виолончели. Вы как-то сказали, что искусство происходит из страдания. Может быть, я перестану играть,

если перестану страдать? Такая мысль пришла ко мне. У меня был короткий сон: я вся покрыта какой-то огромной массой, на которой толстый слой пыли. Эта масса не движется, как будто она осталась после моих родителей, и она не настоящая, она покрывает какую-то суть. Она похожа на пластилин, но твердая, и она покрывает всю меня, и никто не может меня видеть.

*Свободные ассоциации.* Сейчас я чувствую, что ее можно снять. И тогда какой-то ветер начнет дуть. Но ведь это мое тело.

Психоаналитик. Что вы чувствуете?

Луана. Сильную печаль.

Психоаналитик (молчит, ожидая пояснений).

Луана. Печаль, что я не справляюсь со своей жизнью. Во мне есть «я хочу» и «я должна». «Я хочу» похоже на недоразвитое животное, а «я должна» похоже на жестокое животное. И я мечусь: я либо над кем-то, либо под ним. И то, что ведет меня по жизни, — не обязательно я.

Психоаналитик. Вы чувствуете это сейчас, здесь?

Луана. Вы не осуждаете меня. Но это как будто я рисую картинку поверх вас. Моя мама была такой феей для меня, но она была не моя. Между нашими сердцами не было связи. Доверие, безопасность, спокойствие — этого не существовало. И это — как дорога, которую вы выбрали по ошибке: вы так долго шли по этой дороге, что она стала вашей. (После длинной паузы.) Думаю, то, что я была заперта (заключена) в пластине, было защитой, но от чего?

### **Сессия № 182**

(пять месяцев после второго приступа).

Луана. Закончился конкурс квартетов. Мы не победили, но получили хорошие отзывы. Альтист был очень огорчен. Я — нет. Два или три дня назад я чувствовала боль в груди, это продолжалось три—четыре дня. Я думаю, что это не связано с конкурсом. Это так странно, что душа может вызывать физическую боль. Это как будто я плачу внутри себя. Думая о себе, я поняла, что наиболее сильные вещи приходят из прошлого. Родители в прошлом подавляли мою свободу, и я справлялась с этим, я научилась подавлять сама себя. Они также очень много требовали от меня, но я играла совершенно без вдохновения. Они говорили, что другие девочки играют «с темпераментом». Родители требовали силы от меня. Они как будто связали меня, но критиковали, что я не могу ходить нормально. Это невозможно — быть свободной в игре, если вашу волю подавляют. И еще одна вещь: я всегда, изо всех сил старалась удовлетворить других людей, но я так и не получила их любви. И это глупо, потому что единственное, что мне нужно, это полюбить себя.

Психоаналитик. Как вы увидели это?

Луана. Это заняло шесть часов. Когда я заметила, что боль в груди прошла, я перестала страдать. И я стала думать: ведь эта боль была четы-ре дня. Что с ней случилось? Это как будто я была маленьким деревом, на меня навешали каких-то металлических штук, и они вросли в меня. Я увидела эту картинку и поняла, что она важная: что какие-то железные части можно убрать, и тогда даже маленькие цветочки могут начать ра-сти на дереве. У меня был странный сон. Марк (*муж*) и я убегаем от моих родителей, прибегаем на бабушкин огород и там смеемся, что мы убежа-ли от них. Но вдруг нас захватывает мафия, потому что мы нежеланные свидетели. Они сажают нас на землю и льют на нас бензин. Дело в том, что вокруг есть маленькие дачи, и под одним из домиков есть труп. Мы знаем о нем. Марк говорит: «Не бойся» и целует меня в губы. Я чувствую настоящее счастье во сне. Я верю тому, что он сказал, несмотря на мой страх умереть. Но я хочу убежать прочь, выжить (конец сна). На следую-щий день я думала, что мне очень повезло в жизни: он платит за все, мне не нужно работать, он пишет эссе за меня. Если я буду без Марка, я буду «без ног и рук».

Психоаналитик. У вас есть какие-то ассоциации вокруг сна?

Луана. Что мафия — это мое наказание: «жизнь тебя накажет» (*так говорили ее родители в детстве*). Я до сих пор боюсь показать себя, по-тому что это приведет к чему-то нехорошему.

Психоаналитик. И этот труп во сне — это ваш психотический эпи-зод, который надо спрятать?

Луана. Да, я умирала, я хотела умереть.

Психоаналитик. Но ведь этот труп на самом деле не умер, не так ли?

Луана (тихо). Нет.

Психоаналитик. И еще одно: этот сон напоминает ваш другой сон — об убийце, где вы тоже не пытались ничего сделать, чтобы остано-вить его или спасти себя и вашу подругу. Как будто вам нужно умереть, чтобы быть о'кей (нормальной).

Луана (тихо). Иногда я не могу даже поднять руку.

### **Сессия № 189.**

Луана. Я постоянно хочу совершенствовать себя. Я боюсь, что я могу прожить свою жизнь неправильно. Это как не делать домашнее за-дание в школе. Мне нравится быть в анализе, но, может быть, я пытаюсь сделать себя совершенной и это как-то связано с моим приступом. На духовном уровне, я бы сказала. Но иногда я чувствую, что я бы хотела быть частью других людей. Я хотела бы делать простые вещи, и я рассла-бляюсь в такие моменты. Я потеряла себя, когда Марк стал учить меня игре. Я поняла, что он превосходный учитель. Я поняла: он научит меня играть по-настоящему, и я смогу научиться. Я испугалась, что я могу

быть плохой ученицей. И я немедленно начала приспособливаться к нему, печь блинчики. Я стала рабом.

Только один человек в моей жизни не обращался со мной, как с рабом: Улла, женщина в Симфоническом оркестре страны. Она всегда помогала мне. Она была буддисткой. Она была довольно холодна как друг, но заботилась о моей карме. Она никогда не обсуждала отношения в оркестре, но спрашивала о моих чувствах. Делала мне чай. Я сейчас вспомнила недавний сон о ней. Большое замерзшее озеро, посередине его — маленький, совершенно замерзший белый медвежонок. Я говорю Улле: «Смотри, смотри!». Она идет по льду, несмотря на то, что это опасно, и возвращается назад, на берег, с медвежонком. Огонь зажигается сам собой. Этот медвежонок — просто какой-то кусок льда. У Уллы шуба, и она заворачивается в нее с этим медвежонком. Мне нравится смотреть на них, но я спрашиваю себя: почему не я держу медвежонка? Несколькими минутами позже лед тает, и медвежонок становится маленькой собачкой. Эта собачка выглядела как пекинес.

*Свободные ассоциации:* Улла делала что-то такое, что я чувствовала, что я существую. Больше никто. Теперь мне кажется, что этот сон был обо мне, но я так не чувствовала, когда видела его. И этот медвежонок был очень красивый, а собачка мне не понравилась.

Психоаналитик. Это выглядит, как дилемма: приспособиться или умереть в одиночестве.

Луана. Несколько дней назад я расшифровала одну вещь, которая связана с моим приступом. Я много плакала в прошлом. Отец всегда проклинал меня, но я так старалась, изо всех моих сил! Он обвинял меня. И тогда мне вдруг пришло в голову, что я могу сойти с ума.

Психоаналитик. Ребенок может многое приносить в жертву своим родителям, даже свое душевное здоровье.

Луана. И что у него тогда остается?

### **Обсуждение клинического материала: отцовская функция в развитии ребенка и в терапевтических отношениях**

В психоаналитической литературе традиционно много внимания уделяется проблеме «хорошей» или хотя бы «достаточно хорошей» (знаменитое выражение Винникотта) матери. Однако все чаще поднимается вопрос о том, что быть и «достаточно хорошим» отцом — серьезное достижение для мужчины. Например, предполагается, ожидается, а иногда и предписывается, что отец ребенка должен разделять с женой ее чувства по поводу их дитя. С самого начала беременности мать обычно очень сильно вкладывается эмоционально в ребенка. Многие матери очень

тревожатся о здоровье и развитии малыша, и мать стремится разделить эти чувства тревоги, свои фантазии о будущем ребенке с его отцом. Это требует повышенной эмоциональной включенности отца. Более того, после рождения младенца он вынужден делиться женой с новорожденным. Это не всегда легко, так как рождение ребенка непременно вызывает у обоих родителей чувства, идущие из их собственных более ранних стадий развития.

В тех случаях, когда отец неожиданно для себя обнаруживает, что не справляется со своей новой ролью, при ближайшем рассмотрении чаще всего выявляется скрытая тема соперничества. Так, ребенок может быть для отца, например, репрезентацией своего младшего сиблинга, который в свое время оттеснил его от матери. Или собственного отца, который в свое время встал на его пути сближения с матерью. Или «более удачливого любовника» своей жены, поскольку мать всецело отдает себя младенцу. Теоретически, в идеале зрелый отец уже справился с такими чувствами и способен приветствовать своего ребенка. Он не видит ребенка как своего соперника или как свое нарциссическое продолжение. Скорее, он видит его как уникального человека со своими собственными правами, который будет его продолжением в следующих поколениях.

*Родители пациентки не были доступны для нее в раннем детстве, но и позже, воссоединившись с дочерью, не были способны дать ребенку пространство для ее собственных чувств и желаний.*

**Симбиотическая фаза** (от рождения до 12 месяцев). С самого начала симбиотической фазы отец играет роль доступной замены матери, которая является главным заботящимся родителем. Зрелый отец идентифицирует себя с заботящейся матерью и может общаться с ребенком, кормя ребенка из бутылочки или переодевая его сходным с матерью образом. Это движение ребенка к кому-то еще, кроме матери, в недалеком будущем смягчит хорошо известную специалистам тревогу восьмимесячного ребенка перед незнакомцами, потому что ребенок уже знаком с отцом и создал с ним прочные связи. Психоналитики знают, что симбиотическая фаза является основой для формирования способности строить отношения с людьми. Шпиц, как и многие другие психоналитики, рассматривает эту фазу как первый опыт любовных и любящих отношений с матерью [12]. Если по каким-то причинам мать эмоционально недоступна и не может поддерживать необходимый уровень симбиоза, тогда присутствие отца, если он способен восполнить этот материнский дефицит, поможет ребенку развить чувство единства с кем-то другим. А это является жизненно необходимым для формирования ощущения связи с другими людьми в будущем.

*У пациентки не было возможности сформировать прочные связи с матерью в связи с тем, что первые годы жизни она провела с молчащей бабуш-*

кой. Интересно, что воспоминания родителей о ее раннем детстве сильно расходятся. Отец также не смог возместить этот дефицит эмоциональной связи с матерью, поскольку он взял на себя строго «отцовскую» функцию: обучение ребенка музыке. Тем не менее, девочка в своем воображении создала картину идеальной матери, хотя позже она пересмотрела этот образ и разочаровалась в матери. Эта двойственность образа матери — «великая и ужасная» — прослеживается и в терапевтических отношениях пациентки с аналитиком.

Фигура отца также стала очень амбивалентной для пациентки, так как она чувствовала глубокое сострадание по отношению к нему, но при этом очень боялась его. В процессе анализа к ней пришли воспоминания о том, что когда во время домашних уроков он кричал на нее и требовал от ребенка невозможного, она боялась, что «сойдет с ума». Возможно, это фантазия материализовалась именно в ее первом психотическом эпизоде. О «материализации фантазий» очень ярко писал еще Ференци [5]. Здесь мы ясно видим эмоциогенную и травматическую природу симптома, который внешне выглядит психотическим.

Обе роли отца — и как фигуры, замещающей материнскую фигуру, и как собственно отца — позволяют начаться процессу дифференциации ребенка от матери. Это прелюдия к последующим фазам индивидуализации и сепарации, обнаруженным и описанным в широко известных исследованиях Малер [11]. Она показала, насколько сильными являются симбиотические связи с матерью. Эти связи, при всей своей изначальной необходимости, позже ставят развитие ребенка под угрозу. Зрелая эмпатичная мать, настроенная на своего растущего ребенка, способна предвидеть следующий шаг в его развитии и способствует прохождению ребенка через трудности новой для него фазы. Только тогда ребенок может действительно достичь этой следующей фазы. Однако когда мать сама эмоционально зависима, перегружена, утомлена или подавлена, она невольно обращается к ребенку как к кому-то, с кем она может совместно регрессировать и кто может утешить ее. В таком состоянии она уже не замечает столь естественного побуждения ребенка к росту и может бессознательно пытаться продлить симбиотическую фазу. В такие моменты присутствие отца совершенно необходимо, чтобы вмешаться в эту симбиотическую связь и спасти ребенка от поглощения матерью. Он может разными способами напоминать матери и ребенку, что такое ее поведение неприемлемо и вредно.

В жизни данной пациентки такое вмешательство отца произошло только на уровне внешних достижений ребенка, а именно — в обучении музыке. В какой-то мере это спасло девочку от тотального использования эмоционально доминирующей и нуждающейся матерью. У матери и отца, по некоторым свидетельствам пациентки, существовала сильная эмоци-



ональная связь. Например, у них был общий блестящий круг общения, который был очень важен для них; девочка знала, что во время уикендов у родителей наступает интенсивная сексуальная жизнь (она догадывалась об этом по тому, настолько более счастливой выглядела мать в воскресные утра). Однако этот единственный ребенок в семье не чувствовал себя исключенным в отношении родителей, поэтому ей трудно было формировать отношения и с ними, а также позже — со сверстниками и коллегами. Этот момент ее видимого для других одиночества и некоторой обособленности остается характерным для ее поведения.

Если отец пассивен или отсутствует, мать не ограничена в своих попытках использовать ребенка как источник своего комфорта, и это становится преградой на пути процессов дифференциации и сепарации от нее. Хани напоминает нам, что пациенты, находящиеся очень долго в анализе, годами борются с этой трудностью сепарации от аналитика, который представляет для них именно такую мать в переносе. Детская история таких пациентов показывает, что в одних случаях их мать была склонна соблазнять их к тому, чтобы оставаться с ней вместо того, чтобы отправлять играть или, например, улаживать свои детские споры с друзьями. В других внешне похожих случаях ребенок в детстве идентифицировал себя с отсутствующим отцом, и поэтому позже он стремится каким-то образом заполнить эту пустоту. Другими словами, пассивность отца, его отсутствие или утрата лишают ребенка жизненно важной возможности освободиться от столь привлекательного цепляния за мать вместо того, чтобы учиться отделяться от нее.

*У пациентки это естественное желание девочки идентифицироваться с матерью, их глубокая, хотя и противоречивая, амбивалентная связь проявляется только в ее снах. В ее внешней жизни ей трудно строить отношения с женщинами, а в процессе психоанализа — с женщиной-психоаналитиком.*

В процессе сепарации от матери ребенок движется от дифференциации к следующей фазе — практикования, затем к третьей фазе — сближения и затем к четвертой фазе — консолидации индивидуальности. Все эти фазы являются залогом начала формирования эмоционального постоянства объекта.

**Фаза практикования (13—18 месяцев).** В ходе фазы практикования ребенок (*toddler* — ребенок, начинающий ходить) способен удаляться от матери, уползая или уходя от нее, получая, таким образом, удовольствие от ощущения своих развивающихся способностей делать что-то новое. Эго-функции ребенка этого возраста бурно развиваются, и ребенок с наслаждением обнаруживает свои новые способности независимо от взрослых исследовать мир, манипулировать предметами и людьми, играть самому. Гринэйкр описала это как влюбленность ребенка в мир [6]. Этот безусловно здоровый нарциссизм является источником на-

слаждения и восторга и для родителей. Так, зрелая мать поддерживает тенденции ребенка к независимости и в то же время остается достаточно доступной для него, если ребенку вдруг хочется к ней вернуться, потому что он внезапно почувствовал острое одиночество и поэтому торопится к матери за так называемой «дозаправкой» (refueling). Отец тоже является этим источником «дозаправки», но он делает это несколькими иным путем, давая ребенку узнать новые возможности в отношениях. Он обычно более активен физически в играх с ребенком и поощряет расширение сфер активности ребенка. Такие интенсивные игры отца делают его фигуру более ясной в глазах ребенка, а также они показывают отличие отца от матери, что помогает ребенку дифференцироваться от нее. Гринэйкр подчеркивает важность мышечной активности отца в играх с ребенком, например, ношение ребенка на плечах (чего матери, заметьте, почти никогда не делают). Она пишет, что в таких играх кроме размытого телесного эротизма есть чувство развивающегося Эго, потому что ребенок лучше ощущает свое телесное Я и развивает способность исследовать пространство. Идентификация своих собственных движений с движениями отца может быть очень сильной, и тогда у ребенка может возникать временная фантазия, что он очень большой и активный, и это дает важное и сильное ощущение восторга. Также, несмотря на вновь и вновь приходящее к ребенку чувство, что он все-таки все еще маленький, он может поверить в свой постоянный физический и психологический рост: да, он маленький, но он растет. В целом, дети обоих полов, видимо, наслаждаются такими физическими играми с отцом, в то время как с матерью они обычно играют в прятки, таким образом, упражняясь в отделении от нее.

*Отец пациентки был физически довольно отстранен от ребенка. В области чувственных отношений с отцом мать, безусловно, победила дочь, поскольку она была более эмоционально и физически близка к мужу, чем дочь к отцу. В целом, ее семейная ситуация выглядит так, как будто она была нужна родителям как «удобный» ребенок, поддерживающий их статус в обществе. Однако именно в области музыки девочка могла чувствовать, что она близка отцу несмотря на его садистическое поведение во время домашних уроков. Ее муки во время домашних уроков были платой за его внимание и близость. Отец «вкладывался» в ребенка, даже если его бессознательные мотивы были центрированы на самом себе, даже если это было его отреагирование своей собственной травмы. Неудивительно, что ее первые и главные любовные отношения во взрослой жизни с ее будущим мужем были обречены на острую амбивалентность. Ее глубокое уважение и благодарность мужу сопровождаются мощным подавлением собственной агрессии, которая в итоге, накапливаясь, вырывается в ее двух приступах, происшедших уже в браке, после переезда в Лондон. Ее фобические симптомы —*

*страх нападения, например, — скорее всего, являются ее собственными инверсированными агрессивными импульсами. Материал сновидений также показывает ее сложные отношения с любовью, агрессией и смертью.*

*Заметим, что в своих сексуальных отношениях с мужем пациентка была очень пассивна и заторможена. Второй приступ, уже контролируемый ею, произошел сразу после перерыва в анализе на рождественские каникулы и возвращения мужа из турне.*

**Фаза сближения—удаления ( rapprochement: 18 месяцев — 3 года).** На фазе сближения—удаления ребенок продолжает свои попытки отделения от матери уже более активным способом, и мать уже не пассивный источник для «дозаправки» ребенка. Теперь ребенку особенно важно создавать и расширять свой социальный мир и подтверждать свою автономность. Он часто кажется даже негативно настроенным по отношению к матери. Продолжение развития и избежание опасности регресса к симбиотической стадии могут быть преодолены только с помощью отца, который является союзником в этой борьбе ребенка за свою автономность. В этот период ребенок особенно подчеркивает отличия отца от матери, что неоднократно подтверждала Малер.

Абелин описал на примере клинического случая Мишеля эту важную роль отца в ранней триангуляции психического мира ребенка [2]. Фаза сближения—удаления характеризуется своей глубокой противоречивостью, проявляющейся в кажущейся непоследовательности и хаотичности поведения ребенка. Абелин ярко описывает свои наблюдения за поведением Мишеля: ребенок может то прыгнуть в кровать между родителями, потом начать отталкивать мать, потом соединять руки родителей, потом уступать место в постели одному из родителей и т. д. Все эти организованные ребенком игры показывают сложную психическую борьбу за то, чтобы удовлетворить свои разнообразные потребности: взаимодействовать с каждым родителем отдельно и в то же время одновременно, чтобы почувствовать их единство как любящей пары.

Присутствие отца является крайне важным как для мальчика, так и для девочки, для того, чтобы научиться существовать в этом треугольнике, что в дальнейшем облегчает прохождение ребенком следующих стадий развития.

*В отличие от идеальной картины семейных отношений, предлагаемых теорией, ощущение единства родительской пары сформировалось у пациентки только в области наказаний и родительских предписаний. Оба родителя в один голос говорили ей, например, что «жизнь тебя накажет», если девочка не будет усердно заниматься. Тем не менее, мы можем увидеть проявление этой не вполне благополучно пройденной фазы в попытках пациентки уже во время анализа с новыми силами обращаться к родителям с вопросами о деталях ее детства, фактах семейной истории. Она подумывает*

*о возможности возвращения с мужем на ее родину, в Бразилию. (Заметим, что спустя два года после окончания анализа пациентка по собственной инициативе написала психоаналитику письмо, где благодарила за проведенное лечение и сообщала, что они с мужем переехали в Бразилию. Это письмо само по себе также может рассматриваться как импульс попытки сближения после ухода из отношений.)*

**Консолидация индивидуальности и эмоциональное постоянство объекта.** К возрасту примерно трех лет при благополучном развитии событий ребенок уже формирует внутреннюю репрезентацию достаточно хороших матери и отца и вследствие этого способен отделять себя физически от них и не тревожиться об этом отделении. Теперь этот внутренний объект характеризуется постоянством. Отец начинает играть все большую роль в помощи ребенку развивать свою социальную, учебную и личную жизнь. Отец также играет важную роль в движении ребенка по таким линиям развития, как нарциссизм и агрессия.

Нарциссизм начинается с первоначального чувства собственной грандиозности и всемогущества, проистекающих из слияния ребенка с всеильной симбиотической матерью. Разумеется, мать, которая способна эмпатически отражать ребенка, усиливает развитие его Я. Отец, вводя законы в отношения ребенка и матери, помогает ребенку увидеть ограничения своей позиции всемогущества. Ловальд в своей статье «Эго и Реальность» пишет о том, что страх ребенка перед ограничивающей, кастрирующей функцией отца делает отца источником внешней опасности, и в тоже время отец — это родитель, к которому ребенок обращается за защитой [10]. Именно потребность в отцовской защите побуждает ребенка формировать близкие отношения с отцом и идентифицироваться с его силой и ценностями. Эта идентификация помогает консолидировать и стабилизировать чувства себя как уникального человека, имеющего право на то, чтобы быть своеобразным. В противоположном случае, когда отец разочарован в себе и относится к своему ребенку как к собственному расширению и продолжению, ожидая, что ребенок сделает то, что не смог сам отец, собственное Я у ребенка остается слабым, поврежденным, фрагментарным.

*Эта часть теории достаточно точно описывает судьбу пациентки, которая была обречена стать нарциссическим продолжением отца, не получая при этом поддержку и защиту от матери. Тем не менее, эта насильственная, вынужденная идентификация сформировала яркую, интересную, хотя при этом бесконечно страдающую личность.*

**Агрессия.** Первые семь месяцев жизни ребенка характеризуются тем, что мать и младенец развивают свою взаимную настройку друг на друга; хорошие и плохие стороны матери объединяются в некий целостный образ. Для формирования этого целостного образа ребенку нужно на-

учиться объединять чувства любви к матери с его же чувствами гнева и порой ненависти к матери. Отец является важным помогающим звеном в этом процессе. Пользуясь своим авторитетом, он помогает модулировать, регулировать импульсы ребенка, в том числе слишком сильные агрессивные импульсы. Отсутствие отца или его обесценивание, обесценивание матерью приводит к тому, что ребенок не научается тому, как обращаться со своей агрессивностью.

Херzog в своей статье «Голод по отцу и нарциссическая деформация» указывает на то, что развитие у ребенка нарциссизма и агрессии обусловлено двумя вещами: внутренней репрезентацией матери и отца как пары и установкой матери по отношению к отцу [8]. Ранее об этой второй составляющей — а именно, о символической роли Имени Отца в развитии ребенка, писали Лакан, Дяткин [9; 4].

В процессе анализа аналитик часто становится не только объектом переноса, но и частично реальным объектом для идентификации пациента, заменяющим, замещающим, восполняющим неадекватного родителя.

Развивая мысль Винникотта о том, что нет такого явления, как младенец (помысленного без матери), Хани говорит о том, что для ребенка нет отца без матери [7]. Ребенок развивает внутреннюю репрезентацию родителей и как двух отдельных фигур, и как двух людей вместе. Если пара родителей живет в гармонии, то любая ошибка одного компенсируется, исправляется другим. Подобное активное присутствие и доступность для ребенка родителей как пары обеспечивает его необходимой средой для роста и развития, и тогда в будущем такой ребенок становится более полноценным взрослым и родителем и может передавать свой ценный опыт последующим поколениям.

*Видимо, чтобы уменьшить боль, причиненную ей в семье, где она росла, пациентка бессознательно реконструирует отношения с отцом, но в его улучшенном варианте в собственной семейной жизни. Эта реконструкция на данный момент кажется более или менее успешной: супруги очень близки друг другу, муж оберегает жену, жена восхищается мужем. Какие-то вещи пациентка пытается сделать иным образом, не так, как было в ее семье. Тем не менее, базовая модель отношений остается похожей на отношения с отцом. Страх, вина, растерянность, бессилие присутствуют в жизни пациентки, хотя теперь она готова осознавать это и контактировать с этим. Ее способность к интроспекции очень высока. Ее сны и фантазии указывают на способность к символизации и ментализации своей внутренней психической жизни.*

Заметим, что пациентка способна получать глубокое интеллектуальное удовлетворение от чтения книг, ведения дневников, наблюдений и самонаблюдения. Обратимся к той части психоаналитической теории, которая говорит о роли отца в развитии мышления ребенка.

Сложность представленного случая и несомненность прогрессивной динамики пациентки в терапии вызывает дальнейшие размышления о роли психоанализа и психоаналитика как отцовской фигуры в развитии личности пациентов. В работе «Ребенок, семья и окружающий мир» Винникотт сравнил аналитические отношения с материнской заботой [14]. Было бы неразумно спорить с этим утверждением, поскольку каждый психотерапевт знаком с этой своей функцией и находится в контакте с материнской «кормящей» частью в себе. Однако только ли это?

Уорд высказал идею о том, что более объемным является понимание аналитической ситуации как треугольной по природе [13]. Такой взгляд неминуемо вызывает интерес к месту отцов и отцовской заботы в анализе.

Дэвис и Игл считают, что то, что в психоаналитической литературе называют отцовской функцией, можно скорее понимать как набор функций, состоящий, по меньшей мере, из четырех взаимосвязанных параметров.

1. Функция сепарации по отношению к ранним симбиотическим отношениям между матерью и младенцем.

2. Функция, стимулирующая способность думать через введение опыта триангуляции.

3. Функция фасилитации регуляции аффекта и способности выносить фрустрацию.

4. Функция, обеспечивающая безопасность за счет того, чтобы быть реципиентом враждебных чувств младенца вместо матери или иного «хорошего объекта» [3].

Все эти отцовские функции, считают авторы, необходимы для формирования здоровой и зрелой психики.

*Психотический эпизод, послуживший одной из главных причин прихода пациентки в терапию, свидетельствует о том, что пациентка пока не смогла в достаточной мере решить задачи развития, связанные с отцовскими функциями. Отец был жесток с ней (поэтому — «Паганини»), думал не о ребенке, а о ее (своем?) будущем; мать игнорировала чувства ребенка и в то же время использовала дочь эмоционально.*

*В случае пациентки наблюдается отсутствие «эмоционального щита» как со стороны нестабильного садистического отца, так и со стороны нарциссической матери.*

*Подавленная, но нерегулируемая агрессия пациентки (ее ранние сны) чередуется с состоянием полусмерти (замороженности, закованности) или собственной гибели. Ее анакликтический выбор объекта (мужа как улучшенную версию трудного, но чем-то близкого отца) дал ей на время новый «щит».*

*В случае пациентки ее поиск спасения от нарциссической, «пустой» матери путем обращения к отцу почти не дал желаемого результата; ее отец не был достаточно зрелым человеком для выполнения этой задачи, а насиль-*

ственная, навязанная сублимация привела к ослаблению влечений у пациентки. Внутренний конфликт не разрешился, но был замаскирован сверхадаптациями пациентки к требованиям реальности. Ее вопрос «Что остается у ребенка?» в ее случае имеет трагический ответ: «нарциссический, идеализированный отец отбирает у ребенка все, включая иногда его жизнь».

Однако психоаналитический процесс в силу своего ненарциссического измерения дает возможность пациенту начать видеть свое собственное, хотя и поначалу незнакомое, психическое пространство, где он может существовать в своем собственном времени и создавать, исследовать и изменять это. Собственно, она это и говорит: «Улла (персонаж сна, символизировавший психоаналитика) делала что-то такое, что я чувствовала, что я существую. Больше никто».

## ЛИТЕРАТУРА

1. Гулина М.А. Ипостаси и трансформации образа отца в психоанализе // Консультативная психология и психотерапия. 2018. Т. 26. № 1. С. 129—145. doi.org/10.17759/cpp.2018260109
2. Abelin E. Some further observations and comments on the earliest role of the father // International Journal of Psychoanalysis. 1975. Vol. 56. P. 293—302.
3. Davies N., Eagle G. Conceptualizing the Paternal Function: Maleness, Masculinity, or Thirdness? // Contemporary Psychoanalysis. 2013. Vol. 49 (4). P. 559—585. doi: 10.1080/00107530.2013.10779264
4. Diatkine G. Lacan // International Journal of Psychoanalysis. 2007. Vol. 88, № 3. P. 643—660. doi:10.1516/F2R2-2204-1427-3J23
5. Ferenczi S. Letter from Sándor Ferenczi to Sigmund Freud, February 15, 1918 // The Correspondence of Sigmund Freud and Sándor Ferenczi. Vol. 2: 1914—1919 / E. Falzeder, E. Brabant (eds.). Cambridge, MA: Belknap Press, 1996. P. 263—264.
6. Greenacre P. Emotional growth: Psychoanalytic studies of the gifted and a great variety of other individuals. Vol. 2. NY: International Universities Press, 1971. 234 p.
7. Hani A.G. Capacity for Sublimation Liberated and Developed in the Termination Phase: Clinical Illustration and Theoretical Discussion // Canadian Journal of Psychoanalysis. 1999. Vol. 7 (1). P. 79—96.
8. Herzog J.M. Father hunger and narcissistic deformation // The Psychoanalytic Quarterly. 2004. Vol. 73 (4). P. 893—914. doi:10.1002/j.2167-4086.2004.tb00187.x
9. Lacan J. Des Noms-du-Père. Paris: Le Seuil, 2005. 108 p.
10. Loewald H. Ego and reality // International Journal Psychoanal. 1951. Vol. 32. P. 10—18.
11. Mahler M.S., Pine F., Bergman A. The psychological birth of the human infant symbiosis and individuation. New York: Basic Books, 1975. 308 p.
12. Spitz R.A. Anxiety in infancy: a study of its manifestations in the first year of life // International Journal of Psychoanalysis. 1950. Vol. 31. P. 138—143.
13. Ward I. The importance of fathers: A psychoanalytic re-evaluation // Psychoanalysis & History. 2004. Vol. 6 (1). P. 107—116. doi:10.3366/pah.2004.6.1.107
14. Winnicott D.W. The child, the family, and the outside world. Reading, MA: Da Capo Press, 1987. 256 p.

## “FATHERS AND CHILDREN”: PSYCHODYNAMIC VIEW ON FATHER’S ROLE IN CHILD’S DEVELOPMENT

M.A. GULINA\*,

Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russia, CITY University,  
London, United Kingdom,  
marinagulina@mail.ru

N.L. VASILYEVA\*\*,

St. Petersburg State University, St. Petersburg, Russia,  
ninavasilyeva@yandex.ru

We analyze the father’s role in child development and present psychodynamic view on the stages of child development. A clinical case and history of psychoanalytic treatment are presented. A number of modern theoretical views on a father’s role in child development are integrated into clinical material. We consider the functions and features of the father’s role in the symbiotic, practicing and rapprochement phases of child development. The phenomenon of the alienated (forced) identification is outlined, and its potential consequences are analyzed. We emphasize the role of parents as a couple at the Oedipal stage and draw out the prerequisites of psychologically healthy fatherhood stemming both from the father’s personality and from the couple’s dynamics.

**Keywords:** early triangulation, separation, paternal function, maternal deprivation, mentalization, alienated identification, narcissistic parent.

### REFERENCES

1. Gulina M.A. Ipostasi i transformatsii obraza ottsa v psikhoanalize [Hypostases and Transformations of the Concept of the Father in Psychoanalysis]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya* [Counseling Psychology and Psychotherapy], 2018. Vol. 26 (1), pp. 129—145. doi:10.17759/cpp.2018260109. (In Russ., abstr. in Engl.)

#### For citation:

Gulina M.A., Vasilyeva N.L. “Fathers and Children”: Psychodynamic View on Father’s Role in Child’s Development. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya* [Counseling Psychology and Psychotherapy], 2018. Vol. 26, no. 4, pp. 151—168. doi: 10.17759/cpp.2018260410. (In Russ., abstr. in Engl.).

\* *Gulina Marina Anatolievna*, Doctor in Psychology, Professor, Psychological Methodology Chair, Department of Psychology, Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russia, Professor, School of Arts and Social Sciences, Department of Psychology, CITY University, London, United Kingdom, e-mail: marinagulina@mail.ru

\*\* *Vasilyeva Nina Leonidovna*, Doctor in Psychology, Professor, Child and Parent Mental Health and Early Intervention Chair, Department of Psychology, St. Petersburg State University, St. Petersburg, Russia, e-mail: ninavasilyeva@yandex.ru



2. Abelin E. Some further observations and comments on the earliest role of the father. *International Journal of Psychoanalysis*, 1975. Vol. 56, pp. 293—302.
3. Davies N., Eagle G. Conceptualizing the Paternal Function: Maleness, Masculinity, or Thirdness? *Contemporary Psychoanalysis*, 2013. Vol. 49 (4), pp. 559—585. doi:10.1080/00107530.2013.10779264
4. Diatkine G. Lacan. *International Journal of Psychoanalysis*, 2007. Vol. 88 (3), pp. 643—660. doi:10.1516/F2R2-2204-1427-3J23
5. Ferenczi S. Letter from Sándor Ferenczi to Sigmund Freud, February 15, 1918. In E. Falzeder, E. Brabant (eds.). *The Correspondence of Sigmund Freud and Sándor Ferenczi. Vol. 2: 1914—1919*. Cambridge, MA: Belknap Press, 1996, pp. 263—264.
6. Greenacre P. Emotional Growth: Psychoanalytic Studies of the Gifted and a Great Variety of Other Individuals. Vol. 2. New York: International Universities Press, 1971. 234 p.
7. Hani A.G. Capacity for sublimation liberated and developed in the termination phase: clinical illustration and theoretical discussion. *Canadian Journal of Psychoanalysis*, 1999. Vol. 7 (1), pp. 79—96.
8. Herzog J.M. Father hunger and narcissistic deformation. *The Psychoanalytic Quarterly*, 2004. Vol. 73 (4), pp. 893—914. doi:10.1002/j.2167-4086.2004.tb00187.x
9. Lacan J. *Des Noms-du-Père*. Paris: Le Seuil, 2005. 108 p.
10. Loewald H. Ego and reality. *International Journal of Psychoanalysis*, 1951. Vol. 32, pp. 10—18.
11. Mahler M.S., Pine F., Bergman A. The psychological birth of the human infant symbiosis and individuation. New York: Basic Books, 1975. 308 p.
12. Spitz R.A. Anxiety in infancy: a study of its manifestations in the first year of life. *International Journal of Psychoanalysis*, 1950. Vol. 31, pp. 138—143.
13. Ward I. The importance of fathers: A psychoanalytic re-evaluation. *Psychoanalysis & History*, 2004. Vol. 6 (1), pp. 107—116. doi:10.3366/pah.2004.6.1.107
14. Winnicott D.W. The child, the family, and the outside world. Reading, MA: Da Capo Press, 1987. 256 p.

## СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ДВУХ КОРРЕКЦИОННЫХ ПОДХОДОВ К ПСИХИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ РЕБЕНКА С АУТИЗМОМ

О.С. НИКОЛЬСКАЯ\*,  
ФГБНУ «Институт коррекционной педагогики Российской академии  
образования», ФГБОУ ВО МГППУ, Москва, Россия,  
nikolska@mailfrom.ru

Представлен сравнительный анализ эмоционально-смыслового и ДИР (DIR) подходов к коррекции детского аутизма. Показано их концептуальное сходство. Оба подхода: базируются на идее развития и закономерностях нормального онтогенеза и направлены на нормализацию психического развития ребенка с аутизмом; рассматривают детский аутизм как биологически обусловленное нарушение, специфику которого определяют проблемы формирования аффективной сферы; в качестве ведущей коррекционной задачи определяют вовлечение ребенка в эмоционально значимые отношения. Различия касаются понимания генеза проблем формирования аффективной сферы при аутизме, выделения системы диагностических ориентиров, целей присоединения взрослого к занятиям ребенка и критериев оценки эффективности коррекционной помощи. Для эмоционально-смыслового подхода основная проблема формирования аффективной сферы при аутизме — не-

### Для цитаты:

*Никольская О.С.* Сравнительный анализ двух коррекционных подходов к психическому развитию ребенка с аутизмом // Консультативная психология и психотерапия. 2018. Т. 26. № 4. С. 169—186. doi: 10.17759/cpp.2018260411

\* *Никольская Ольга Сергеевна*, доктор психологических наук, главный научный сотрудник ФГБНУ «Институт коррекционной педагогики Российской академии образования»; профессор кафедры детской и семейной психотерапии, факультет консультативной психологии и психотерапии, ФГБОУ ВО МГППУ, Москва, Россия, e-mail: nikolska@mailfrom.ru

способность ребенка взаимодействовать не только с другим человеком, но и с окружением в целом; диагностика основана на качественных характеристиках аутистического расстройства; коррекционные занятия нацелены на осмысление ребенком происходящего в процессе совместно-разделенного переживания и расширение спектра переживаний ребенка.

**Ключевые слова:** детский аутизм, нарушение психического развития при аутизме, психологическая коррекция детского аутизма, стратегия Флотайм, эмоционально-смысловой подход, помощь в развитии аффективной сферы, помощь в развитии эмоциональных отношений.

Среди подходов к коррекционной помощи, направленных на нормализацию психического и социального развития детей с аутизмом, своей разработанностью и доказанной эффективностью выделяется подход ДИР (*DIR — Developmental, Individual-difference, Relationship-based*), разработанный С. Гринспеном, одним из крупнейших специалистов в области детского аутизма [1]. Согласно Гринспену, основным условием нормализации психического развития ребенка с аутизмом является его вовлечение в систему эмоциональных отношений с другими людьми, во взаимодействие, учитывающее его индивидуальные особенности и возможности.

Основопологающим для практики этого подхода является метод Флотайм (*Floortime — «время на полу»*). Специалисту и близким ребенка предлагается начинать не с попыток усадить его за стол «заниматься», а присоединиться к его странному стереотипным занятиям и разделить с ним получаемое удовольствие, придав происходящему смысл совместной игры. В результате такого «подстраивания» взрослого ребенок непроизвольно вовлекается в эмоциональные отношения, втягивается в процесс взаимодействия, который, по Гринспену, является основой нормализации психического и социального развития при аутизме.

По своей направленности, теоретическим позициям и практике коррекционной работы подход доктора Гринспена во многом близок разработанному нами **эмоционально-смысловому подходу** к психологической помощи детям с аутизмом [3; 4; 5], и созданы они были примерно в одно время — в 80—90-х годах прошлого века. В этой статье мы намерены обсудить сходства и различия данных подходов.

Самым важным в общности этих подходов является подкрепленное многолетней практикой убеждение, что для детей с аутизмом можно сделать значительно больше, чем просто приспособить их в той или иной степени к жизни в условиях дефицитарности. Полученный опыт показывает, что эти дети, в разной степени, но могут установить теплые отношения с близкими, овладеть способностью к сопереживанию и пониманию других людей, общением и творческим мышлением, умением

рассуждать и понимать рассуждения, т. е. тем, что многими считается принципиально невозможным при аутизме.

Общим является и понимание того, что ребенку с аутизмом для нормализации развития необходима интенсивная и продолжительная коррекционная помощь, которая не может быть оказана лишь в рамках специальных занятий, и решающим в ней становящим участие его близких. В связи с этим Гринспен определяет свой подход как семейный, поскольку для достижения успеха метод Флотайм должен использоваться взрослыми в любое время и в любом месте, а это возможно только при вовлечении в коррекционную работу всех близких ребенку людей.

### **Сходство и различия в понимании первопричин детского аутизма**

Причины возникновения детского аутизма связываются с особыми биологическими проблемами, в условиях которых развивается ребенок. Для нас и для доктора Гринспена они не связаны с предположением о нарушении у такого ребенка потребности в общении. Опыт работы показывает, что при учете особенностей ребенка трудности установления эмоционального контакта достаточно надежно преодолеваются взрослыми и ребенок дорожит возникшими эмоциональными отношениями. Это позволяет думать, что аутистические установки детей связаны не с недостатком у них потребности в общении или способности любить, а с трудностями развития взаимодействия с другими людьми.

Гринспен говорит о некоторых неврологических проблемах, затрудняющих установление контакта и развитие эмоциональных отношений детей с близкими. Обсуждая типичные трудности, требующие индивидуального подхода к ребенку, он выделяет легкую перегрузку и неустойчивый интерес, нарушение возможности быстрого обмена сигналами, способности активно перерабатывать информацию, планировать и выполнять сложные последовательности действий. Мы тоже выделяем эти сложности и вкуче рассматриваем их как проявляющиеся на разных уровнях нарушения активности ребенка при взаимодействии с людьми и средой в целом. Эти нарушения касаются активной избирательности и переключения внимания, переработки и реформатирования информации, гибкой корректировки программ поведения, что ограничивает развитие возможностей ребенка адаптироваться в меняющейся ситуации, выстраивать диалог с людьми и обстоятельствами.

Как первичные, обусловленные неврологическими проблемами, Гринспен рассматривает и особенности сенсорной сферы детей с аутизмом, которые, как известно, могут выразиться и в гипо- и в гиперчувствительности ребенка. Как проявление психофизиологических особенностей сенсорной сферы трактуется Гринспеном сенсорный го-

лод — стремление многих детей с аутизмом воспроизводить одни и те же впечатления, повторять одни и те же действия.

Нам сложно связать эти аномалии исключительно с индивидуальными психофизиологическими особенностями сенсорной сферы ребенка, поскольку в разные периоды жизни у него может проявляться как низкий, так и высокий порог сенсорного дискомфорта. Крайне ранимый до года, к дошкольному возрасту он может стать отрешенным и перестать явно реагировать даже на болевые ощущения. Известны и обратные трансформации, когда вполне внешне благополучный в раннем возрасте ребенок позже начинает проявлять выраженный сенсорный дискомфорт.

Чувствительность даже в одном периоде жизни может значительно меняться в зависимости от смысла происходящего, так гиперчувствительный и ранимый в обычной жизни ребенок для аутостимуляции может использовать крайне интенсивные ощущения. Стремление воспроизводить одни и те же сенсорные впечатления, чрезвычайно аффективно значимые для такого ребенка, дающие ему удовольствие и успокоение, усиливающиеся в моменты тревоги и дискомфорта, сложно связать лишь с испытываемым им сенсорным голодом.

Нам представляется, что расхождения в оценке чувствительности ребенка и его стремление к воспроизведению определенных ощущений не могут быть осмыслены лишь в рамках индивидуальных биологических особенностей таких детей. Наблюдения и прослеживание историй развития показывают, что пороги дискомфорта ребенка могут меняться при формировании разных отношений с окружением, в разных смысловых контекстах и при разной аффективной значимости впечатления.

Гипо- или гиперчувствительность ребенка, его сенсорный голод отражают не только его индивидуальные психофизиологические характеристики, но также и особенности формирования его аффективной сферы, индивидуального опыта и развития смысловых отношений с окружением. Т. е. они могут рассматриваться в контексте особенностей нарушения психического развития ребенка [2; 3]. В связи с этим в эмоционально-смысловом подходе, наряду с шадящими условиями контакта, много внимания уделяется и специальной коррекционной работе, позволяющей отчасти смягчить проблемы, связанные с нарушением выносливости ребенка в контактах с миром.

### **Общность понимания специфики нарушения психического развития при аутизме**

Детский аутизм рассматривается и нами, и доктором Гинспеном как *особое нарушение психического развития, специфику которого определяют*

*проблемы формирования аффективной сферы.* В норме именно ее развитие обеспечивает ребенку вхождение во все более активные и осмысленные отношения с окружением. Гринспен подчеркивает, что аффект, сообщая словам и действиям смысл, связывает сенсорную и двигательную сферы и организует взаимодействие ментальных функций. В нашем понимании аффективная сфера рассматривается как прижизненно развивающаяся система смыслов, определяющих отношения человека со средой, формирующих его сознание и поведение, направляющих развитие и взаимодействие психических функций, освоение навыков жизни.

Как и Гринспен, мы считаем, что именно нарушение развития осмысленных отношений с миром ведет к возникновению проблем психического развития при аутизме и что помощь в развитии аффективной сферы является базовой для нормализации когнитивного развития ребенка, овладения им социально-бытовыми навыками. Мы согласны также с тем, что коррекционная работа при аутизме должна вестись в процессе развития эмоциональных отношений с ребенком, обеспечивая ему базовые условия нормального развития, которых, в силу биологических особенностей, он не мог иметь в раннем детстве.

### **Подходы к психологической диагностике детского аутизма**

Рассматривая *сходство и различия подходов к диагностике и оценке тяжести аутизма*, необходимо сказать, что мы, как и доктор Гринспен, в психологическом обследовании придаем особое значение наблюдению за поведением ребенка. И полностью согласны с ним в том, что при диагностике аутизма важны не результаты отдельных тестов, а анализ целостной картины поведения в естественной ситуации общения ребенка со специалистом и близкими. Однако, выявляя в поведении ребенка ключевые признаки детского аутизма, мы делаем разные акценты.

При постановке диагноза для доктора Гринспена информативны, прежде всего, признаки нарушения развития эмоциональных отношений и коммуникации, поэтому при обследовании ребенка им выясняется:

- получает ли ребенок удовольствие от контакта с близкими;
- обменивается ли он с ними жестами, мимикой, вокализацией;
- использует ли слова осмысленно, наполняет ли их эмоциями и желаниями.

Если ответы отрицательны, то степень этих нарушений отражает, по Гринспену, глубину аутизма ребенка.

Наличие полевого поведения и стереотипных действий признается им вторичным признаком на основании того, что они выявляются и при других аномалиях развития, так же как трудности взаимодействия и су-

женный круг интересов. Заслуживает внимания, что Гринспен почти не говорит о столь канонических признаках детского аутизма, как стремление ребенка отстаивать сохранение постоянства в окружении и неизменности собственных программ действия. Эти особенности поведения он также рассматривает как вторичную проблему, возникающую в связи с нарушением развития взаимодействия ребенка со взрослым.

Мы тоже считаем, что стереотипность поведения ребенка, как и его потребность в аутостимуляции возникают вторично, но думаем, что это происходит не только в связи с нарушением развития эмоциональных отношений с близкими. Существует еще и неоспоримая психофизиологическая дефицитарность, создающая для ребенка проблемы легко возникающего сенсорного дискомфорта и трудности активных отношений с меняющимися обстоятельствами. Эти проблемы не могут не мешать и развитию его эмоциональных отношений с близкими. Вторичность нарушения развития эмоционального контакта подтверждается и опытом применения Флотайм, и нашими данными о той легкости, с какой этот контакт устанавливается при понимании взрослым особенностей ребенка и при присоединении к его занятиям.

Мы согласны, что проявления полевого поведения и стереотипности в поведении и интересах возможны при других аномалиях развития, но столь же бесспорно, что при аутизме они имеют свою специфику и, что самое главное, их присутствие обязательно совпадает с проблемами развития эмоционального контакта и коммуникации. Характерное сочетание этих признаков, по нашему мнению, наиболее полно отражает дефицитарность аутичного ребенка в развитии отношений с людьми и средой в целом. В связи с этим наши критерии психологической диагностики более клинически традиционны: выявляется наличие или отсутствие:

- проявлений аутизма как нарушения развития эмоциональных отношений, коммуникации;
- полевого или стереотипного поведения как неспособности активно взаимодействовать с меняющимися обстоятельствами;
- форм стереотипной аутостимуляции, замещающей развитие реального взаимодействия с окружением;
- ключевым для нас является именно совпадение аутизма и стереотипности в картине поведения ребенка.

### **Подходы к оценке выраженности аутистических расстройств**

*В определении степени тяжести расстройств* общей для нас является ориентировка на проблемы развития аффективной сферы, именно они определяют степень нарушения когнитивного развития ребенка и

трудности его социальной и бытовой адаптации. Различия вытекают из представленного выше расхождения в выделении ключевых признаков аутистических расстройств.

Доктор Гринспен, считая ключевым признаком детского аутизма нарушение развития эмоциональных отношений ребенка с близкими, по степени их дефицитности определяет тяжесть проблем в аффективной сфере и в психическом развитии в целом. Закономерным при этом является его обращение к нормальному онтогенезу и выделение стадий развития эмоциональных отношений ребенка с близкими в норме.

Гринспен дает их описание<sup>1</sup> и показывает, что ребенок с аутизмом терпит неудачу в формировании эмоциональных отношений на одной из первых четырех стадий их нормального развития в первые полтора года жизни. Определение стадии им не пройденной, дает возможность, выявив тяжесть нарушений, поставить коррекционные задачи и, оценив успешность их решения, подготовить переход к более сложным формам отношений.

Возникновение самых тяжелых вариантов детского аутизма Гринспен связывает с проблемами, возникающими уже на первой из выделенных им стадий, которую обычный ребенок проходит до трех месяцев, когда интерес, испытываемый им к своему окружению, обеспечивает формирование направленной двигательной активности и синхронизацию движений со взрослым, координирует развитие сенсорных и моторных функций. У ребенка, такого интереса не испытывающего, аффект не становится связующим звеном развития сенсорной и моторной сфер, что приводит его к бесцельному (полевому) поведению и аутистимуляции.

Вторая стадия, в норме это период от двух до пяти месяцев, знаменуется для обычных детей выделением другого человека, появлением удовольствия от контакта и желания вступать в эмоциональные отношения. Формирование аутистических расстройств при затруднениях на этой стадии проявляется в отсутствии у ребенка инициативы в отношениях, его погружении в себя и самоизоляции.

На третьей стадии, обычно осваиваемой между 4-м и 10-м месяцами, эмоциональные реакции становятся для ребенка средством коммуникации. В его поведении появляется преднамеренность и способность к двусторонней коммуникации, включающей несколько циклов. Здесь ребенок приобретает опыт желаний, представлений о цели, зарождается чувство реальности, выявляются причинно-следственные связи. При отсутствии инициативы и возможности лишь кратко отвечать на эмо-

---

<sup>1</sup> Отчасти их можно соотнести с этапами развития общения ребенка раннего возраста, разработанными в отечественной школе М.И. Лисиной и ее сотрудниками.



циональный посыл взрослого, не поддерживая его, поведение ребенка остается импульсивным и беспорядочным.

На четвертой стадии, которую обычный ребенок проходит от 9 до 18 месяцев, он получает возможность не только вступать в двустороннюю эмоциональную коммуникацию, но и использовать ее для решения социальных задач, что требует развития цепочки более чем из 30 циклов эмоциональной коммуникации. Усложнение эмоционального взаимодействия открывает ребенку возможность развития понимания человеческих эмоций, самосознания, осмысленного употребления слов, ролевой игры. Неспособность ребенка поддерживать цепочку взаимодействия ведет к стереотипности в поведении, проблемам в осмысленном использовании слов и понимании логических связей.

В оценке вовлеченности ребенка в эмоциональные отношения большое значение придается числу коммуникационных циклов в цепочке доступного ребенку взаимодействия. Такой подход дает привлекательную возможность количественной оценки сформированности эмоциональных отношений и динамики их развития в процессе коррекционной работы.

*Специфика нашего подхода к оценке тяжести аутистических расстройств* также определяется выделением ключевых признаков детского аутизма. И это, как сказано выше, выделение типичного сочетания проявлений аутизма и полевого или стереотипного поведения, отражающего трудности развития отношений ребенка не только с людьми, но и со средой в целом. Определение тяжести проблем основывается нами на выделении качественных характеристик аутистических установок и нарушений активности в поведении ребенка [2].

Так аутизм может иметь характер отрешенности, активного негативизма, поглощенности особыми и узкими интересами или выражаться в экстремальных трудностях эмоциональной коммуникации.

Неспособность к активному взаимодействию с окружением тоже может проявиться в разном качестве. Так, полевое поведение может характеризоваться практически полным отсутствием активной избирательности в контактах с окружением, т. е. избирательного сосредоточения и целенаправленных действий, а может иметь ограниченный характер и проявляться как импульсивное поведение.

Стереотипность в поведении может выглядеть как активное сопротивление изменению постоянства в окружающем, но также и как жесткое отстаивание неизменности своих программ поведения или как крайняя косность и пунктуальность в следовании заданным социальным правилам.

Потребность в аутостимуляции может реализовываться как в воспроизведении одних и тех же сенсорных впечатлений, так и в проигрывании одних и тех же аффективно заряженных сюжетов. В более легких случаях поддержание аффективной стабильности ребенка зависит от эмоци-

ональной поддержки близких, он нуждается в постоянной активации и ободрении.

В дошкольном возрасте, т. е. в период наиболее выраженных проявлений синдрома детского аутизма, на основе представленных выше качественных характеристик ключевых признаков детского аутизма мы выделяем четыре типа поведения, отражающих разную глубину аутистических расстройств.

Самые тяжелые формы характеризует отрешенность и полевое поведение с практически полным отсутствием избирательности. По мере увеличения активности детей аутистические расстройства проявляются как сочетания негативизма со стремлением к сохранению постоянства в окружении; поглощенности стереотипными интересами с крайне жесткими программами поведения; выраженных трудностей эмоционального контакта с косностью в следовании правилам и импульсивностью вне заданных форм поведения.

Представленные выше устойчивые варианты таких сочетаний рассматриваются нами как системные характеристики, отражающие разную тяжесть и специфику нарушений в развитии не только аффективной, но и когнитивной сферы. В соответствии с ними мы выделяем *четыре группы детского аутизма* [2; 5], каждая из них характеризуется не только глубиной и спецификой аутистических расстройств, но и тяжестью и особенностями нарушения сенсомоторного, речевого и умственного развития.

Выделение этих групп имеет практическую ценность, поскольку позволяет специалисту не только ранжировать проблемы отношений ребенка с окружением, но и определять уровень, на котором было заблокировано их развитие. Поэтому заключение о присутствии у ребенка аутистических расстройств дополняется нами отнесением их к наиболее близкой по поведенческим характеристикам группе детского аутизма. Это позволяет выделить актуальную задачу коррекционной работы и определить последовательность ее дальнейших шагов. Опыт показывает, что продвижение к освоению более активных и сложных отношений с миром требует установления эмоционального контакта и возвращения ребенка к совместно-му решению задач, с которыми он ранее не справился.

Выделенные группы отражают для нас тяжесть нарушений, но отнесение ребенка к определенной группе не может точно предсказать его дальнейшее развитие. Также как доктор Гринспен, мы имеем опыт успешной коррекционной работы с детьми, исходно имевшими самые тяжелые формы аутизма. И также как он считаем, что прогноз может определиться только по оценке динамики развития ребенка в процессе интенсивной коррекционной работы, при этом имеют значение ее раннее начало и выбор методов помощи.

## Коррекционная работа как развитие аффективного опыта ребенка

Представляя метод Флотайм, Гринспен говорит о нем как о *терапевтической программе развития аффективного опыта ребенка*, помощи в формировании переживаний, вводящих во все более сложные отношения с окружением и ведущих за собой развитие когнитивной сферы, однако при этом он не раскрывает их содержания.

Наша коррекционная работа тоже направлена на развитие аффективного опыта ребенка, и обращение к группам детского аутизма позволяет определить содержание переживаний, раскрывающих для ребенка смысл происходящего, определяющих его отношения с окружением и направляющих развитие психических функций. Выделение ряда усложняющихся переживаний позволяет понять, в какой последовательности они могут осваиваться аутичным ребенком в процессе развития эмоциональных отношений с близкими.

Начало нашей коррекционной работы с детьми, имеющими самые тяжелые проблемы развития (для нас это *первая группа* детского аутизма — отрешенные дети с полевым поведением), во многом сходно с Флотайм в работе с детьми, не прошедшими первую стадию развития эмоциональных отношений.

Присоединение к полемому поведению и установление контакта позволяет нам поставить задачу, эмоционально тонизируя ребенка, ввести в его опыт переживание «хочу» и помочь ему в *формировании положительной индивидуальной избирательности*, т. е. в опредмечивании желаний, побуждающих его к более активному восприятию и действию. Опыт показывает, что без специальной помощи такой ребенок со временем может формировать лишь преимущественно отрицательную избирательность. Мы стремимся дать ребенку более насыщенный и разнообразный опыт приятных сенсорных ощущений, эмоционально акцентируя их в совместном переживании удовольствия, осмысляя и вводя в форму общей игры, в контекст бытовых впечатлений его повседневной жизни.

Для нас, так же как и для Флотайм, уже здесь становится важным вызывание ответных реакций и инициативы ребенка, но еще более важна появляющаяся возможность закрепления и надежного воспроизведения найденных форм взаимодействия. На их основе происходит эмоциональное «извлечение» ребенка из отрешенности и полевого поведения, в них начинается развитие эмоциональных отношений и взаимодействия. Активный поиск и закрепление таких форм происходит не только в игре, но и в повседневном взаимодействии с ребенком.

Если это получается, то ребенок начинает стремиться к воспроизведению привычного удовольствия не только в аутистимуляции, но и в эмоциональном контакте. Возникают избирательные отношения с че-

ловеком, ведущим такую работу, в контактах с ним ребенок становится выносливее, в том числе и к сенсорному дискомфорту. Он становится более активным в повседневной жизни и наряду с эхолоалией начинает активно использовать слова, связанные с ситуациями эмоционального взаимодействия, которые имеют пока еще стереотипный и крайне свернутый характер.

Следующей нашей задачей становится развитие этих эмоционально значимых для ребенка, хотя и стереотипных контактов за счет их дифференциации и опредмечивания положительной избирательности — желаний и удовольствий ребенка. Это происходит в эмоциональном акцентировании для ребенка приятных деталей стереотипа игрового и бытового взаимодействия, в совместном переживании удовольствия от осмысления его подробностей.

Таким образом, жизнь ребенка постепенно становится все более сенсорно разнообразной и эмоционально насыщенной, соответственно, он начинает меньше нуждаться в механической аутостимуляции. Формирование аффективного опыта активного удовлетворения желаний ведет за собой формирование навыков, набора слов и фраз, обозначающих желаемые и эмоционально значимые впечатления.

В работе с более активным ребенком *второй группы*, проявляющим негативизм и отстаивающим сохранение постоянства в окружении, взрослый исходно присоединяется к уже существующим формам стереотипного поведения, которые тоже могут быть осмыслены как совместное занятие, игра и дать ребенку опыт переживания общего удовольствия. У этого ребенка уже присутствует избирательность в контактах с окружением, но более как отрицательная — фиксация неприятных впечатлений и способов защиты от них, а диапазон положительной избирательности ребенка, его желаний, его «хочу» экстремально узок. Задачей взрослого становится уменьшение этого дисбаланса в аффективном опыте ребенка.

Эта задача также решается с помощью эмоционального тонизирования ребенка в совместной игре и совместном эмоциональном освоении стереотипных форм жизни. Совместная игра начинает строиться не только на основе чисто сенсорных удовольствий, но и вокруг связанных с ними приятных и знакомых ребенку бытовых ситуаций. Опредемчивание и дифференциация его желаний происходят в процессе переживания общего удовольствия от игрового и реального проживания привычного хода бытовой жизни ребенка. Она эмоционально осмысливается, наполняется подробностями для максимального приближения отстаиваемого ребенком стереотипа к насыщенному приятными сенсорными впечатлениями и эмоциональными контактами укладу жизни обычного маленького ребенка.

В обогащенном подробностями стереотипе его детали с помощью эмоциональных реакций взрослого начинают восприниматься ребенком как более или менее важные. Возникает возможность вариаций и выбора внутри стереотипа, соответственно он становится не столь монолитным, и стремление ребенка к сохранению постоянства в окружении становится менее напряженным.

Опора на общие эмоционально значимые детали стереотипного взаимодействия дает большую возможность вовлечения ребенка в развернутый и качественно разнообразный процесс коммуникации. Дифференцируется восприятие эмоциональных реакций и оценок близкого, на этой основе у ребенка появляются качественно новый опыт удовольствия от похвалы и желание быть хорошим.

С обогащением и осмыслением уклада жизни ребенка, эмоциональной связи с близким растет его аффективная стабильность, что позволяет лучше переносить напряженность переживания риска, которую дает непредсказуемость, и даже испытывать интерес к нарушениям порядка, воспринимая их не как катастрофу, а как новизну, приключение. Появляется возможность ввести в аффективный опыт ребенка новое, более сложное и активное положительное переживание «могу», позволяющее конструктивно воспринимать неожиданность, целенаправленно обследовать и преодолевать препятствия.

Игра с ребенком в это время становится сюжетной, позволяющей опробовать этот тип переживания, проигрывая в символическом плане нарушение порядка, возникновение препятствия и его преодоление. Этот аффективный опыт станет основой организации целенаправленного поведения и откроет ребенку новые возможности когнитивного развития. Он начинает лучше воспринимать сюжеты развития событий, появляется развернутая речь, способность не отвергать затруднение, а сосредоточиться на нем как на задаче, требующей решения; на этой основе ребенком начинают проследиваться причинно-следственные связи.

Проблемы детей *третьей и четвертой групп*, несмотря на то, что они показывают возможность формирования значительно более сложных отношений с людьми и обстоятельствами и более продвинуты в когнитивном развитии, тоже во многом связаны с неполноценным развитием аффективного опыта организации жизни в привычных и стабильных обстоятельствах. Определенное и дифференциация желаний детей, эмоциональная разработка и совместное осмысление деталей приятного и разнообразного уклада жизни крайне важны и для тех, и для других, поскольку именно они создают основу аффективной стабильности, необходимую для развития более активных взаимоотношений с окружением.

Отставание ребенком из третьей группы неизменности своей программы действий и его одержимость проигрыванием стереотипных сюжетов, связанных с острыми впечатлениями, свидетельствуют о значи-

тельном ограничении его способности быть конструктивным в реальной ситуации неопределенности и риска, что в норме обеспечивается ощущением уверенности в своих силах. Возвращение к разработке надежного сенсорно и эмоционально насыщенного уклада жизни позволяет ему стать менее зависимым от стремления полностью контролировать опасные ситуации, а значит и от погруженности в стереотипное восприятие ограниченно набора острых впечатлений.

Совместная разработка подробно осмысленного уклада жизни помогает ребенку четвертой группы формировать индивидуальную избирательность, поддерживает его в организации целенаправленного поведения, дает ему и взрослым опору для накопления разнообразия в содержании эмоционального сопереживания. Все это, с одной стороны, позволяет ребенку стать менее косным и механистичным в своем стремлении жестко следовать заданным правилам поведения, с другой — помогает ему справиться со своей импульсивностью.

Таким образом, *в эмоционально-смысловом подходе помощь ребенку в развитии полноценного аффективного опыта предполагает формирование у него качественно разных и взаимодополняющих переживаний как необходимых аффективных механизмов развития все более активных взаимоотношений с миром* [4]. Все они осваиваются ребенком в процессе и с помощью развития его эмоциональных отношений с близкими и ведут за собой его когнитивное развитие.

Выделяется определенная последовательность их введения в аффективный опыт аутичного ребенка: совместное освоение и осмысление привычных форм жизни должно предшествовать попыткам ввести его в более напряженные отношения с непредсказуемыми условиями и усилиям сделать его поведение идеально правильным. Практика показывает, что попытки поторопиться, как правило, не бывают эффективными.

Вместе с тем, мы думаем, что формирование каждого типа переживания не следует напрямую соотносить с определенным возрастным периодом в развитии обычного ребенка, поскольку в норме аффективная сфера развивается целостно и циклично. Вступая в эмоциональные отношения, обычный ребенок практически сразу начинает накапливать качественно разнообразный опыт сенсорных удовольствий, веселого риска, сопереживания эмоциональным проявлениям близких. Вместе с тем в логике становления этих переживаний как организаторов сначала общей жизни мамы и малыша, а потом и как реальных регуляторов его собственного поведения можно проследить последовательность, выделенную нами в коррекционной работе с аутичными детьми. И в норме продвижение ребенка в формировании аффективных механизмов, организующих его жизнь в стабильных условиях, предшествует и создает основу для развития механизмов, организующих взаимодействие с меняющимися обстоятельствами.

## **Сходство и различия подходов в практике коррекционной работы**

Представим далее несколько сопоставлений, позволяющих сравнить реализацию основных принципов обсуждаемых подходов в коррекционной практике.

Безусловно общим является то, что оба подхода рассматривают развитие эмоциональных отношений как условие нормализации психического развития ребенка с аутизмом и подчеркивают необходимость создания ситуаций эмоционально насыщенного взаимодействия. Первой задачей коррекционной работы и в том и в другом случае является установление эмоционального контакта и вовлечение ребенка в развитие эмоциональных отношений. Многолетний практический опыт показывает, что даже в случаях глубокого аутизма при правильном поведении взрослого, т. е. при его присоединении к ребенку и следовании за ним, эмоциональный контакт возникает достаточно быстро и надежно закрепляется. И в том и в другом случае взрослый, присоединяясь к занятиям ребенка, осмысляет его случайные или стереотипные действия как намеренные и целенаправленные и соответственно реагирует на них, придавая поведению ребенка смысл игры и коммуникации.

Так же как Гринспен, мы принимаем необходимость учитывать «неврологические проблемы» ребенка и, вовлекая его в эмоциональные отношения, учитываем индивидуальные особенности сенсорного восприятия и развития «управляющих функций». В то же время наш опыт показывает, что уже в самом начале работы, эмоционально тонизируя ребенка, мы можем отчасти смягчить эти проблемы: сделать его более активным и выносливым в восприятии сенсорных и социальных впечатлений, менее зависимым от сенсорного голода. Оба подхода предполагают, что, присоединяясь к ребенку, взрослый начинает трактовать его поведение как намеренное и осмысленное. Различие же заключается в том, что в методе Флотайм делается больший акцент на осмыслении взрослым намерений ребенка и придании целенаправленности его поведению, а в эмоционально-смысловом подходе акцентируется стремление помочь ребенку более ярко пережить, выделить и лучше осознать переживаемые вместе со взрослым впечатления.

Оба подхода считают необходимым, присоединяясь к ребенку, искать возможность вовлечь его в процесс коммуникации. Флотайм выбирает для этого стратегию создания игровых препятствий, провоцирующих ребенка на обращение ко взрослому, т. е. на использование императивных и протоимперативных жестов, вокализации, слов. В эмоционально-смысловом подходе взрослый, заражая ребенка своим удовольствием и вовлекая в совместно-разделенное переживание, в большей степени направлен на стимуляцию протодекларативных обращений, невербаль-

ных и вербальных. Известно, что при общих трудностях формирования указательного жеста декларативное обращение — призыв к разделению впечатления — формируется у детей с РАС с большим трудом, чем императивное требование.

Оба подхода стремятся освободить ребенка от зависимости от стереотипных форм жизни, дать ему возможность стать более спонтанным и инициативным. Для этого во Флотайм с самого начала коррекционной работы направленно стимулируются проявления инициативности ребенка, средством для этого также предлагается стратегия препятствий, разрушающая стереотипы его поведения. В эмоционально-смысловом подходе активность и спонтанность стимулируются в процессе эмоционального тонизирования ребенка и развиваются не как альтернативы сложившимся стереотипам поведения ребенка, а внутри и под защитой часто сверхценного для него пространственного и временного порядка жизни, при поддержке внешней организацией пространства, ритма и самой структуры взаимодействия.

Оба подхода направлены на развитие эмоциональных отношений и взаимодействия с ребенком, однако вопрос «Как их развивать, “как следовать за ребенком, не идя у него на поводу?”» [1, с. 224] решается по-разному. Во Флотайм вовлечение ребенка в коммуникацию происходит с помощью стратегии препятствий — создаются затруднения в общей игре, побуждающие ребенка обращаться к взрослому и запускать коммуникационный цикл; развитие эмоциональных отношений рассматривается как развитие цепочки коммуникативных циклов, т. е. развития их формы. В эмоционально-смысловом подходе эмоциональные отношения и взаимодействие с ребенком развиваются за счет дифференциации содержания сложившихся форм контакта, обогащения его с помощью эмоционально-смыслового комментария взрослого значимыми для ребенка деталями и событиями.

Различия в подходе к оценке эффективности коррекционной работы и динамики нормализации развития ребенка заключаются в следующем. Для Флотайм показателем успеха в аффективном, когнитивном и социальном развитии является развитие эмоциональных отношений ребенка со взрослым. Прогресс в них определяется по удлинению цепочки коммуникационных циклов, которую может поддержать ребенок. Этот количественный показатель позволяет оценить развитие инициативности во взаимодействии, возможности объединения со взрослым в решении социальных задач. Эмоционально-смысловой подход оценивает эффективность коррекционной работы в соответствии с качественными характеристиками развития аффективной сферы ребенка. Оценивается успешность поэтапного введения в аффективный опыт ребенка все более сложных, активных и качественно различающихся переживаний,



обеспечивающих ему развитие отношений с людьми и со средой в целом, как в постоянных, так и в изменчивых условиях.

Значительные различия можно отметить в понимании роли взрослого в коррекционном развитии ребенка. В стратегии Флотайм взрослый создает эмоционально насыщенную ситуацию взаимодействия и становится в ней партнером, провоцирующим инициативность и развивающим целенаправленность ребенка в коммуникации и взаимодействии [1]. В эмоционально-смысловом подходе взрослый, эмоционально тонизируя ребенка, вовлекает его в совместно-разделенное переживание происходящего и помогает ему сформировать индивидуальный аффективный опыт как основу развития отношений со средой и людьми [4].

Рассматривая эти существенные различия в коррекционной работе, хочется, однако, выразить убеждение, что на практике взрослый, помогая развитию ребенка, всегда в той или иной степени совмещает эти роли, в зависимости от ситуации и особенностей ребенка, более стремясь его заинтриговать и «расторموшить» или передать ему свою более полную и конструктивную эмоциональную оценку происходящего.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Гринспен С., Уидер С. На ты с аутизмом: пер. с англ. М.: Теревинф, 2013. 512 с.
2. Никольская О.С. Психологическая классификация типов детского аутизма // Вопросы психологии. 2017. № 5. С.14–25.
3. Никольская О.С., Баенская Е.Р. Детский аутизм как системное нарушение психического развития ребенка // Вопросы психологии. 2017. № 3. С. 17–28.
4. Никольская О.С., Баенская Е.Р. Коррекция детского аутизма как нарушения аффективной сферы: содержание подхода // Дефектология. 2014. № 4. С. 23–33.
5. Никольская О.С., Баенская Е.Р., Либлинг М.М. Аутичный ребенок: пути помощи. М.: Теревинф, 1997. 342 с.

## COMPARATIVE ANALYSIS OF TWO INTERVENTION APPROACHES TO MENTAL DEVELOPMENT OF CHILDREN WITH ASD

O.S. NIKOL'SKAYA\*,

Institute of Special Education, Russian Academy of Education,  
Moscow State University of Psychology & Education,  
Moscow, Russia,  
nikolska@mailfrom.ru

The paper presents a comparative analysis of the Emotional-Semantic approach and the DIR / Floortime approach to intervention in the childhood autism. Their conceptual similarities go as follows: both approaches are based on the idea of development and normal development principles, their goal is normalization of an autistic child's mental development, they consider childhood autism as a biologically determined disorder connected to problematic affective sphere development and aim at engaging an autistic child into an emotionally valuable relationship. The approaches divert in considering the genesis of the affective sphere difficulties in autism, outlining diagnostic milestones, setting purposes of the adult's joining the child's activities and assessing intervention efficiency. Emotional-Semantic Approach considers the child's inability to build relationships with the environment as a whole (not only with another person) as the main problem of the affective sphere development; it bases diagnostics on qualitative peculiarities of autistic disorder; it aims at helping the child comprehend the situation while developing joint and divided experiences and broadening the range of the child's emotions.

**Keywords:** childhood autism, mental development disorders in autism, psychological intervention in childhood autism, Floortime therapy, Emotional-Semantic approach, development of affective domain, development of emotional relationships.

### **For citation:**

*Nikol'skaya O.S. Comparative Analysis of Two Intervention Approaches to Mental Development of Children with ASD. Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya [Counseling Psychology and Psychotherapy], 2018. Vol. 26, no. 4, pp. 169—186. doi: 10.17759/cpp.2018260411. (In Russ., abstr. in Engl.).*

\* *Nikol'skaya Ol'ga Sergeevna*, Doctor in Psychology, Principal Research Scientist, Institute of Special Education, Russian Academy of Education; Professor, Chair of Child and Family Psychotherapy, Counseling and Clinical Psychology Department, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, e-mail: nikolska@mailfrom.ru

## REFERENCES

1. Greenspan S., Wieder S. Engaging Autism. Moscow: Terevinf, 2013. 512 p. (In Russ.).
2. Nikol'skaya O.S. Psihologicheskaya klassifikaciya tipov detskogo autizma [Types of childhood autism' psychological classification]. *Voprosy Psikhologii*, 2017, no. 5, pp. 14—25.
3. Nikol'skaya O.S., Baenskaya E.R. Detskii autizm kak sistemnoe narushenie psikhicheskogo razvitiya rebenka [Childhood autism as a system disorder of a child' psychological development]. *Voprosy Psikhologii*, 2017, no. 3, pp. 17—28.
4. Nikol'skaya O.S., Baenskaya E.R. Korrektsiya detskogo autizma kak narusheniya affektivnoi sfery: sodержanie podkhoda [Correction of a childhood autism as an affective sphere disorder: content of an approach]. *Defektologiya [Defectology]*, 2014, no. 4, pp. 23—33.
5. Nikol'skaya O.S., Baenskaya E.R., Libling M.M. Autichnyi rebenok: puti pomoshchi [Autistic child: ways of aid]. Moscow: Terevinf, 1997. 342 p.

## **ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР**

*Холмогорова Алла Борисовна* — доктор психологических наук, профессор

## **РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ**

*Гаранян Наталья Георгиевна* — доктор психологических наук, профессор

*Зарецкий Виктор Кириллович* — кандидат психологических наук, профессор

*Майденберг Эмануэль (США)* — доктор психологии, клинический профессор психиатрии

*Польская Наталия Анатольевна* — заместитель главного редактора, доктор психологических наук, профессор

*Филиппова Елена Валентиновна* — кандидат психологических наук, профессор

*Холмогорова Алла Борисовна* — главный редактор, доктор психологических наук, профессор

*Шайб Питер (Германия)* — доктор естественных наук, психотерапевт

## **РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ**

*Бабин Сергей Михайлович* — доктор медицинских наук, профессор

*Бек Джудит (США)* — доктор психологии, клинический профессор

*Гулина Марина Анатольевна (Великобритания, Россия)* — доктор психологических наук, профессор

*Кадыров Игорь Максумович* — кандидат психологических наук, доцент

*Карягина Татьяна Дмитриевна* — кандидат психологических наук, старший научный сотрудник

*Копьев Андрей Феликсович* — кандидат психологических наук, профессор

*Кехеле Хорст (Германия)* — доктор медицины, доктор философии, профессор

*Лэнгле Альфريد (Австрия)* — доктор медицины, доктор философии, почетный доктор, приват-доцент, профессор

*Орлов Александр Борисович* — доктор психологических наук, профессор

*Осорина Мария Владимировна* — кандидат психологических наук, доцент

*Перре Майнрад (Швейцария)* — доктор психологии, почетный профессор

*Петренко Виктор Федорович* — доктор психологических наук, профессор, член-корреспондент РАН

*Петровский Вадим Артурович* — доктор психологических наук, профессор, член-корреспондент РАО

*Соколова Елена Теодоровна* — доктор психологических наук, профессор

*Сосланд Александр Иосифович* — кандидат психологических наук, доцент

*Тагэ Сэфик (Германия)* — доктор медицины, психолог

*Шелкова Ольга Юрьевна* — доктор психологических наук, профессор

*Эйдемиллер Эдмонд Георгиевич* — доктор медицинских наук, профессор

## Требования к материалам, предоставляемым в редакцию<sup>1</sup>

1. Материалы предоставляются в редакцию в электронном виде (по электронной почте или на электронных носителях). Адрес электронной почты журнала: [moscowjournal.cpt@gmail.com](mailto:moscowjournal.cpt@gmail.com)

2. Объем материала не должен превышать 40 тыс. знаков.

3. Оформление материала: шрифт Times New Roman, 14, интервал 1,5. Ссылки на литературные источники внутри текста оформляются в виде номера источника из списка литературы в квадратных скобках.

4. Кроме текста статьи должна быть предоставлена также следующая информация:

аннотация статьи (1000—1200 знаков) на русском и английском языках;

ключевые слова на русском и английском языках;

пристаетные библиографические списки. Подробные рекомендации и требования к оформлению списка литературы и транслитерации представлены на сайте: [http://psyjournals.ru/files/69274/references\\_transliteration\\_rules.pdf](http://psyjournals.ru/files/69274/references_transliteration_rules.pdf)

5. Информация об авторах:

ФИО, страна, город, ученое звание, ученая степень, место работы, должность, членство в профессиональных сообществах и ассоциациях, научные интересы, дата рождения, контактная информация (тел., факс, e-mail, сайт), фото в электронном виде (100 × 100, 300 dpi).

В случае если материал предоставляется несколькими авторами, необходимо предоставить информацию обо всех авторах.

6. Рисунки, таблицы и графики необходимо дополнительно предоставлять в отдельных файлах. Рисунки и графики должны быть в формате \*.eps или \*.tiff (с разрешением не менее 300 dpi на дюйм). Таблицы сделаны в WORD или EXCEL.

## Редакционные правила работы с материалами

1. Публикация в журнале является бесплатной.

2. Материалы, поступившие в редакцию, проходят обязательное рецензирование.

3. Решение о публикации принимается редколлегией на основании отзывов рецензентов.

4. Рецензентов назначает редколлегия журнала.

5. В случае отрицательных отзывов рецензентов автору направляется письменный обоснованный отказ.

6. Несоответствие материалов формальным требованиям ([http://psyjournals.ru/info/homestyle\\_guide/article\\_requirements.shtml](http://psyjournals.ru/info/homestyle_guide/article_requirements.shtml)) является основанием для отправки материала на доработку автору.

---

<sup>1</sup> С требованиями к оформлению статей можно ознакомиться на сайте: [http://psyjournals.ru/info/homestyle\\_guide/index.shtml](http://psyjournals.ru/info/homestyle_guide/index.shtml)