

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
Государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего профессионального образования города Москвы
«МОСКОВСКИЙ ГОРОДСКОЙ
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ГОРИЗОНТЫ ЗРЕЛОСТИ

Сборник тезисов участников
Пятой всероссийской конференции
по психологии развития

Москва 2015

**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
Государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего профессионального образования города Москвы
«МОСКОВСКИЙ ГОРОДСКОЙ
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

Горизонты зрелости

**Сборник тезисов
участников Пятой всероссийской
научно-практической конференции
по психологии развития**

Москва, 2015

ББК 88.4
Г69

Горизонты зрелости. Сборник тезисов участников Пятой всероссийской научно-практической конференции по психологии развития. – М.: ГБОУ ВПО МГППУ, 2015. – 643 с.

Редакторы-составители:

Л.Ф. Обухова, И.В. Шаповаленко, М.А. Одинцова

Редакционная коллегия:

*Л.Ф. Обухова, Б.Б. Айсмонтас, Ж.М. Глозман, С.К. Нартова-Бочавер,
М.А. Одинцова, Е.Ю. Пряжникова, Е.Е. Сапогова, М.В. Тищенко,
Е.В. Филиппова, А.Б. Холмогорова, И.В. Шаповаленко*

*Сборник включает в себя тезисы докладов участников пятой всероссийской научно-практической конференции «Горизонты зрелости», состоявшейся 16–18 ноября 2015 года в Московском городском психолого-педагогическом университете. Издание подготовлено при поддержке Российского гуманитарного научного фонда, проект «Конференция “Горизонты зрелости”» № 15-06-14077 от 27 мая 2015 г. **Руководитель проекта** – доктор психологических наук, заведующая кафедрой «Возрастная психология» МГППУ **Л.Ф. Обухова.***

Тезисы публикуются в авторской редакции

ISBN 978-5-94051-125-0

© ГБОУ ВПО МГППУ, 2015.

Предисловие

Общемировая тенденция состоит в том, что психология развития, которая на протяжении многих десятилетий была психологией детских возрастов, теперь становится психологией всевозрастного развития, психологией развития личности на протяжении всего жизненного пути. Во второй половине XX века возникла специальная отрасль психологии – «Life-span developmental psychology». Ее становление связано с именами выдающихся ученых – Э. Эриксона, П. Балтеса, Д. Левинсона, Г. Шихи, В.В. Фролькиса и др. Однако надо признать, что всевозрастная психология все еще находится на этапе сбора данных, описания феноменов и их обобщения. Еще нет четкой и согласованной терминологии, разноречивы представления о границах возрастов и их количестве на протяжении жизни, неясны кризисы взрослости и их содержание. Продолжаются дискуссии о нормативных сроках кризисов, об их неизбежности в жизни взрослой личности. Отсутствует единая научная база для изучения зрелости. Исследователи привлекают для анализа поставленных ими проблем юнгианский подход, гештальттеорию, гуманистическую и экзистенциальную психологию.

В отечественной психологии заложен хороший фундамент для изучения зрелых этапов развития личности. Напомним работы Н.А. Рыбникова, Б.Г. Ананьева, Л.И. Анцыферовой. С 1995 года в Психологическом институте Российской академии образования под руководством А.А. Бодалева и В.Э. Чудновского ежегодно проходят симпозиумы, посвященные проблемам смысла жизни и акме. В Санкт-Петербургском государственном университете на кафедре психологии развития и дифференциальной психологии под руководством профессора Л.А. Головей проведен цикл работ по комплексному изучению психологических факторов возникновения и преодоления возрастных и профессиональных кризисов в разные периоды взрослости. Уже более 10 лет в Санкт-Петербурге действует социально-просветительский проект «Школа третьего возраста «Биосфера», который осуществляет многочисленные образовательные программы для людей старшего возраста, способствуя утверждению их активной и деятельной позиции.

В 2007 году вышла монография «Феномен и категория зрелости в психологии» под редакцией А.Л. Журавлева и Е.А. Сергиенко, в которой сделана попытка раскрыть категорию зрелости в психологии в широком диапазоне его использования. Опубликованы учебники и учебные пособия по возрастной психологии, включающие главы, посвященные развитию личности во взрослых возрастах, авторы которых – И.Ю. Кулагина, В.Н. Колюцкий, Е.Е. Сапогова, А.А. Реан, И.В. Шаповаленко.

В ноябре 2015 года в МГППУ проводится Пятая Всероссийская научно-практическая конференция «Горизонты зрелости», в работе которой впервые в нашей стране широко и целенаправленно анализируется проблема психического

развития взрослой личности. Эта конференция продолжает серию конференций по психологии развития, проведенных в последнее десятилетие по инициативе кафедры возрастной психологии факультета «Психология образования» при поддержке РГНФ: «Ребенок в современном обществе» (2007), «Другое детство» (2009), «На пороге взросления» (2011) и «У истоков развития» (2013).

Научно-практическая конференция «Горизонты зрелости» призвана поддержать возросший интерес к исследованию наиболее продуктивного периода жизнедеятельности человека, периода зрелости. Цель конференции – активизировать изучение и обсуждение в научном и образовательном сообществе актуальных проблем психологии зрелости, прежде всего, проблем самоактуализации, жизнестойкости и психологического благополучия личности на разных этапах взрослости. Конференция направлена на анализ специфики психического развития во взрослости (зрелости), выявление закономерностей развития и психологических ресурсов взрослой личности, рассмотрение организационных и содержательных проблем оказания помощи в кризисные периоды жизни.

К конференции подготовлены публикации – сборник научных статей и сборник тезисов (в электронном виде). Каждый сборник состоит из трех разделов: **«На пути становления зрелости»**, **«Зрелость»**, **«Старение и старость»**, которые по количеству представленных работ и многообразию затрагиваемых вопросов отражают актуальную ситуацию, сложившуюся в современной психологии зрелых возрастов. Более дифференцированно проблемное поле психологии зрелости представлено в названиях частей второго раздела: **«Зрелость: новые жизненные стратегии»**, **«Отношения между поколениями»**, **«Вызовы и ресурсы зрелого возраста»**.

В сборниках на основе конкретных психологических, социологических, педагогических исследований и практического опыта специалистов рассматриваются пути становления взрослости, критерии и условия достижения зрелости, вызовы, опасности и ресурсы их преодоления. Особое внимание уделено специфическим задачам развития во взрослости – проблемам профессиональной самореализации, карьеры, творчества; проявлениям и способам преодоления нормативных личностных кризисов; психологическому сопровождению, помощи в кризисные периоды жизни человека; оптимальной организации процесса непрерывного образования (в том числе, ориентированного на людей среднего и пожилого возраста) и многому другому. Проанализированы актуальные вопросы межпоколенных отношений, ролевые позиции представителей старшего поколения в семье и обществе. Наиболее отчетливо выступает задача преодоления негативных стереотипов старости в современном обществе, выработки стратегий успешного старения и активного долголетия, что требует анализа уже имеющегося опыта, значительной организационной и просветительской работы.

Будем надеяться, что обсуждение актуальных проблем психологии развития в зрелых возрастах послужит отправным пунктом для разработки новых научных исследований и практико-ориентированных проектов на основе культурно-исторической теории и теории деятельности, что выведет решение проблем зрелых возрастов на новый уровень.

*Л.Ф. Обухова,
И.В. Шаповаленко,
М.А. Одинцова*

Раздел I

На пути становления зрелости

Самоактуализация в связи с особенностями личностной рефлексии

Анисимова О.М.

Становление личности связано со становлением человека как субъекта деятельности и жизни в целом, что раскрывается в таких категориях как ответственность, автономность, независимость, самостоятельность, интенциональность. В поведении зрелая личность характеризуется способностью делать самостоятельные жизненные выборы, в которых проявляется потребность реализации себя в жизни. Потребность, которая в значительной степени отражает представление человека о своих индивидуально-психологических качествах.

В течение онтогенеза процессы социализации все в большей степени дополняются процессами индивидуализации. Так, в подростковом периоде сосуществование этих процессов носит вид противостояния. Желание «быть как все» равноценно желанию «быть непохожим на других». В дальнейшем, в периоде юности и взрослости, тенденция проявлять свою индивидуальность становится все более насущной (при этом процессы социализации и индивидуализации во взрослом периоде стремятся к балансу и взаимодействию), рост и развитие личности обеспечивается, по словам С.Л. Рубинштейна, «внутренней работой личности».

В связи с указанной тенденцией способность обратиться к себе, оценить свои возможности, понять себя, найти свое место в объективных жизненных обстоятельствах приобретает весьма важную роль, способствует наиболее полной самореализации.

Способность к самопониманию обусловлена выходом за пределы себя и способностью взглянуть на себя со стороны. В. Франкл, например, считает, что эта способность в целом отвечает духовности человека.

Рефлексия по сути и есть способность взглянуть на себя со стороны. В то же время важно, что отражается при самовосприятии.

Ранее мы писали [1] о том, что наилучшей стратегией для человека при намерении познать и понять себя будет стратегия использования всех каналов получения информации о себе. В этом случае в поле восприятия попадают результаты проявления себя в деятельности (получающие внешнюю оценку), результаты непосредственного собственного самоанализа и глубинные переживания (не подвергающиеся когнитивному анализу). Для сравнения укажем, что В.В. Знаковым выделяются когнитивный (познавательная направленность) и экзистенциальный (бытийный) аспекты самопонимания.

Одной из задач исследования, выполненного под нашим руководством (Климина, 2014), было обнаружить взаимосвязи самоактуализации и разных аспектов рефлексивности личности взрослых (60 человек). Гипотетически предполагалось, что между этими аспектами психического должны существовать положительные связи. Был применен вопросник Гранта, фиксирующий направления рефлексии на себя – «саморефлексия» и на других людей – «социорефлексия». Первое направление отражает склонность к самоанализу. Второе – склонность изучать индивидуальные особенности других людей и, в том числе, изучать себя глазами других. Корреляционный анализ показал, что из всех показателей самоактуализации (САТ) со склонностью к самоанализу связан показатель «познавательные потребности». В то время как направленность рефлексии на других оказалась взаимосвязанной почти со всеми показателями самоактуализации (в том числе и с «познавательными потребностями»).

Иными словами, для самоактуализирующейся взрослой личности важным является умение разбираться в других и способность взглянуть на себя глазами других. Мы, конечно, не снимаем со счетов способность к анализу своих поступков с опорой на собственные стандарты, что также делает определенный вклад в процесс самоактуализации взрослого человека. Однако, следует учитывать, на что именно направлен этот самоанализ. Стоит признать, что самопознание с целью самосовершенствования должно несомненно позитивно отразиться на самоактуализации личности, если же самоанализ носит конечный характер, характер застревания на эмоциях, то процесс самоактуализации будет нарушаться. Это и было показано в том же исследовании. Все корреляционные связи аспектов самоактуализации с показателем «самокопание» методики ДТР Леонтьева – Осина носят отрицательный характер.

В другом исследовании, выполненном на старших подростках – выпускниках школ (50 человек), с помощью корреляционного анализа были получены взаимосвязи показателей рефлексии с другими личностными особенностями. «Саморефлексия» выявила взаимосвязи с робостью (-Н, 16-факторный вопросник Кеттелла) и с таким стилем общения как «подчиненность» (ЛИРИ), а «социорефлексия» положительно связалась с открытостью (А, по Кеттеллу) и альтруистическим стилем общения (ЛИРИ).

Эти данные характеризуют личность склонную к самоанализу как недостаточно активную и инициативную в общении. А те, кто изучает себя «глазами других» – это открытые для общения личности. Отметим, что результаты получены на старших подростках, этим объясняется, в частности, некоторая парадоксальность полученных данных. А именно, «социорефлексия», помимо указанных выше, обнаружила связь с подозрительностью (L), тревожностью (O) и искусственностью (N). В то же время «саморефлексия» оказалась связанной с доверчивостью (-L).

Анализ категории «рефлексивность» показывает, что различаются как способы получения информации о себе, так и способы обработки этой инфор-

мации. Эти характеристики рефлексивности входят в структуру личности в целом и не могут быть отделены от нее.

Касаясь способов получения информации о себе, следует сказать следующее. Наиболее полным представлением о себе будет в случае, если результаты прямого независимого размышления о себе, своих способностях и качествах будут сочетаться с получаемыми извне оценками собственной деятельности и дополняться осознанными переживаниями личности, носящими экзистенциальный характер (ощущения истины, веры в себя, удовлетворенности жизнью).

Способы обработки информации о себе связаны, на наш взгляд, с личностными установками. В связи с этим уместно привести результаты исследования Б.В. Кайгородова [2]. Исследование самопонимания в связи с поведением в той или иной ситуации показало, что самопонимание в зависимости от пессимистичного или оптимистичного склада личности приводит к разным поведенческим реакциям. В ситуации неуспеха «оптимисты» обращаются к своему Я и корректируют свои возможности в достижении результата. «Пессимисты» тоже обращаются к своему Я, но это приводит к блокировке действий. Таким образом, общий склад или тип личности обуславливает и обработку или трактовку личностью рефлексивных данных. Только установка личности на самосовершенствование, нахождение лучших путей самореализации (что и соответствует оптимистичному складу) оправдывает развитие рефлексивности.

Да и сама степень рефлексивности несомненно связана с личностным складом. В исследовании К.Т. Яновича [3] было установлено, что семантическая структура Я-концепции среднерефлексивных имеет оптимальное, равновесное соотношение дифференциации и интеграции. Иными словами, средний уровень рефлексии приводит к наиболее адекватной структуре Я-концепции личности. Продолжая эту мысль, можно сказать, что и поведение человека, детерминированное Я-концепцией, носит при среднем уровне рефлексивности более адекватный характер.

Подводя итог нашего теоретического и практического анализа проблемы взаимосвязи рефлексии с самоактуализацией личности, можно сделать определенные выводы. Самоактуализация безусловно не может осуществляться вне понимания себя и соответственно рефлексии, так как, чтобы реализовать себя в жизни, приходится действовать осмысленно, осознавая свои жизненные цели и взвешивая свои возможности. Рефлексивность, в этом плане может выступить основой построения и самих целей, и своего поведения для их достижения.

Рефлексивность, в свою очередь, связана с особенностями личности в целом. Личность, нацеленная на самосовершенствование, на самореализацию, будет наиболее адекватно использовать и информацию, полученную с помощью рефлексии, и саму способность к рефлексии.

Литература

1. Анисимова О.М., Трошихина Е.Г. Самопонимание как основа самореализации // Психологические проблемы самореализации личности / под ред. Л.А. Коростылевой. Вып. 10. СПб., 2006.

2. *Кайгородов Б.В.* Структурно-динамические характеристики самопонимания в характеристике и развитии Я-Концепции в юношеском возрасте // Мир психологии. 2002. № 2.
3. *Янович К.Т.* Рефлексия как детерминанта структурной организации Я-концепции: Автореф. дисс. ... канд. психол. наук. Ярославль., 2009.

Удовлетворенность жизнью в период ранней взрослости

Антонова Е.А.

Период ранней взрослости является крайне важным, так как в этом периоде задаются векторы позитивного развития. В качестве одного из показателей позитивного функционирования можно рассмотреть удовлетворенность жизнью. Данный концепт является крайне неоднозначным. Его часто приравнивают к благополучию, к счастью и моральному состоянию. В отечественной науке также используются термины «благополучие человека», «психологическое благополучие» и «субъективное благополучие», однако четкого разделения и разграничения понятий нет.

Удовлетворенность жизнью представляется во многих исследованиях как основной компонент субъективного благополучия (Л.В. Куликов, Р.М. Шамионов). В зарубежных исследованиях удовлетворенность жизнью определяют как составляющую субъективного благополучия (Н. Брэдберн, Э. Динер, А. Вотермен и К. Рифф).

Субъектные характеристики являются важной составляющей функционирования взрослого человека, они включены в механизмы субъективного благополучия. Одним из ресурсов, обеспечивающих субъектность, можно назвать саморегуляцию поведения. В российской психологии стиль изучается через устойчивые индивидуальные особенности выполнения деятельности, которые в свою очередь определяются свойствами индивидуальности различных уровней, а также спецификой деятельности, в которой стиль формируется (В.И. Моросанова, Е.М. Коноз).

Цель данного исследования заключалась в выявлении особенностей удовлетворенности жизнью и стилей саморегуляции поведения у людей в возрасте от 20 до 30 лет. Исследование проводилось на 116 испытуемых, из которых 38 – молодые люди, 78 – девушки. Средний возраст – 23 года.

Для реализации задач исследования применялись следующие методики: методика удовлетворенности жизнью Н.Н. Мельниковой и опросник «Стиль саморегуляции поведения» В.И. Моросановой.

На основании этих данных можно сказать, что в данный период жизни для молодых людей обоих полов характерны средний уровень развитости представлений о внешних и внутренних значимых условиях, средняя адекватность оценки результатов своей деятельности и средней самостоятельности. Также им свойственно неумение и нежелание продумывать последовательность своих действий, они предпочитают действовать импульсивно, не могут

самостоятельно сформировать программу действий, часто сталкиваются с неадекватностью полученных результатов целям деятельности и при этом не вносят изменений в программу действий, действуют путем проб и ошибок.

Что касается удовлетворенности жизнью, у испытуемых обоих полов было выявлено, что все факторы находятся на среднем уровне по сравнению с нормативными значениями, однако женщины чаще чем мужчины испытывают переживания разочарования, досады, обиды, ощущения несправедливости из-за расхождения желаемого с действительным, когда прилагаемые усилия не достигают цели, чаще чувствуют себя измотанными и ожидают неблагоприятные жизненные события, чувствуют себя неуверенными в завтрашнем дне.

Результаты корреляционного анализа позволяют сделать предположение о том, что индивидуальная развитость представлений о внешних и внутренних значимых условиях отрицательно связана с тревожными ожиданиями неблагоприятных жизненных событий, ощущением вымотанности и усталости от жизни и переживаниями разочарования, досады и обиды. А удовлетворенность жизнью положительно связана со способностью выделять значимые условия достижения целей и отрицательно – с потребностью продумывать способы своих действий и поведения для достижения намеченных целей и пластичностью всех регуляторных процессов.

Таким образом, такой конструктивный стиль саморегуляции поведения как «моделирование» может быть ключевыми, и именно способность выделять значимые условия достижения целей может обеспечивать ощущение удовлетворенности жизнью и как следствие – психологическое благополучие у юношей и девушек в период ранней зрелости. Отрицательная связь стиля саморегуляции «планирование» с «жизненной включенности» может объясняться тем, что высокие показатели по данной шкале предполагают высокую импульсивность действий, что является противоположным программированию своих поступков.

Ценности мужчин и женщин с разным уровнем и типом личностной зрелости в ранней зрелости

Волченков В.С.

Ранняя зрелость традиционно рассматривается в психологии развития как важный период, в котором происходит переход от накопления к реализации знаний, опыта, идей и ценностей. Молодому человеку необходимо показать свою зрелую позицию в широком кругу социальных и личностных отношений – осознанное принятие трудовой деятельности, роли супруга, родителя, понимание своего места в гражданском обществе и т.д. В связи с этим значимость приобретает выявление ценностей, определяющих жизненную стратегию современной молодежи.

Проведенное исследование было направлено на определение иерархии ценностей мужчин и женщин в ранней зрелости в зависимости от уровня и типа их личностной зрелости на примере студентов выпускного курса.

Для выявления личностной зрелости испытуемых использовался самоактуализационный тест – САТ (Л.Я. Гозман, М.Б. Кроз, М.В. Латинская) [1]. При помощи проективной методики «Мотивационная индукция» Ж. Нюттена [2] по частоте упоминания определенных мотивационных объектов была установлена иерархия ценностей мужчин и женщин.

Выборка испытуемых представлена студентами 5 курса учреждений высшего образования. В исследовании приняли участие 265 человек в возрасте от 21 до 25 лет, из них 164 – женского пола и 101 – мужского.

Обработка результатов, полученных с помощью методики «САТ», позволила выделить пять типов и, соответственно, уровней личностной зрелости испытуемых (см. таблицу): «лично ответственные» (высокий уровень), «принимающие себя» (средневысокий уровень), «ищущие себя» (средний уровень), «негативисты» (низкий уровень) и «инфантильные» (очень низкий уровень).

Таблица

**Распределение испытуемых по группам
в зависимости от типа личностной зрелости**

Группа (тип личностной зрелости)	Мужчины		Женщины	
	Частота (число испытуемых, чел.)	% от всей выборки мужчин	Частота (число испытуемых, чел.)	% от всей выборки женщин
«Принимающие себя»	16	15,84	25	15,24
«Инфантильные»	12	11,88	30	18,29
«Негативисты»	24	23,76	39	23,78
«Ищущие себя»	36	35,65	32	19,51
«Личностно ответственные»	13	12,87	38	23,18
Всего	101	100	164	100

Обратимся к анализу приоритетности ценностей у мужчин и женщин в каждой группе. Для классификации указанных испытуемыми мотивационных объектов использовался следующий перечень ценностей: 1) альтруизм (безвозмездная помощь окружающим); 2) трансцендентные ценности (религия, преданность идее, ценностям); 3) деятельностная активность (карьера, профессиональная деятельность, учеба, познание, творчество); 4) гедонистические ценности (отдых, развлечения, наслаждения благами жизни); 5) самоактуализация (саморазвитие, самореализация); 6) межличностные отношения (общение, любовь); 7) материальные ценности (обеспеченность материальными благами); 8) семья (супруг (а), дети, дом); 9) ценности переживания (красота, гармония, удовлетворение от самой жизни); 10) личностное благополучие (счастье, здоровье). Результаты, полученные в ходе исследования, представлены на рисунке.

Применение апостериорного критерия Дункана показало наличие статистически значимых различий в иерархии значимых ценностей, указанных мужчинами и женщинами.

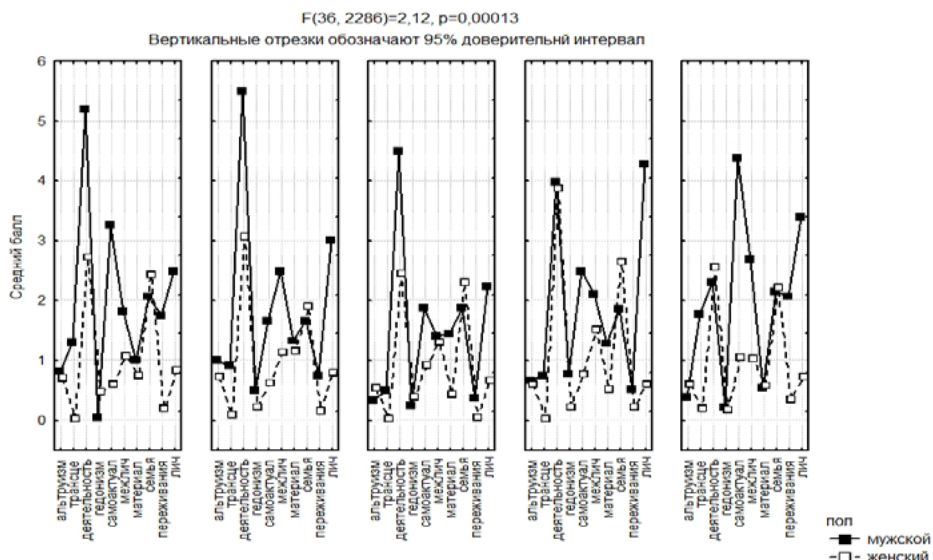


Рис. 1. График средних значений ценностей, выбираемых мужчинами и женщинами

Группа «принимающих себя» испытуемых (кластер 1 на рисунке) имеет следующие особенности. Мужская половина предпочтению отдает ценностям: деятельностная активность (1 место), самоактуализация (2 место), личностное благополучие и семья (3 место). Женская часть «принимающих себя» выбирает деятельностную активность (1 место), семью (2 место) и межличностные отношения (3 место).

Студенты «инфантильной» группы (кластер 2 на рисунке) – характеризуются следующими особенностями. Мужская часть группы главными ценностями считает деятельностную активность (1 место), личностное благополучие и межличностные отношения (2 место), самоактуализацию и семью (3 место). Женщины среди наиболее значимых отмечают ценности деятельностной активности (1 место), семьи (2 место), материальных ценностей, ценностей переживания и межличностных отношений (3 место).

Мужчины из группы «негативисты» (кластер 3) значимыми источниками своей активности отмечают деятельность (1 место), личностное благополучие (2 место), а также ценности семьи и самоактуализации (3 место). Женщины считают, что главными ценностями для них являются деятельностная активность (1 место), семья (2 место) и межличностные отношения (3 место).

«Ищущие себя» (кластер 4) мужчины и женщины имеют определенные различия в иерархии ценностей. Мужская часть группы, прежде всего, выбирает ценность личностного благополучия, за которой следует деятельностная активность (2-е место) и стремление к самоактуализации (3-е место). Женская половина группы имеет следующие приоритеты в иерархии ценностей: 1-е место за-

нимает деятельностная активность, 2-е – семья и 3-е межличностные отношения.

В группе «лично ответственных» студентов (5 кластер) также обнаружены различия в иерархии ценностей между мужчинами и женщинами. Мужчины связывают свои жизненные устремления с ценностями самоактуализации (1 место), личного благополучия (2 место) и межличностных отношений (3 место). Женщин отличает следующая иерархия: деятельностная активность (1 место), семья (2 место), самоактуализация и межличностные отношения (3 место). Женская часть выборки данной группы имеет примерно такую же иерархию, как и представительницы других групп, за исключением того, что «лично ответственные» студентки чаще, чем в других группах, заявляют о важности для них ценности самоактуализации.

Таким образом, проведенный анализ позволяет заключить, что имеются определенные различия в иерархии ценностей мужчин и женщин каждого типа и уровня личностной зрелости. Выявлено, что мужчины характеризуются большими, чем женщины, различиями в перечне предпочитаемых ценностей. Таким образом, в зависимости от уровня и типа личностной зрелости изменяется структура иерархии ценностей мужчин. Среди значимых ценностей мужчин преобладают те, которые условно можно связать с развитием их «Я» – деятельностная активность, личностное благополучие и самоактуализация. Иерархия предпочитаемых ценностей женщин является одинаковой для всех групп испытуемых и выглядит следующим образом: деятельностная активность, семья и межличностные отношения. Следовательно, тип и уровень личностной зрелости женщин не является определяющим фактором в выборе ценностей жизненного пути. Также на основе проведенного анализа можно сделать вывод о более выраженной социальной направленности личности женщин в отличие от личности мужчин.

Литература

1. Лобанов, А.П. Познание и самопознание личности: теория, практика, диагностика : метод. пособие / А.П. Лобанов, С.И. Коптева, С.М. Стародынова. – Витебск: [б. и.], 1997. – 65 с.
2. Нюттен, Ж. Мотивация, действие и перспектива будущего: учеб. пособие / Ж. Нюттен ; под ред. Д.А. Леонтьева. – М. : Смысл, 2004. – 608 с.

Особенности когнитивного развития и профессиональная продуктивность химиков на этапе зрелости

Волкова Е.В.

Анализ литературных источников показывает, что одной из ключевых особенностей химиков является творческий характер профессиональной деятельности [1–4]. Поэтому особый интерес представляет сопоставление показателей интеллекта (тест Д. Векслера), креативности (тест Е. Торренса) и

формально-динамических свойств индивидуальности (ОФДСИ В.М. Русалова) на этапе зрелости (средней взрослости), полученных на выборках химиков и представителей в области технического творчества (робототехника).

Общий объем выборки составил 40 человек. Средний возраст в группе профессиональных химиков составил 37,33 года, а в группе робототехников – 38,57 лет. Значимых различий по данному показателю не выявлено.

Математический анализ данных реализовывался с помощью программного пакета IBM SPSS-20. Согласно критерию Колмогорова-Смирнова полученные данные соответствуют нормальному распределению, что позволяет нам использовать параметрические методы сравнения показателей.

В качестве показателя творческой продуктивности в профессиональной деятельности использовалась экспертная оценка и факт отображения предметных образов в невербальной батарее Е. Торренса. Как было показано в наших предыдущих исследованиях, отображение предметных или профессиональных образов является надежным маркером высокой творческой продуктивности в профессиональной деятельности [5]. Качественный анализ 2 субтеста (незаконченные фигуры) выявил значительное количество профессионально-специфичных образов, как в группе химиков, так и в группе робототехников.

Согласно данным, представленным в таблице 1 для успешной профессиональной деятельности как в области химии, так и робототехнике, необходим весьма высокий уровень невербального интеллекта. Однако соотношение между вербальным и невербальным показателями интеллекта в данных выборках отличается: у химиков вербальный показатель доминирует над невербальным (метод парных сравнений, $T=3,552$, $p=0,016$), у робототехников невербальный над вербальным ($T=4,980$, $p=0,001$). Полученные данные можно объяснить тем, что язык химического мышления оперирует знаками химических элементов, фиксирующих определенный образ химической реальности (совокупность атомов определенного вида), т.е. химический образ представлен в виде совокупности знаков. При разработке роботов важнейшую роль играет образ будущего изделия, схема его функционирования.

Показатель «Шифровка» в группе робототехников значимо выше, чем в группе химиков. По-видимому, разработка роботов требует более высокого уровня функционирования моторных функций, чем у химиков, поскольку новый продукт робототехники первоначально реализуется авторами самостоятельно в виде рабочей модели, прежде чем она будет запущена в промышленное производство. Современные химики сейчас очень редко изготавливают химическое оборудование сами. Они, как правило, используют аппаратуру, изготовленную промышленным способом. Данное предположение подтверждается результатами анализа показателей формально-динамических свойств индивидуальности (ОФДСИ): показатели моторной эргичности в группе робототехников значимо выше, чем в группе химиков. Химики значимо отлича-

ются более высокими показателями интеллектуальной активности, но меньшими показателями коммуникативной эргичности. Достоверных различий по показателям пластичности в данных выборках не обнаружено.

Таблица 1

**Показатели теста интеллекта (по Д. Векслеру)
в группах химиков и робототехников**

№	Показатели	Средние значения показателей в группах		Т-критерий Стьюдента
		робототехники	химики	
1	Осведомленность	13,73	17,67	-4,919***
2	Понятливость	13,20	17,50	-3,786**
3	Арифметический	11,53	16,00	-4,724***
4	Сходство	13,47	17,00	-4,002**
5	Повторение цифр	9,80	14,33	-3,371*
6	Словарный	14,47	17,83	-4,044**
7	Шифровка	16,18	11,67	3,765**
8	Недостающие детали	12,71	14,00	-1,315
9	Кубики Косса	13,88	15,83	-2,804*
10	Последовательные картинки	12,24	13,17	-1,041
11	Складывание фигур	11,47	9,83	1,431
	Вербальный интеллектуальный показатель	117,13	141,17	-7,494***
	Невербальный интеллектуальный показатель	127,65	124,67	0,811
	Общий интеллектуальный показатель	122,87	136,17	-5,359***

* $P \leq 0,05$, ** $P \leq 0,01$, *** $P \leq 0,001$.

Сопоставление результатов химиков между собой показывает существование определенного оптимального сочетания свойств индивидуальности, обуславливающих высокий уровень продуктивности в профессиональной деятельности – специальных химических способностей. Недоформированность того или иного компонента существенно ограничивает продуктивность в профессиональной сфере и часто выражается в переключении с деятельности в области химии на другие виды деятельности, имеющие косвенное отношение к химии (например, педагогическую). Также следует отметить некогерентность продуктивности в области профессиональной деятельности и карьерного роста в научной сфере. Химик может иметь высокий рейтинг в отечественных и международных базах данных и в то же время не иметь возможности представить к защите готовую докторскую диссертацию. Важнейшими факторами в карьерном росте оказываются 2 фактора: 1) определенная социальная («научная») ситуация развития, 2) наличие сильных оппонентов, готовых поддержать новое научное направление.

Литература

1. Манолов К. Великие химики. М.: Изд-во «Мир», 1976. Т. 1, Т. 2.

2. Химики о себе. М.: ВЛАДМО; УМИЦ «Граф-Пресс», 2001.
3. *Kirchhoff Mary M.* International Year of Chemistry: An Educational Opportunity (2011) // Journal of Chemical Education. Vol. 88 No. 1 January 2011. P. 1.
4. *Olsen John C.* The work of the exceptionally gifted student in chemistry and chemical engineering // Journal of Chemical Education, 1928. Vol. 5. No. 10. October, 1928. P. 1285–1286.
5. *Volkova E.* The nature of creativity: differentiation-integration approach // Humanities and Social Sciences Review, 2014. 3 (2). P. 375–388.

Развитие конкурентоспособности личности в период юношества как одно из условий жизнестойкости и психологического благополучия взрослой личности

Гапонова С.А., Зыкова А.В.

Долгое время развитие и становление человека изучалось в рамках психологии детства, а взрослость понималась лишь как конечная точка данного процесса, как относительно стабильная фаза онтогенеза, статическое состояние, не изменяющееся до самой старости [3]. В настоящее время идея безграничности и непрерывности психологического развития считается практически бесспорной [1] и взрослость рассматривается как очередной этап эволюции личности, которая, как и любой другой этап психологического развития, проходит успешно только при условии, что и предыдущий нормально завершен.

Рассматривая стадии взрослости с точки зрения возрастного подхода, Дж. Биррен [2] выделяет следующие этапы: 17–25 лет – ранняя зрелость, 25–50 лет – зрелость, 50–75 лет поздняя зрелость, старше 75 лет – старость. Особенно важным, на наш взгляд, является этап ранней зрелости – период кризиса юности (17–22 года), успешное прохождение которого обуславливает переход от юношества к зрелости и, создает условия для дальнейшего психологического благополучия личности.

Кризис юности характеризуется активным проявлением человека в различных областях жизни: интимных отношениях, социальных взаимодействиях, профессиональной деятельности. Важным феноменом этого возраста можно назвать конкуренцию, которая также проявляется практически во всех сферах существования человека: конкурирование с родителями в семье, со сверстниками в учебной и социальной деятельности и т.д. [5]. Понимание конкурентоспособной личности обосновывается через ее творческий потенциал и способность достигать успеха за счет собственной инициативы, предвосхищая требования конкуренции, представляется основой конкурентоспособности личности [4].

Действительно, трудовая, профессиональная деятельность – это сфера самореализации любого взрослого человека, а значит удовлетворенность, востребованность и успешность в ней являются неотъемлемыми составляющими благополучия личности в целом. Поэтому важным условием успешности взрослой личности является развитие конкурентоспособности в молодости.

В нашем исследовании мы опираемся на понятие конкурентоспособности, данное С.В. Рачиной. Конкурентоспособность – это объективная подготовленность и субъективная готовность человека (работника) участвовать в конкурентных отношениях, возникающих в трудовой сфере [7]. Из данного определения понятно, что высокого уровня развития профессиональных компетенций недостаточно для того, чтобы быть конкурентоспособным, необходима еще и внутренняя готовность вступать в конкуренцию. Такая готовность, на наш взгляд, достигается путем формирования адекватной самооценки, позитивного самоотношения, способности к принятию решений и самопрезентации, инициативности, ответственности, эффективному общению с окружающими, обладанию навыками уверенного поведения, креативности, спонтанности. Мы рассматриваем конкурентоспособность как интегративную характеристику личности, включающую в себя блок профессиональных знаний, умений и навыков и набор личностных свойств и качеств человека, позволяющих ему вступать в конкурентную борьбу и быть в ней эффективным.

В статье представлены результаты исследования уровня осведомленности студентов в вопросе конкурирования в целом и личностного отношения к конкуренции как к виду взаимодействия, необходимого для успешного вхождения на рынок труда. Поскольку одним из важнейших показателей конкурентоспособности как личностной возможности вступать в конкурентную борьбу и быть в ней эффективным является самоотношение, нами изучалась структура самоотношения студентов и выраженность его отдельных компонентов: закрытости, самоуверенности, саморуководства, отраженного самоотношения, самооценности, самопривязанности, внутренней конфликтности и самообвинения по методике С.Р. Пантелеева [6].

В работе приняли участие *120 человек*, 4 учебные группы студентов 2 курса ГБПОУ «Нижегородский строительный техникум», в возрасте от 17 до 18 лет: по две группы студентов специальностей «СЭЗС» («Строительство и эксплуатация зданий и сооружений») и «Архитектура».

Для исследования уровня осведомленности в вопросе конкурирования в целом и личностного отношения к конкуренции как к виду взаимодействия студентам было предложено написать эссе на тему «Что такое конкуренция и конкурентоспособность в профессии».

Анализ эссе показал, что большинство участников эксперимента понимают феномен конкуренции как вид конфликта (89 % всех участников), объясняя это тем, что, по их мнению, любое соперничество неминуемо приводит к появлению проигравшего, который будет негативно относиться к выигравшему. В качестве типичных примеров конкуренции с такой позицией приводились следующие: конкуренция за самку в биологической среде, сопровождающееся дракой самцов, конкуренция предприятий на рынке товаров и услуг путем демпинга, «черного пиара», промышленного шпионажа и т.п.

Остальные 11 % студентов относятся к процессу конкуренции как к соревнованию, где есть выигравшие и проигравшие, но отмечают, что результаты этого соревнования могут носить временный характер. В качестве примеров приводились: Олимпиады, различные конкурсы мастерства и даже кулинарные поединки между родственниками.

Второй, на наш взгляд, важный аспект, который помог выявить анализ работ участников, – это их отношение к конкуренции.

70 % студентов, относящихся к конкуренции как к конфликту, выразили свою готовность вступать в конкуренцию-конфликт, но сожалели, что не обладают достаточными знаниями и умениями для воздействия на других людей («жаль, что я не умею заставить других делать так, как мне надо, но, надеюсь, что смогу этому научиться»). Эти ребята настроены на изучение приемов манипуляции, без которых не мыслят конкурентной борьбы и считают выигрыш в конкурентных отношениях невозможным.

30 % тех, кто определил конкуренцию как вид конфликта, написали, что не хотят конкурировать в своей профессиональной деятельности. Они объяснили это тем, что «если нужна конкуренция, например, за повышение в должности, значит, сотрудник плохо проявил себя, или начальство не заметило его успехов и достижений, и тогда человеку нужно либо лучше работать, либо искать другое место, где оценят по достоинству». Можно предположить у этой группы испытуемых преобладание стратегии избегания неудачи как ведущей жизненной стратегии совладания с трудностями.

Все студенты, которые определили для себя конкуренцию как соревнование отметили, что готовность вступать в нее для них зависит от уверенности в собственных силах («если я знаю, что обладаю достаточными знаниями в каком-то вопросе, то я смогу поучаствовать в соревновании, а если знаний много, то и выиграть может получиться»).

Результаты исследования структуры самооотношения личности обнаружили, что по компоненту «Самообвинение» студенты, которые демонстрируют негативное отношение к конкуренции, показывают высокие и низкие значения самообвинения: это те, кто видит в себе прежде всего недостатки, кто готов поставить себе в вину все свои промахи и неудачи, те, у кого проблемные ситуации, конфликты в сфере общения актуализируют сложившиеся психологические защиты, среди которых доминируют реакции защиты собственного «Я» в виде порицания, осуждения себя или привлечения смягчающих обстоятельств, у кого установка на самообвинение сопровождается развитием внутреннего напряжения, ощущением невозможности удовлетворения основных потребностей. А также те испытуемые, которые обнаруживают тенденцию к отрицанию собственной вины в конфликтных ситуациях. Их защита собственного «Я» осуществляется путем обвинения преимущественно других, перенесением ответственности на окружающих за устранение барьеров на пути к достижению цели, поисками в них источников всех неприятностей и бед.

Обобщая полученные данные мы можем говорить о том, что в целом позитивное самоотношение участников по многим компонентам носит ситуационный характер, что, несомненно, будет уменьшать эффективность их конкурентного поведения, например, в условиях постоянно и динамично изменяющихся параметров рынка труда.

Такая ситуационность самоотношения может быть косвенно подтверждена данными, полученными по методике исследования уровня ситуационного контроля Роттера. Все испытуемые показали средний или низкий уровень общей интернальности (шкала Ио методики), что соответствует низкому уровню субъективного контроля и означает, что студенты зачастую не видят связи между своими действиями и значимыми событиями, которые они рассматривают как результат случая или действия других людей. Также отмечается средний и низкий уровень интернальности участников эксперимента в плане собственных достижений (шкала Ид) и неудач (шкала Ин), что свидетельствует о приписывании ответственности за успех и неудачу в большей степени другим людям и обстоятельствам, чем лично себе.

Полученные результаты показывают, что для успешного приобретения студентами необходимых качеств конкурентоспособности, и построения своей будущей профессиональной карьеры как важнейшего условия жизнестойкости и психологического благополучия взрослой личности недостаточно дать студенту знания, выработать умения и привить профессиональные навыки. Важно создать условия для развития необходимых качеств конкурентоспособности и научить выпускника грамотно вести себя на рынке труда.

Исходя из выше сказанного, нами разработана «Программа психолого-педагогического сопровождения процесса планирования профессионального будущего», которая на сегодняшний день внедрена в ГБПОУ «Нижегородский строительный техникум» и является частью работы Центра содействия трудоустройству выпускников техникума. Программа предназначена для студентов 2 и 3 курсов обучения, этот выбор основан на соображениях соответствия и целесообразности этапам психологического и социального развития обучающихся техникума, а именно:

- на 1 курсе студенты проходят период адаптации к условиям обучения в техникуме. С точки зрения возрастного психологического развития 1 год обучения совпадает с периодом перехода от подростничества к юношеству и подразумевает изменение ведущего вида деятельности с интимно-личностного общения со сверстниками на профессиональную самореализацию. Именно желание профессиональной самореализации необходимо для успешного освоения Программы;
- на 2 курсе студенты начинают изучать специализированные дисциплины по выбранным профессиям. При условии успешного прохождения адаптации к обучению в техникуме, именно на этом этапе необходимо начинать

работу по психолого-педагогическому сопровождению процесса планирования профессионального будущего. Это даст возможность студентам более осознанно подходить к обучению и повлияет на уровень их профессиональной квалификации в будущем. По сути, произойдет укрепление профессионального мотива учебной деятельности студентов;

- на 3 курсе студенты продолжают изучать специализированные предметы и приступают к выполнению курсовых проектов. Происходит более детальное и прикладное знакомство с выбранной профессией в целом. Психолого-педагогическое сопровождение процесса планирования профессионального будущего на этом этапе позволит определить, какое именно направление в выбранной профессии им интересно с точки зрения выбора дальнейшей сферы профессиональной деятельности;
- на 4 курсе студенты заняты подготовкой к государственным экзаменам, выполнением дипломных проектов и поиском работы, то есть непосредственной реализацией начального этапа своей профессиональной карьеры. Для них важно к этому моменту уже иметь все необходимые знания, умения и развитые в достаточном объеме личностные свойства для успешного выполнения карьерных задач, кроме того, предоставляется возможность продолжить их развитие, если положительные результаты к третьему курсу еще не закрепились.

Такой подход к психологическому сопровождению подготовки высококвалифицированных кадров среднего звена в процессе обучения в техникуме создаст условия для дальнейшего психологического благополучия взрослой личности профессионала и повышения конкурентоспособности на рынке труда.

Литература

1. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни. М.: Мысль, 1991.
2. Ананьев Б.Г. Избранные психологические труды. М.: Педагогика, 1980.
3. Ананьев Б.Г. О системе возрастной психологии//Вопросы психологии, 1957. № 5. С. 21, 165–167.
4. Богоявленская Д.Б., Ключева О.А. К проблеме раскрытия природы конкурентоспособной личности // Психология в России: современное состояние. – 2012. – № 5.
5. Болотова А.К., Молчанова О.Н. Психология развития и возрастная психология. М.: Изд. дом Высшей школы экономики, 2012.
6. Пантилеев С.Р. Методика исследования самоотношения / С.Р. Пантилеев. – М.: Смысл, 1993.
7. Рачина С.В. Профессиональное воспитание как средство формирования конкурентоспособности рабочего (на примере республики Коми), Автореф. дисс. ... канд. пед. наук. СПб., 1998.

Концепция психолого-педагогического сопровождения взросления молодых людей с ментальными и психическими нарушениями

Головина Г.А.

В последние годы российское общество предпринимает усилия для улучшения качества жизни лиц с инвалидностью. Федеральное законодательство

создает правовую основу для оказания качественной помощи людям с инвалидностью. Акцент в специальной поддержке делается не только на детский период и на период взрослости, то есть на позднюю реабилитацию и обеспечение возможности самостоятельной достойной жизни и работы лицам с инвалидностью. Одной из самых сложных групп людей с инвалидностью являются лица с ментальными и психическими расстройствами.

Взросление как многофакторный комплекс можно рассматривать в разных аспектах. Один из аспектов взрослой жизни – профессиональное становление и формирование личности как субъекта труда. В данном контексте предполагается развитие адекватного уровня жизненных компетенций (способность к независимому проживанию или к поддерживаемому проживанию), социализации (личную адаптацию и интеграцию в общество), профессиональной подготовки (формирование профессиональных навыков и профессиональных компетенций). Формирование взрослости у молодых лиц с психическими и ментальными нарушениями чрезвычайно затруднено. Тому есть много причин, одна из которых – неспособность самостоятельно сформировать жизненные и профессиональные компетенции. То, что обычные нормативные подростки познают стихийно (бытовые навыки, навыки коммуникативного общения, формирование жизненных и профессиональных компетенции), молодому человеку с психическими и ментальными нарушениями может стать доступно только в результате реализации методически построенной программы психолого-педагогического сопровождения.

В ГБПОУ ТК № 21 в 2006 году было создано экспериментальное подразделение – «Центр социальной адаптации и профессиональной подготовки» для молодых людей с ментальными и психическими расстройствами (расстройство аутистического спектра, шизофрения, эпилепсия, детский церебральный паралич, генетические синдромы и т.д.). Данное образовательное учреждение стало первым в системе государственного профессионального образования в Москве (и России в целом), где описанная выше категория граждан получила возможность не только профессиональной подготовки в условиях колледжа, но и личностного развития, направленного на формирование взрослой активной жизненной позиции.

В результате экспериментальной деятельности педагогов Центра была разработана концепция психолого-педагогического сопровождения, включающая в себя всестороннее развитие личности обучающегося, способствующего взрослению. В процессе профессиональной подготовки особенно явно стало понятно, что основными трудностями в трудовом обучении являются не столько трудности в освоении навыков, сколько личностная незрелость молодых людей, выражающаяся в пассивной иждивенческой жизненной позиции, отсутствии побуждений общественного характера, мотивации на достижение успеха, вedomое поведение, восприятие себя ребенком. Для преодоления опи-



Рис. 1

санных выше проблем была разработана концепция психолого-педагогического сопровождения формирования субъекта труда. В данном случае под субъектом труда мы понимаем зрелую личность, активную в принятии решений, способную к целеполаганию и стремящуюся к реализации своих профессиональных навыков. Структурно данную концепцию можно изобразить в виде схематичного тела человека (рис. 1), где голова – цель психолого-педагогической деятельности педагогов Центра – зрелая личность со сформированными трудовыми, жизненными и профессиональными компетенциями – субъект труда. Базовые навыки профессиональной подготовки (в данном случае мы предполагаем минимальный уровень навыков в ручном труде) и социальной адаптации (минимальный уровень коммуникаций, бытовые навыки или навыки самообслуживания, элементарный уровень сформированных социальных норм) являются необходимой порой для дальнейшего развития личности – на схеме показаны как ноги. Непосредственно трудовая деятельность является основной, центральной частью формирования трудовых компетенций – на схеме показана как тело человека. Получение знаний и практических умений – профессиональная поддержка художественного мастерства, формирования трудовых компетенций – на схеме это левая рука. Психолого-педагогическая поддержка как программа развития зрелой личности – на схеме правая рука. Данная концепция базируется на модели образовательного процесса Центра социальной адаптации и профессиональной подготовки, где профессионально-техническую составляющую реализуют мастер производственного обучения – профессионал в конкретном ремесле (шитье, ткачество, гончарном деле и т.п.) и педагог, имеющий художественное образование и использующий творческий компонент в своей педагогической практике.

Содержание психолого-педагогического сопровождения в общей концепции формирования субъекта труда расшифровывается следующим образом:

- на этапе формирования профессиональных навыков психолого-педагогическое сопровождение направлено на формирование готовности личности молодого человека к трудовой деятельности. Психолого-педагогическое сопровождение на данном этапе включает в себя такие виды работы как:
- работа по формированию мотивации к труду,
- работа, направленная на развитие когнитивных функций (память, внимание, логика и т.п.),

– работа, направленная на развитие эмоциональной устойчивости и др.

Психолого-педагогическое сопровождение развития социальной адаптации направлено:

- на развитие коммуникативных навыков,
- формирование способности/готовности принятия решений,
- развитие самоорганизации и т.п.

Основная центральная составляющая нашей концепции – трудовая деятельность на адаптационных рабочих местах. На этом этапе психолого-педагогическое сопровождение направлено на формирование трудовых и профессиональных компетенций. Основными составляющими данного направления являются:

- формирование работоспособности (устойчивость к изменяющимся условиям труда, эмоциональная стабильность и т.п.),
- формирование критичности,
- формирование включенности в трудовой процесс и т.п.

На сегодняшний день в Центре социальной адаптации и профессиональной подготовки Технологического колледжа № 21 обучаются 122 молодых человека в возрасте от 18 до 36 лет по восьми профессиям: швея, ткач, работник зеленого хозяйства, брошюровщик, оформитель полиграфических изделий, гончар, керамист, столяр. Всего в Центре 5 мастерских: столярная, керамическая, полиграфическая, швейно-ткацкая и цветоводческая. Организация учебного процесса построена по принципу ремесленной мастерской. Руководит мастерской один из мастеров производственного обучения. В каждой мастерской от двух до шести групп обучающихся (в группе 6–8 человек). На каждую группу приходится один мастер производственного обучения, один воспитатель, на две группы – один педагог-психолог. Такой педагогический состав дает возможность создать стимулирующие условия для взросления молодых людей, формирования мотивации на достижение успеха, формирования личностных и трудовых компетенций.

Практика показывает, что реализация концепции психолого-педагогического сопровождения формирования зрелой личности как субъекта труда молодых людей с ментальными и психическими нарушениями как одна из моделей, способствующих формированию взрослости у столь сложной категории лиц с инвалидностью, эффективна и имеет смысл для дальнейшей разработки. В результате обучения в Центре социальной адаптации и профессиональной подготовки более 20 молодых людей с выраженными ментальными и психическими нарушениями успешно трудятся в специально созданных трудовых условиях, получают заработную плату, благополучно реализуют навыки трудовых межличностных отношений. Отдельно стоит отметить, что фактически все молодые работники научились самостоятельно добираться до мест трудоустройства и выдерживать трудовой режим предприятия.

К сожалению, на сегодняшний день в Москве да и в России в целом не существует системы профессиональной подготовки для описываемой кате-

гории граждан, не существует системы поддерживаемого труда. Проблема взросления и взрослой жизненной позиции молодых людей с ментальными и психическими нарушениями является не столько их личностными трудностями, сколько специфическим восприятием обществом как вечных детей, нуждающихся только в заботе.

Молодые взрослые люди, в том числе люди с ментальными и психическими нарушениями, имеют право жить полной достойной жизнью. Как все взрослые люди, они имеют право на самостоятельность в вопросах проживания (где и с кем жить), на самостоятельный выбор профессии, места работы, круга общения. Их способности, энергия и силы, как бы малы они ни были, могут найти себе применение и принести пользу обществу. Для этого недостаточно только готовности самих людей с инвалидностью, нужно желание общества принять их в свою жизнь как своих равноправных граждан, обеспечив необходимую поддержку в обучении, трудоустройстве, а также правовой защите.

Литература

1. *Батаршев А.В.* Базовые психологические свойства и профессиональное самоопределение личности. СПб., 2005.
2. *Головина Г.А.* Психолого-педагогическое сопровождение обучения профессиональным навыкам молодых людей со сложной структурой дефекта в условиях ремесленно-творческих мастерских. М., 2012.

Лонгитюдное исследование динамики социальной идентичности в период взросления

Гудзовская А.А., Мышкина М.С.

Значимость социального развития для психологического благополучия личности трудно переоценить. В большинстве современных теорий личности, основанных на психотерапевтической практике, социальная направленность рассматривается как необходимая составная часть психологического здоровья, субъективной удовлетворенности жизнью.

Так, А. Адлер единственно здоровым и личностно зрелым называет социально-полезный тип личности, в котором соединяется высокая степень социального интереса и высокого уровня активности. Э. Эриксон кроме значимости включения человека в различные общности отмечал еще значимость субъективного ощущения некоторой коллективной целостности, из которой индивид черпает свой статус. Социальная идентичность, по его мнению, дает человеку ощущение значимости своего бытия с точки зрения общества. Общечеловеческий уровень идентичности понимается Э. Эриксоном как осознание себя представителем биологического вида, человечества, как видение и понимание глобальных проблем человечества, ответственность перед будущими поколениями за жизнь на Земле.

Необходимость человека ощущать себя неотъемлемой частью мира Э. Фромм называет потребностью в корнях. Каждый человек должен решить противоречие во взаимоотношении «индивидуум – социум»: быть включенным в общность и быть автономным индивидуумом. Он выделил пять социальных типов характера, превалирующих в современных обществах. Продуктивный тип социального характера представляет собой конечную цель в развитии человека. Сила продуктивной любви дает возможность людям горячо любить все живое на Земле.

Характеризуя зрелую личность, Г. Олпорт отмечает, что такой человек активно участвует в трудовых, семейных и социальных отношениях, имеет хобби, интересуется политическими и религиозными вопросами и т.д.

Дж. Келли выделяет значимость репертуара ролей для психического здоровья личности. Человек здоров, если он может эффективно выполнять разнообразные социальные роли и понимать других людей, вовлеченных в процесс социальных взаимодействий.

Социальная идентичность имеет свои этапы онтогенетического развития. В период социализации закономерным образом меняются представления ребенка о себе и мире, развивается личность ребенка. В психологии существуют десятки периодизаций возрастного развития человека и системного изучения его жизненного пути (З. Фрейд, Ш. Бюлер, А. Валлон, Э. Эриксон, Б.Д. Эльконин, В.И. Слободчиков, Р. Кеган, Д. Левинсон, Дж. Ловингер, А.В. Петровский).

В работах современных авторов, как, например, в фундаментальной монографии Г. Крайга и Д. Бокума или столь же фундаментальном учебнике «Психология человека от рождения до смерти» под ред. А.А. Реана преобладает комплексный подход, с позиции которого развитие предстает как взаимовлияние многих факторов: биологических, социокультурных, собственно психологических [3].

Б.Н. Рыжовым опубликованы результаты исследования мотивации в разные жизненные периоды. Исследования легли в основу системной периодизации развития. Вместе с тем, эмпирических исследований, которые бы зафиксировали в лонгитюде изменения личности, и в том числе социальной идентичности, крайне мало.

Собственно исследование проведено нами в рамках выявления особенностей становления социальной зрелости. Первый этап проведен в 1998 году. В нем приняли участие 232 учащихся начальной школы. Участники эксперимента были включены в экспериментальную и контрольную группы по критерию обучения по программе «Основы жизненного самоопределения» [1].

Тогда были разработаны психологические критерии, позволяющие оценить индивидуальные особенности становления социальной зрелости.

В качестве основного метода исследования использован метод контент-анализа сочинения на тему «Я человек». Тема сочинения предполагает актуализацию двух аспектов существования человеческой личности: социального и индивидуального.

Сейчас возраст участников того эксперимента – 25 лет. Мы пригласили их для участия во втором этапе эксперимента. За прошедшее время они закончили школу, вузы, сделали первые шаги в профессиональной карьере. Многие обзавелись семьей.

Цель исследования: выявление индивидуальных траекторий социальной идентичности от возраста начальной школы до возраста ранней зрелости.

Поиск проведен по социальным сетям. Из всех участников эксперимента нам удалось найти 112 человек. На обращение с просьбой принять участие в исследовании большинство откликнулись вполне доброжелательно. Отказались отвечать на вопросы и выполнять задания 13,4 % человек.

В таблице 1 представлены данные по частоте использования в сочинениях категорий идентичности.

Таблица 1

**Доля участников, использовавших
идентификационные категории в сочинении «Я человек»**

Возраст участников	Группа 8 лет		Группа 25 лет	
	Эксп. гр.	Контр. гр.	Эксп. гр.	Контр. гр.
Категории идентичности				
Человек, ребенок	71,7	32,1	68,8	53,8
Другие социальные, в том числе:	55,0	73,2	50,0	23,1
– школьные /профессиональные	25,8	35,7	6,25	0
– часть социума	6,7	3,6	50,0	23,1
– место жительства (город, улица)	11,7	19,6	6,25	0
– семейные роли	5,0	0,9	12,5	0
– возраст	5,8	13,4	12,5	0
Личностные идентификации	12,5	7,5	18,8	23,1

Контрольную группу младших школьников можно рассматривать как типичную для городской выборки. Актуальность такой идентичности как «я человек (ребенок)» возрастает. Среди современных молодых 25-летних людей несколько больше половины человек идентифицируют себя с человеком. Остальные такой идентификации не используют, что, возможно, является не совсем конструктивным в плане их психологического благополучия. Наблюдения за разными поколениями показывают, что идентичность с человеческим родом «я человек» как явление сильно колеблется в зависимости не только от возраста, но и от исторического времени, в котором проводится исследование, является его характерной чертой.

В экспериментальной группе учащиеся продемонстрировали идентичность, свойственную более старшему возрасту (71,7 % опрошенных детей

самоидентифицировались как «я человек» или «я ребенок»), что отражает результативность программы ОЖС. Тенденция при повторном исследовании сохраняется, однако различия не достигают статистически значимого уровня.

Произошли и другие закономерные изменения в структуре социальной идентичности. Идентичность, связанная с основным видом деятельности для школьников «учебная» («учусь на 5 и 4», «я человек, который учится в школе», «я учусь в первом А классе» и пр.), исчезает к периоду взрослости. «Профессиональная» идентичность для 25-летних взрослых еще не достигает уровня актуальности и практически не используется в сочинениях даже косвенно.

Социальная идентичность современных 25-летних людей представлена категорией «часть социума»: «я часть огромного разнообразного человеческого общества», «я часть вселенной», «я частица огромного скопления связей», «я представитель человеческого рода», «мы “хозяева” Планеты» (иронично) и др.

Удивительным кажется тот факт, что объем категории социальной идентичности, который отмечался в экспериментальном классе, сохранился и к старшему возрасту. По-видимому, возраст начальной школы является сензитивным для развития чувства общности. Поэтому дети легко идентифицируются со школой и с такими категориями, как человечество, вселенная, планета, страна, если этому придавать значение в процессе воспитания. Если социальные категории ограничиваются учебными, то в возрасте 25 лет большинство, фактически более 70 %, теряют многоаспектность социальной категории, группы идентификации не возникают, что сказывается на субъективном благополучии. По мнению Т.В. Румянцевой, отсутствие социальных в идентификационных характеристиках ролей может говорить о сложностях в выполнении правил, которые исходят от тех или иных социальных ролей, о кризисе идентичности или инфантильности личности [2].

Личностные идентификации, которые отражают развитие и рефлекссию собственной индивидуальности, увеличиваются к возрасту 25 лет. Сначала их мало, и они в большинстве своем представляют указание на имя, имя и фамилию. К взрослости эта категория наполнена такими характеристиками как «интересная», «хороший», «обычный», не лучше не хуже человек, не животное с инстинктами, «человек, совершающий ошибки», «имею политические убеждения».

Выявленная тенденция актуальности социальной сферы для участников исследования из экспериментальной группы отражается и в содержании тех определений человека, которые были даны в сочинениях. Биологическая сущность человека («живое существо», «разумное существо», «существо на планете Земля» и др.) отмечена почти в каждом втором сочинении. Социальную сущность человека («личность», «социальная единица», «набор моральных устоев») отметили только 25,0 % написавших сочинение, все они из экспериментальной группы. Различия значимы на уровне $p = 0,05$.

Литература

1. Гудзовская А.А. Психология социальной зрелости: монография. Самара, 2014.
2. Румянцева Т.В. Психологическое консультирование: диагностика отношений в паре. – СПб., 2006.
3. Рыжов Б.Н. Системная периодизация развития // Системная психология и социология: Всероссийское периодическое издание научно-практический журнал. – М.: МГПУ, 2012. – № 5 (1).

Особенности ценностно-смысловых ориентиров личности в период ранней зрелости

Данилова М.В.

Исследования ценностно-смысловой сферы личности представлены достаточно широким спектром теорий и подходов в отечественной и в зарубежной психологии (А.Н. Леонтьев, А.Г. Асмолов, Б.С. Братусь, А.А. Грачев, Ф.Е. Василюк, Д.А. Леонтьев, К. Муздыбаев, С.Л. Рубинштейн, Г.П. Щедровицкий, М.С. Яницкий, М. Рокич, Ш. Шварц, В. Франкл, К. Ясперс и др.). По обобщенному определению Д.А. Леонтьева, смысловая сфера личности имеет уровневую организацию: первый уровень включает личностные смыслы и смысловые установки деятельности; второй уровень – устойчивые смысловые конструкты и диспозиции личности; третий уровень – личностные ценности, выступающие смыслообразующими в отношении всех уровней [3]. Большинство авторов сходятся в том, что ценностно-смысловая сфера личности формируется в процессе социализации, имеет многомерную иерархическую структуру, не постоянна во времени и подвержена влиянию значимых для человека ситуаций жизни. В исследованиях отмечается, что одним из условий изменения системы ценностей и смыслов выступают исторические, социально-экономические, политические условия, на фоне которых функционирует личность, отражая закономерный процесс развития.

Период зрелости – это время освоения новых социальных ролей, изменения уже приобретенных и формирования новых взглядов, что, несомненно, отражается на ценностно-смысловой сфере личности. Ранняя зрелость определяется возрастными границами 20–25–28 лет. Психологические исследования показывают, что основные изменения от юношеского возраста к периоду зрелости, происходящие в ценностно-смысловой сфере личности, заключаются в том, что романтически окрашенные ценности и ориентиры сменяются более реальными и практичными. Уверенность в своих способностях и возможностях, осознание компетентности и эффективности, с одной стороны, а также принятие ограничений и адекватного уровня притязаний, с другой, создают целостность и обеспечивают важные основы психологического благополучия личности. Основными задачами этого этапа жизни является профессиональное становление и создание семьи. Возрастно-половые особенности ценностно-смысловых ориентаций про-

являются в том, что для мужчин в период ранней зрелости важнейшими ценностями и смыслами становятся творчество и работа, а женщины этого возраста ориентированы на ценности любви и создания семьи.

Анализ социологических исследований показал, что для современной молодежи характерны прагматические тенденции ценностно-смысловых ориентаций: ориентация на материальное благополучие при низкой выраженности созидательно-альтруистической ориентации. Такие категории, как «польза для других» (4,1 %), «стремление помогать людям» (5 %), «уважение и авторитет у окружающих» (17 %), «патриотизм» (20,4 %), имеют не высокую выраженность в системе ценностей молодежи; зато такая категория, как «материальный доход» (61 %) отмечается как одна из приоритетных; современные молодые люди ценят наличие «интересной работы» (48 %); «возможность самостоятельности» (92 %); «побывать в разных странах мира» (93 %); «иметь много свободного времени и проводить его в свое удовольствие» (83 %) [1; 2]. Следует отметить и такой важный факт, как снижение требований к моральным и нравственным нормам, большинство молодежи (55 %) признают, что «успех в жизни зачастую зависит от умения вовремя закрыть глаза на собственные принципы, и чтобы добиться успеха в жизни, иногда приходится переступить моральные принципы и нормы» [1, с. 125]. Что касается важного для молодежи вопроса о проведении досуга, здесь социологи отмечают такие позитивные изменения как, в частности, смещение развлекательных досуговых интересов в сторону все большего стремления к получению информации [1, с. 193]. Социологические данные показывают, что изменение системы ценностных ориентаций российской молодежи сегодня идет преимущественно в направлении вытеснения общественно значимых ценностей индивидуалистскими; в ценностных ориентациях молодежи проявляется эгоистическая тенденция, в противовес альтруистической, отношение к труду выражается в ценности материального вознаграждения [2].

Наше исследование было посвящено изучению психологического содержания ценностно-смысловых ориентиров личности в период ранней зрелости, предполагая, что основные ценности и смыслы молодых людей должны находиться, с одной стороны, в русле основных задач возраста (семейная и профессиональная сферы), а с другой – отражать современные социально-исторические реалии (повышение роли материальной стороны жизни, усиление прагматических тенденций в жизни и сознании при снижении значимости моральных и нравственных категорий). В исследовании приняли участие студенты и работающие молодые люди в возрасте 20–25 лет, всего 200 респондентов. Были использованы методики: тест СЖО Д.А. Леонтьева, методика-фотоисследование Х. Абельса и специально составленная анкета изучения жизненных ориентиров взрослых.

Жизненные ориентиры личности мы понимаем как жизненные смыслы и перспективы, на которые опирается человек, планируя жизненный и професси-

ональный путь. Жизненные ориентиры, являясь мотивационно-ценностной составляющей самоопределения личности, отражают жизненные позиции, ценности, мотивы, планы и особенности социальной активности. В анкете респондентам были предложены вопросы о том, на что в настоящее время направлена их основная жизненная активность. Степень выраженности показателя можно было распределить по шкале от 0 до 4, где 0 баллов – «это сейчас совершенно не важно», 4 балла – «это на данный момент очень важно». С помощью экспертных оценок выделены группы ответов, образующие список из 24 показателей, которые были подвергнуты статистическому анализу. В результате получены 6 факторов жизненных ориентиров, описывающих 56,1 % объясненной дисперсии (табл. 1) с достаточно равномерным распределением по факторам: на 1 фактор пришлось 10,29 %, на 2 фактор – 10,22 %, на 3 фактор – 9,45 %, на 4 фактор – 9,1 %, на 5 фактор – 8,78 %, на 6 фактор – 8,26 % дисперсии.

Таблица 1

Факторы жизненных ориентиров

Фактор	Переменные	Факторная нагрузка
Ориентация на статусность и карьеру	Высокий статус, положение в обществе	,757
	Профессиональная карьера	,741
	Материальная обеспеченность (деньги)	,737
	Красота внешнего облика	,434
Ориентация на самовыражение	Свобода самовыражения	,734
	Возможность выражения собств. мнения	,688
	Занятия творчеством	,652
	Получение информации, новых знаний	,552
Ориентация на сферу личной жизни	Создание семьи, близкие люди	,696
	Религия	,667
	Природа, забота об эколог. благополучии	,643
	Здоровье	,629
Духовно-нравственные ориентиры	Поиск смысла жизни	,795
	Размышления о жизни и смерти	,729
	Гуманизм, ценность человеч. личности	,573
	Патриотизм, проявление гражд. позиции	,455
Ориентация на получение удовольствий в жизни	Развлечения, легкое времяпрепровождение	,782
	Отдых (ТВ, музыка, общение, прогулки)	,745
	Хобби, занятие любимым делом	,541
	Любовь	,513
Ориентация на организацию жизненного пространства	Рациональное распределение времени	,739
	Планирование жизни	,679
	Спортивная форма, здоровый образ жизни	,557
	Интересная работа	,378

Ориентация на статусность и карьеру отражает нацеленность личности на получение заметного места в социуме путем достижения принятого в обществе

статусного положения, построения успешной карьеры, получения материальных благ, соответствия принятым канонам внешней привлекательности. Содержание фактора ориентации на возможность самовыражения заключается в стремлении личности к свободе самопроявления, возможности выражения собственного мнения, получения любой новой информации и знаний, а также в реализации творческого потенциала. Фактор ориентации на сферу личной жизни совмещает в себе стремление создания своей семьи, проявление религиозных настроений, заботу о своем здоровье и окружающей природе. Особенности духовно-нравственных ориентиров отражают направленность личности на нравственные и этические ценности, философско-мировоззренческие категории. Фактор получения удовольствий в жизни содержательно отражает гедонистическую направленность личности, включая стремление к развлечениям и приятному времяпрепровождению. Фактор ориентации на организацию жизненного пространства определяется направленностью личности на организацию, регулирование времени жизни и удовлетворением своего интереса в труде.

Примечательно, что, в отличие от выводов социологических исследований, такие показатели, как «любовь» и «создание семьи», «здоровье» и «поддержание здорового образа жизни», «развлечения» и «получение информации, новых знаний», вошли у респондентов возраста ранней взрослости в разные факторы, т.е. понимание их содержания связано с разными понятиями и разными дополняющими их комплексами характеристик. Возможно, такие противоречия с данными социологических исследований объясняется охватом в них более широкой возрастной группы (18–30 лет), поэтому данные оказались более обобщенными. Очевидно, в период взрослости ценности и смыслы, характерные для более раннего возрастного периода, подвергаются переосмыслению и уступают место другим, более важным, направленным на реализацию нового этапа развития и социализации взрослого человека.

Анализ отдельных параметров жизненных ориентиров позволяет выделить прежде всего такую ориентацию, как «создание семьи, близкие люди» (3,66), ориентацию на личностную свободу и самовыражение (3,34 – «возможность выражения собственного мнения»), а также на самореализацию в содержательном аспекте труда (3,29 – «интересная работа»). Наименее всего выражены такие ориентиры, которые связаны с духовными, моральными, эмоциональными сторонами жизни: «патриотизм» (1,65), «религия» (1,82) и «природа и забота об экологическом благополучии» (2,25). Ориентация на материальную сторону жизни («деньги») заняла 7 место (2,96) и оказалась не столь значимой, как ожидалось. Таким образом, можно говорить, что основные возрастные задачи (создание семьи и профессиональное самоопределение) хорошо осознаются и отражаются респондентами. Однако результаты проективной методики Х. Абельса показывают, что как раз эти составляющие наименее выражены в структуре я-концепции респондентов.

Анализ ответов с помощью экспертных оценок обнаружил, что представленность «я-семейно-ролевого» и «я-профессионального» в общем соотношении элементов я-концепции значительно уступает таким показателям, как «я-досуговое» (проведение свободного времени) и «я-рефлексирующее» (отношение к себе, к другим, к окружающему миру). Осознанное декларирование основных жизненных ориентиров не совпадает с неосознаваемой направленностью личности. Этот результат подтвердили и полученные данные по выделенным факторам анкеты жизненных ориентиров: в целом респонденты в возрасте 20–25 лет ориентированы на такие сферы своей жизни, как «получение удовольствий» и «возможность самовыражения». Полученные результаты проясняются при анализе данных теста СЖО. Несмотря на то, что полученные данные в целом находятся в рамках возрастных нормативов, по шкале «локус-жизнь» получены низкие показатели ($19,66 \pm 4,7$), свидетельствующие об ощущении человека неподвластности жизни сознательному контролю и иллюзорности своих выборов и решений. Наибольшее количество положительных взаимосвязей параметров анкеты жизненных ориентиров («размышления о жизни и смерти», «получение информации», «создание семьи», «забота о природе», «здоровье» обнаружено с показателями шкалы «цели» теста СЖО ($p \leq 0,05$), что соответствует нашему пониманию психологического содержания жизненных ориентиров личности, опирающихся на реализацию важных задач в настоящем и направленных на будущие достижения.

Таким образом, наше исследование ценностно-смысловых ориентиров в ранней взрослости в целом подтвердило предположение об осознанной нацеленности респондентов на решение непосредственных возрастных задач, а также очертило направления психологической поддержки и помощи молодым в их личностном самоопределении, показав, что для современной молодежи осознание тех или иных ориентиров как значимых еще не является критерием реальной сформированности и психологической готовности к их осуществлению.

Литература

1. Горшков М.К., Шереги Ф.Э. Молодежь России: социологический портрет. М.: ЦСП, 2010. Интернет: URL: http://www.isras.ru/files/File/Molodezj_Rossii.pdf
2. Казарина-Волшебная Е.К., Комиссарова И.Г., Турченко В.Н. Парадоксы трансформации ценностных ориентаций российской молодежи // Социологические исследования. 2012. № 6. С. 121–126. Интернет: URL: http://www.isras.ru/files/File/Socis/2012_6/Kazarina.pdf
3. Леонтьев Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. 3-е, испр. изд. М.: Смысл, 2007.

Психологическое благополучие: предикторы и механизмы

Дерманова И.Б.

Конструкт «психологическое благополучие» наиболее часто используется в психологической литературе в интерпретации К. Рифф. Автор проанализи-

рвала наиболее значительные психологические теории, рассматривающие высшие уровни развития человека, и объединила их в целостный конструкт. Многомерная модель «психологического благополучия», предложенная ею, включает такие личностные установки как позитивная самооценка и самопринятие; компетентность как попытка создать окружающую среду, в которой человек может самореализоваться; позитивные отношения с окружающими; необходимый уровень независимости от других и автономности; направленность на личностное развитие и наличие целей в жизни. По мнению автора, психологическое благополучие человека является проблемой выполнения обязательств, принятых на себя, в сочетании с реализацией широкого диапазона человеческих возможностей. При этом она отмечает, что благополучие является многомерным динамическим процессом, а не окончательным состоянием. То есть это и некий синдром и процесс развития. Каковы же психологические механизмы, которые способствуют его развитию, формированию и функционированию? Какими жизненными установками они проявляются? Что является центральным фактором, объединяющим эту структуру в единый симптомокомплекс? Каковы предикторы этого феномена? Эти вопросы в настоящее время изучены еще явно не достаточно.

Мы предположили, что в качестве вероятных механизмов, обеспечивающих формирование и функционирование синдрома психологического благополучия, могут быть рефлексивно-регуляторные характеристики личности (в частности, осмысленность и рефлексивность).

Осмысленность жизни интерпретируется исследователями как показатель наличия смысла и предполагает наличие целей в жизни, принятие жизни в целом (своего прошлого и настоящего) и ощущение самоуправления, «самовыстраивания» своей жизни. Осмысление жизни – процесс рефлексии «себя, своего места в мире». Считается, что осмысленность как осознание смысла позволяет более ясно и адекватно формировать жизненную позицию, более эффективно разрешать межличностные и внутренние конфликты, планировать свое будущее, оценивать и переоценивать прошлое, а также в полной мере ориентироваться в настоящем (Д.А. Леонтьев, Д.Ю. Чернов и др.).

Рефлексивность как свойство личности предполагает способность к самовосприятию содержания своей собственной психики и его анализа (А.В. Карпов). Условно можно обозначить эту характеристику как представление о своей сущности, о своем внутреннем мире, или «мире в себе». И в основе осмысленности и в основе рефлексивности лежит рефлексивный процесс и результат перевода содержимого смыслового поля в область осознаваемого человеком. Другими словами, данные характеристики (и рефлексивность, и осмысленность) также являются одновременно и личностными свойствами человека, и характеристиками внутреннего процесса.

Такое двойственное понимание позволило нам уточнить наше первое предположение следующим образом: данные рефлексивно-регуляторные характеристики, если их рассматривать как свойства личности, могут выступать в качестве предикторов психологического благополучия и определять специфику жизненных установок личности. В то время как процессы осмысления и рефлексии могут выступать в качестве механизмов формирования психологического благополучия как общего и целостного состояния личности.

Следующее наше предположение базировалось на том достаточно известном факте, что процесс осмысления и «себя в мире» и «мира в себе» далеко не всегда протекает на уровне сознания, хотя и является ключом к осознанной саморегуляции (В. Франкл). То есть процесс осмысления сопровождается замещением неосознаваемых механизмов регуляции поведения на осознаваемые.

Проверка этих предположений осуществлялась в ряде магистерских диссертаций, выполненных под нашим руководством. В частности, в магистерской диссертации О.В. Петровой была поставлена задача выявить специфику проявлений рефлексивно-регуляторных характеристик у взрослых с разным уровнем психологического благополучия.

Выборка – 80 человек (36 мужчин и 44 женщины) в возрасте от 25 до 45 лет, жителей Санкт-Петербурга, имеющих или получающих высшее образование. Для исследования психологического благополучия использовалась «Шкала психологического благополучия» (К. Рифф в адаптации Е.Г. Трошихиной и Л.В. Жуковской). Для исследования рефлексивно-регуляторных характеристик – «Диагностика уровня рефлексивности» (А.В. Карпов) и «СЖО» в адаптации Д.А. Леонтьева.

В результате кластерного анализа были выделены 2 кластера (первый – 23 человека; второй – 57 человек). Значимые различия между ними были получены по всем шкалам методики К. Рифф. В первом кластере все показатели имели значимо более низкие значения (при $p \leq 0,001$), что позволило нам рассматривать полученные кластеры как подгруппы с разным уровнем психологического благополучия. Значимых различий по рефлексивности между ними не выявлено, а по показателям осмысленности значимые ($p \leq 0,001$) различия получены по всем шкалам методики СЖО, за исключением шкалы цели. То есть испытуемые с более высоким уровнем психологического благополучия характеризовались также большей удовлетворенностью от процесса и результата жизни и скорее интернальным локусом контроля. Однако основные различия, как мы предполагали, должны были обнаружиться в характере включения этих параметров (в том числе и тех, значимые различия по которым не получены) в структуру синдрома психологического благополучия. Разный характер включения означает, с нашей точки зрения, разные жизненные установки личности. В данном случае под жизненными установками мы пони-

мали разные способы отношения человека с миром. Для того чтобы выявить эти установки, или обобщенные симптомокомплексы исследуемых характеристик в полученных кластерах, нами был проведен факторный анализ (ФА).

В результате ФА в обеих группах было выделено по 3 фактора, объясняющих 94 % и 74 % дисперсии соответственно (табл. 1 и 2).

Таблица 1

Обобщенные показатели психологического благополучия личности и ее рефлексивно-регуляторных характеристик в кластере с низким уровнем психологического благополучия (кластер 1)

Показатели	1 фактор	2 фактор	3 фактор
Автономность			,893
Компетентность	,638	,625	
Личностный рост	-,420	,828	
Позитивные отношения	-,910		
Жизненные цели	,723	-,666	
Самопринятие	-,971		
Цели в жизни	,956		
Процесс жизни		,943	
Результат жизни	,615	,649	-,409
Локус контроля – Я	,933		
Локус контроля – жизнь		,906	
Рефлексивность			,954
Вес	43 %	33 %	18 %

Таблица 2

Обобщенные показатели психологического благополучия личности и ее рефлексивно-регуляторных характеристик в кластере с высоким уровнем психологического благополучия (кластер 2)

Показатели	1 фактор	2 фактор	3 фактор
Автономность		,783	
Компетентность		,892	
Личностный рост		,745	
Позитивные отношения			-,859
Жизненные цели	,778		
Самопринятие	,412	,591	,441
Цели в жизни	,930		
Процесс жизни	,405		,520
Результат жизни	,792		
Локус контроля – Я	,818		
Локус контроля – жизнь	,921		
Рефлексивность			-,606
Вес	37 %	21 %	16 %

Сопоставление первых факторов в обеих кластерных группах обнаруживает, что и те и другие испытуемые в значительной степени проявляют направленность

на достижение целей в жизни, выраженную осмысленность жизни (табл. 1, 2). Однако кластеры с разными уровнями благополучия отличает характер этой осмысленности. При низком психологическом благополучии эта направленность не имеет целью личностный рост (-0,420), носит враждебный по отношению к окружающим людям характер (-0,910) и сочетается с неприятием себя (-0,971), в то время как во втором она, наоборот, предполагает принятие себя (0,412).

Состав вторых факторов также различается. В случае низкого благополучия – это получение удовольствия от жизни при отсутствии поставленных и осмысленных целей (-0,666), в случае более высокого благополучия – направленность на личностное развитие (0,745) и принятие себя (0,591). В третьих факторах различие заключается в разной роли рефлексивности: 1 кластере обнаруживается более интенсивный поиск себя, возможно, в сочетании с излишним «самокопанием» (рефлексивность 0,954) при неудовлетворенности собственной жизнью (-0,409) и высокой автономией (0,893); во втором – обнаруживается общая удовлетворенность собой и жизнью (0,441 и 0,520 соответственно), но без внимания к своему внутреннему миру (-0,606) и во враждебном окружении (-0,859).

По результатам ФА также можно отметить, что показатель «самопринятие» выступил ключевым различием для групп. В группе с низким уровнем благополучия наблюдается скорее неприятие себя (либо он не включен в факторы), а в группе с высоким уровнем – это единственный из исследуемых показателей, присутствующий во всех факторах и положительным весом. Возможно, самопринятие является центральным фактором психологического благополучия.

Интересно также отметить то место, которое занимает рефлексивность. В первом кластере, войдя с положительным знаком в третий фактор, она, как можно предположить из структуры фактора, не способствует активному жизненному планированию, концентрируя энергию человека на анализе себя, а во втором кластере в третьем факторе она игнорируется, не мешая получать удовольствие от жизни.

В целом можно отметить, что жизненные установки испытуемых с низким уровнем психологического благополучия описываются враждебной направленностью к окружающим, отсутствием ориентации на личностный рост, стремлением к получению удовольствия от жизни при отсутствии целей и на фоне неудовлетворенности собой и жизнью в целом. У испытуемых с высоким уровнем психологического благополучия – они меньше связаны с отношением к окружающим, характеризуются самопринятием себя в целом, направленностью на личностное развитие, компетентностью, удовлетворенностью собой, жизнью, но без глубокого внимания к своему внутреннему миру.

Что касается осмысленности в целом, то она в меньшей степени влияет на содержание жизненных установок, но в большей степени – на уровень благополучия, о чем можно судить по значимости различий показателей ос-

мысленности в кластерах. То есть показатели удовлетворенности (Процесс и Результат) и локуса контроля (ЛК-Я и ЛК-Жизнь) могут выступить в виде своего рода маркеров (детерминант или предикторов) психологического благополучия. Однако осознанность целей (Цели) выпадает из общего контекста и не играет роли предиктора благополучия.

Идея о том, что осмысление соотносится с замещением неосознаваемых механизмов регуляции поведения на осознаваемые, проверялась в магистерском исследовании А.В. Никулиной. Для измерения неосознаваемых механизмов регуляции поведения были использованы методики выявления иррациональных установок (опросник А. Эллиса и опросник Р. Джонса) и психологических защитных механизмов (методика «Индекс жизненного стиля» в адаптации ин-та В.М. Бехтерева). Выборка 65 человек (20 мужчин, 45 женщин) периода средней зрелости. Для исследования уровня осмысленности – методика СЖО (в адаптации Д.А. Леонтьева).

Анализ исследуемых показателей в группах с разным уровнем осмысленности жизни обнаружил отсутствие значимых различий по уровневым показателям как иррациональных установок, так и защитных механизмов, что свидетельствует о равной фрустрационной напряженности. Однако регуляция поведения осуществляется в этих группах по-разному: в кластере с высокой осмысленностью структура связей и защитных механизмов и иррациональных установок носит более разрозненный характер. То есть их использование достаточно дифференцированно, они менее связаны друг с другом, оказывают меньшее влияние и не образуют единую структуру, или систему реагирования, а в ситуации фрустрации не подключаются все сразу.

Анализ взаимосвязей психологических защитных механизмов и иррациональных установок с показателями осмысленности жизни в целом по выборке обнаружил их негативные связи за исключением шкалы Цели. То есть удовлетворенность жизнью (Процесс и Результат) и представление о контролируемости формируются практически без участия бессознательных механизмов, а вот осознание цели жизни часто базируется на неосознаваемых защитных механизмах оценки себя и окружающего мира и иррациональных убеждениях.

Профессиональное самоопределение молодых взрослых–выпускников педвуза – актуальная психологическая проблема

Ермилова Е.Е.

Профессиональное самоопределение – явление для психологической науки не новое, но изучено оно в основном относительно периода юности, когда жизненная ситуация ставит перед старшеклассниками задачу определить, какова будет будущая профессия и куда пойти ее осваивать. Вопрос крайне

сложен, поскольку выбор профессии в разные периоды зависел от экономического положения страны, спроса на тех или иных специалистов, общественного престижа профессий.

Ретроспективный взгляд на историю вопроса показывает, что трактовка профессионального самоопределения более-менее однозначна и связана с самостоятельным выбором личностью профессии (М.Р. Гинзбург, Л.А. Головей, Е.А. Климов, Д. Сьюпер, Дж. Холланд и др.). Смещение акцентов во взглядах исследователей наилучшим образом иллюстрирует развитие службы профориентации, которая работает в первую очередь с юношами и девушками (Н.С. Пряжников).

Сегодня в связи с изменениями в обществе обозначается новый круг проблем, в частности, проблема профессионального самоопределения взрослых. Она становится весьма актуальна по ряду причин: 1) Изменяющийся, динамичный рынок труда; 2) Непрерывность образования; 3) Широкие возможности получения дополнительного (второго) образования; 4) Негарантированная занятость по специальности после окончания вуза (в РФ отсутствуют государственные гарантии занятости населения, что определено в ст. 37 Конституции РФ 1994 года: «Труд свободен. Каждый имеет право свободно распоряжаться своими способностями к труду, выбирать род деятельности и профессию»).

При этом, если выбор профессии в юности осознается как проблема (предполагается системная профориентационная работа со школьниками), то в ранней взрослости вопрос остается без должного внимания, хотя, как показывает практика, он не менее актуален. Об этом отчетливо свидетельствуют данные о трудоустройстве выпускников педвузов (в этой области традиционно низкий процент желающих работать по специальности!) – по данным Центра содействия трудоустройству выпускников РГПУ им. А.И. Герцена только 17,2 % выпускников 2010 года дневного отделения трудоустроились по специальности.

Специалисты редко обращаются к исследованию вопроса о том, почему так мало дипломированных педагогов идут работать в школы. Чаще всего причиной называют низкую заработную плату в совокупности с невысоким престижем учительского труда. Действительно, легче отождествлять себя с представителями престижных профессий, быть членом группы, в которой можно думать о себе лучше, чем о представителях других групп (Тайджфел, Тернер, 1979). Здесь речь идет о представлениях индивида о себе как о члене определенной профессиональной группы, что обращает нас к профессиональному самосознанию педагога, с которым связана прежде всего профессиональная идентичность.

В образовательных стандартах (ФГОС ВПО по направлению подготовки 050100 Педагогическое образование) прописаны компетенции, которыми должен обладать педагог (например, п. 5.2 прописывает осознание социальной значимости своей профессии, обладание мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности), что предусматривает, что к выпуску студент станет именовать себе учителем, будет чувствовать причастность к профессиональному сообще-

ству, будет разделять ценности, нормы и убеждения педагогов. Сформированная профессиональная идентичность предполагает, что в структуре Я-концепции значительно увеличится вес Я-профессионального (Ю.П. Поваренков).

Очевидно, что наблюдается разрыв между требованиями стандартов, в которых прописан определенный уровень развития профессионального самосознания выпускников, и реальным его уровнем.

Профидентичность выпускников педвузов не сформирована. За последнее десятилетие это факт остался неизменным, приобретя хронический характер. В начале 2000-х только у 6 % выпускников педвуза сформирована профессиональная педагогическая идентичность [3], в 2013 году процент неизменен 6–7 % [2].

Профессиональное самоопределение взрослых может рассматриваться как осознанный самостоятельный профессиональный выбор, обусловленный профидентичностью. Если в процессе профессионального обучения профидентичность сформирована, то выпускник вуза делает выбор в пользу той специальности, по которой обучался. Если нет, то выбор будет сделан в пользу иной деятельности.

Здесь уместно упомянуть исследование авторитетного портала JOB.RU, проанализировавшего в 2011 году 1000 резюме выпускников московских педвузов. В сфере науки и образования ищут работу только 17,8 % выпускников, столько же – в сфере продажи, закупок и снабжения. Большинство хотят работать в кадровой сфере, управлять персоналом (24,8 %), некоторые стремятся работать администраторами, секретарями (13,5). Представлены и иные профессиональные сферы. Данные говорят о том, что выпускники педвузов идентифицируют себя с кем угодно, кроме учителя.

Такая картина характерна для российского общества нового времени, так как в СССР действовала система распределения выпускников, закреплявшая предоставление работы молодым специалистам («Работа в соответствии с назначением – гражданский долг молодого специалиста» (п.1 приказа Минвуза СССР от 18.03.1968 г. № 220), что являлось обеспечением права советских граждан на труд в соответствии со ст. 118 Конституции СССР). До 1990-х годов XX века речи о том, чтобы не работать по специальности, не шло.

В сегодняшних условиях негарантированной занятости, высокой неопределенности будущего, в отсутствии внешних рычагов управления профессионализации «основным условием конструктивного профессионального развития является становление субъектности человека» [1, с. 33].

Особенно актуальными становятся изучение профидентичности, которая рассматривается авторами как внутренний стержень личности, направляющий ее развитие в профессии (Е.П. Ермолаева, Н.Л. Иванова, Л.Б. Шнейдер, Дж. Марсия, Э. Эриксон). Психологический смысл профессиональной педагогической идентичности таков: субъект считает себя учителем, осознает цели и задачи учительского труда, считает себя частью педагогического сообщества, на вопрос кто Я, обязательно последует ответ: Я – учитель.

Несформированная профессиональная идентичность может быть следствием несовершенства системы обучения или же следствием того, что студенты педвузов не планируют работать по специальности, поэтому и не идентифицируют себя с профессиональным образом (Л.А. Регуш, 2008).

Вероятно, верны обе эти гипотезы.

Доказано, что сензитивным периодом для формирования профидентичности является период ранней взрослости [2]. В 17–18 лет (на начальных этапах обучения) профидентичность повышается, далее следует кризис (в 20 лет), который разрешается неблагоприятно (профидентичность снижается). Это говорит о том, что студент нуждается в поддержке, которую в настоящее время, вероятно, не получает в вузе.

Верно и то, что в настоящий момент основным мотивом поступления в педвузы является желание получить высшее образования (такой мотив высказывают 48,3 % студентов педвузов) (В.В. Марюхина, 2014). Вероятно, у таких студентов отсутствует намерение работать учителем.

Логично, что такой студент учится некачественно – он не интересуется методической литературой, не собирает библиотеку, педпрактику проходит спустя рукава, не проявляет интереса к психологическому миру ребенка, не овладевает методическими приемами на должном уровне, что, в конечном счете, приводит к тому, что он не вникает в суть учительского труда.

Выводы

1. Проблема профессионального самоопределения имеет длительную историю изучения. Практически все авторы связывают профессиональное самоопределение с периодом юности, когда стоит задача определить будущую профессию, выбрать учебное заведение. Вопрос о профессиональном самоопределении в период ранней взрослости практически не изучен, так как в этот период стоит иная задача – адаптироваться в освоенной профессии и приобретать профессиональный опыт. Сегодня в связи с условиями негарантированной занятости профессиональное самоопределение взрослых стало крайне актуальным.
2. Трудоустройство выпускников вузов – молодых взрослых не по специальности – имеет массовый характер и может наносить ущерб самой личности, так как она тратит время впустую, осваивая профессию, которая не пригодится, и государству, которое расходует средства на номинальных специалистов.
3. Причиной трудоустройства выпускников педвузов не по специальности может быть несформированная профидентичность, которая представляет собой субъективное и объективное единство с профессией, с профессиональной группой (Л.Б. Шнейдер, 2007), что может обеспечить надежный фундамент профессионального самоопределения в ранней взрослости.
4. Возникает необходимость в системе специальных мер, направленных на психологическое сопровождение молодых взрослых в период обучения, что в настоящее время, очевидно, реализуется не в полном объеме.

Литература

1. Бендюков М.А. Профессиональное развитие в условиях негарантированной занятости. Психологический анализ. СПб., 2006.
2. Исаева Д.А. Особенности становления личностной и профессиональной идентичности в юности и ранней взрослости: Дис. ... канд. психол. наук. СПб., 2013.
3. Регуш Н.Л. Профессиональная идентичность учителя на разных этапах педагогической деятельности: Дис. ... канд. психол. наук. СПб., 2002.

Зрелость личности и мотивация выбора волонтерской деятельности

Ефремова Е.С.

Термин «зрелость личности» широко используется в психологии и других науках. Вслед за многими авторами мы полагаем, что зрелость психического развития человека – это основа развития его социальной зрелости – устойчивого состояния личности, характеризующегося целостностью, предсказуемостью, социальной направленностью поведения во всех сферах жизнедеятельности [1]. Проходя различные этапы в своем развитии, человек включается в новые отношения с окружающими людьми, с информацией, формирует новое, более глубокое понимание собственной жизни, самого себя. При этом все исследователи этой области выделяют нарастание с годами субъектности (в основе которой лежит развитая рефлексия). Личность, разделяющая гуманистические ценности социума и реализующая их в своем поведении, может считаться социально зрелой [3]. Волонтерское движение активно развивается по всему миру. На это влияют интенсивные изменения в обществе, а также увеличение и проявление социальных проблем для решения которых привлекаются добровольные помощники. Роль волонтерского движения в социальном и экономическом развитии стран, особенно в контексте социальной защиты населения, признана по всему миру. Мы полагаем, что участие в волонтерской деятельности может влиять на развитие социально-психологической зрелости личности и выражается в ориентации на просоциальные мотивы. Предположительно основная мотивация волонтеров находится в таких областях, как личностное развитие, возможность получать специализированные профессиональные навыки в новой для волонтера сфере, а также возможность разнообразного общения и удовлетворение своей потребности помогать другим (альтруизм).

Проблема социализации и толерантного отношения к людям с ограниченными возможностями здоровья является острой и актуальной как в нашей стране, так и по всему миру. С одной стороны, наблюдается рост числа людей с нарушениями здоровья. С другой – отмечается желание людей в обществе взаимодействовать с людьми с ограничениями здоровья, потребность общества в том, чтобы увидеть этих людей, а не проходить мимо, интегрировать их в жизнь общества. В том числе некоторые специалисты отмечают важность под-

держки известными фигурами темы помощи людям с серьезными нарушениями здоровья и организациям, которые целенаправленно помогают таким людям. В нашей стране наблюдается возрастание активности и интереса граждан к поддержке людей с ограниченными возможностями здоровья. При этом результаты исследований поддержки этих групп населения подчеркивают значимость именно безвозмездного (неоплачиваемого) характера оказываемой помощи.

В рамках дипломной работы нами было проведено исследование мотивации волонтерской деятельности. В нем приняли участие 75 человек: 50 волонтеров (25 волонтеров, помогающих людям с ограниченными возможностями здоровья, и 25 волонтеров, чья деятельность не связана с помощью людям с ОВЗ) и 25 человек, не имеющих опыта участия в волонтерской работе. Методический комплекс включал 6 инструментов: Методика диагностики социально-психологических установок личности в мотивационно-потребностной сфере О.Ф. Потемкиной, авторская методика диагностики мотивации волонтеров (Ефремова, Николаева), методика «Диагностика мотивационной структуры личности» В.Э. Мильмана, опросник жизненных установок А. Антоновского (SOC), Тест-опросник самоотношения (В.В. Столин, С.Р. Пантелеев) и полуструктурированное интервью для волонтеров.

По результатам исследования было выявлено, что для волонтеров характерна мотивация, связанная с помощью другим (альтруизм), личностным и профессиональным развитием, а также удовлетворением потребности в коммуникации с другими людьми. Волонтерам, помогающим людям с ограничениями здоровья, были также важны творческий характер деятельности, возможность быть ответственным и влиять на жизнь других людей (помогать другим и ощущать свою нужность). Осознание своей ответственности и социальной пользы выполняемой волонтерами работы является для них принципиально важным отличием такой деятельности от других форм волонтерской работы. Дополнительно волонтеры, работающие с людьми с ОВЗ, отмечают такие важные характеристики, как «возможность внести вклад в жизнь других людей, ответственность перед самим собой и подопечными, доброту и умение ценить то, что есть». Для характеристик самоотношения этой группы волонтеров характерны большая интегрированность, уважение к себе, а также повышенное ожидание оценки обществом их деятельности, чем для людей, не имевших опыт волонтерского участия.

Было показано также, что людей, не имеющих опыта волонтерской работы, в добровольческое движение могут привлечь такие характеристики волонтерской деятельности, как возможность личностного и профессионального развития, коммуникация с близкими по духу людьми, а также творческий компонент [2].

Проведенное нами эмпирическое исследование показало, что волонтеры, работающие с людьми с ОВЗ, имеют отличия, по сравнению с волонтерами

других групп в области мотивации. Таким образом, они часто становятся целенаправленными, а не случайными участниками процесса помощи. Они воспринимают свой выбор помогать именно этой группе людей с тяжелыми нарушениями здоровья как вызов, руководствуясь принципом «кто, если не я». Субъективно они считают свою жизнь намного более изменившейся в положительную сторону под влиянием волонтерства, чем волонтеры других групп. Также нами были выявлены общие черты влияния включения в волонтерскую деятельность, характерные для волонтеров разных сфер. Результаты эмпирического исследования мотивационной сферы показывают, что для волонтеров, помогающих людям с ОВЗ, характерна ориентация на социальную пользу их деятельности в рамках активности и творчества. Эти данные позволяют говорить о том, что добровольческая деятельность имеет отношение к процессу приобретения социально-психологической зрелости.

Литература

1. Кон И.С. Социальная психология. – М.: Воронеж. 1999. – С. 177.
2. Николаева Ю.В. Мотивация деятельности волонтеров, помогающих людям с ограниченными возможностями здоровья: Дипломная работа. ГБОУ ВО МГППУ, Москва, 2015.
3. Сухобская Г.С. Понятие «зрелость социально-психологического развития человека» в контексте андрагогики // Новые знания. 2002. № 4. – С. 17–20.

Теоретический анализ концепции жизнестойкости в зарубежных и отечественных исследованиях

Иванова Е.В.

Ранние работы по жизнестойкости (как и введение термина «hardiness» в 80-х гг. XX в. профессором университета Ирвайн (США) Сальватором Мадди) проводились в первую очередь в зарубежной психологии. Далее стал более распространен термин «resilience» (жизнестойкость). Начальные исследования были ориентированы на детей группы риска, которые смогли выжить в сложных жизненных обстоятельствах. Позднее научная база расширилась за счет исследований жизнестойкости взрослых, особенно в контексте исследований стресса. Так, Зиберт провел мета-анализ психологических исследований жизнестойкости взрослых: от классических исследований, проведенных в конце 1800 – начале 1900 годов Фрейдом, Вундтом, Скиннером, до многочисленных новейших исследований. Зиберт определил, что выстраивание концепции жизнестойкости проходило в несколько этапов. Первоначально многочисленные исследования по адаптации человека к чрезвычайным ситуациям дали толчок к поиску характеристик личности, способствующих жизнестойкости человека. Основное внимание в ходе второго этапа исследований уделялось изучению факторов жизнестойкости. Именно во время этой фазы жизнестойкость была определена как некий процесс, «помогающий» справиться с неприятностями.

Третий этап изучения жизнестойкости ориентирован на концепцию жизнестойкости с точки зрения внутренней мотивации, которая стимулирует людей к поиску смысла жизни, самореализации и гармонии с собой.

Современные зарубежные исследования концепции жизнестойкости можно разделить на две большие группы: жизнестойкость как процесс (К.Е. Уайт (K.E. White), К. Хома (K. Homa), Гх. Х. Джаванмард (Gholam Hossein Javanmard), О. Гхимбалат, А. Опре (Oana Ghimbulut, Adrian Opre); жизнестойкость как состояние, качество (Дж. Сеньонга, В. Оувенс, Д.К. Олема (Joseph Ssenyonga, Vicki Owens, David Kani Olema), А. Мастен (A.S. Masten), К.Ж. Маттерс (Kasee Genevieve Matters), К.Е. Уайт (K.E. White), Унгер и Либенберг (Unger&Liebenberg), Е. Сагон, М.Э. де Каролли (Elisabetta Sagone, Maria Elvira De Caroli). Понимание жизнестойкости как некоего состояния основано на основной посылке западной психологии о наследственных и врожденных, биологических детерминантах развития. То есть жизнестойкость выступает как адаптационное качество или состояние заранее «данное» человеку и его личности. Жизнестойкость как процесс трактуется как синтез биологических и социальных факторов развития, но с преобладанием наследственных, биологических факторов, которые «разворачиваются» под влиянием социального окружения, что характерно для зарубежной психологии. В целом, можно выделить три направления в зарубежных исследованиях: 1) исследования факторов риска жизнестойкости (как способность человека преодолевать проблемы и продолжать развиваться более эффективно, чем ожидалось, несмотря на неблагоприятные условия; ориентированы на детей, растущих в условиях высокого риска, и направлены на определение конкретных переменных и факторов, помогающих или мешающих достичь успешных результатов в жизни); 2) исследование факторов защиты жизнестойкости (возможность индивида приспособиться к стрессорам, недавно испытанным или систематически влияющим (развод, конфликты в семье); качества, которые помогают людям расти, проходя через невзгоды, такие как самооценка, внутренний локус контроля, юмор и сильная система поддержки); 3) исследования жизнестойкости как специфической личностной черты, связанной с эффективным преодолением и достижением положительных результатов в жизни. Таким образом, жизнестойкость трактуется как способность человека с определенными индивидуальными особенностями преодолевать травмирующие ситуации, такие как стихийное бедствие, смерть близкого человека, последствия несчастных случаев, и обращать их во благо собственного личностного роста.

Активные исследования зарубежными учеными проблемы жизнестойкости создали огромную эмпирическую базу и способствовали актуализации интереса к жизнестойкости человека как специфической, отличительной черты его личности. Но во всех выделенных направлениях прослеживается сведение анализа понятия к области адаптации личности, переживанию стресса

в связи с травматическими событиями в жизни, повышению успешности и результативности. Существует группа отечественных исследований, ориентированная в данном направлении.

Наименьшее внимание в зарубежных работах уделено анализу жизнестойкости в связи с ценностными, духовными структурами личности человека. Этот пробел восполняют отечественные исследователи жизнестойкости. Анализ жизнестойкости происходит с точки зрения смыслостроительства, ценностей, внутренней мотивации, ответственности и других экзистенциальных переменных. В связи с этим часто понятие жизнестойкости заменяется различными терминами либо сливается с ними (стойкость, устойчивость, жизнеспособность, жизнестворчество, зрелость и др.). Возможно, это также связано с трудностями при переводе, когда теряется главный смысл, вкладываемый в то или иное понятие.

В отечественной психологии нет понятия полностью идентичного «hardiness» (в дословном переводе – выносливость, а также: стойкость, смелость, крепость, дерзость), введенного С. Мадди и Д. Кошаба, и более современному и часто используемому «resilience» (в дословном переводе – упругость, эластичность). Использование отечественными исследователями термина «жизнестойкость», введенное Д.А. Леонтьевым, по лексическому значению ближе к английскому слову «vitality» (способность) и resistance (сопротивление, жизнестойкость), чем к «resilience». *Жизнестойчивость* – наиболее точный перевод слова «resilience», которая трактуется как способность быстро восстанавливать физические и душевные силы. В этом случае стоит признать, что используемый некоторыми отечественными исследователями термин «жизнеспособность» по смысловой нагрузке и лексическим характеристикам более близок к «resilience», чем термин «жизнестойкость». Следует отметить, что зарубежные исследователи в некоторых работах разделяют понятия «hardiness» и «resilience» и скрывающиеся под этими словами смыслы, выделяя различные понимания концепции жизнестойкости, в других же работах, наоборот, смешивают эти понятия или считают их идентичными. Как уже отмечалось, в отечественных исследованиях происходит не меньшая путаница.

Исследователи жизнеспособности и жизнестойкости находятся в противостоянии. Первые сходятся на том, что жизнеспособность следует понимать значительно шире жизнестойкости. Жизнестойкость является необходимой составляющей в структуре жизнеспособности. Жизнеспособность не просто некий потенциал личности, ресурс развития индивида, который оказывает свое позитивное (или негативное) влияние на адаптацию человека, она есть интегративная система свойств, которая является необходимым условием для продуктивной адаптации и саморегуляции личности [2]. Вторые предупреждают, что, если жизнестойкость будет характеризоваться по своей «нижней границе», а именно по линии жизнеспособности, то надежды на культурное разрешение трудных ситуаций невелики [1].

Большинство исследований жизнестойкости можно разделить на две большие группы. К первой группе относятся исследования жизнестойкости в контексте преодоления стресса и травматического опыта и адаптации к жизни в трудной жизненной ситуации. Многие из этих исследований занимаются проблематикой жизнестойкости и посттравматического стрессового расстройства и посттравматическим личностным ростом. Отечественными психологами исследуется жизнестойкость инвалидов; лиц, перенесших насилие; детей и взрослых, попавших в трудную жизненную ситуацию; лиц, оказавшихся в закрытых учреждениях. Всплеск интереса к проблеме жизнестойкости и ПТСР за рубежом был вызван такими историческими событиями, как террористические атаки 11 сентября 2001 года в США, война в Ираке, последствия урагана Катрина, проблема беженцев (К.Е. Уайт (К.Е. White), 2009). Ко второй группе относятся исследования проблемы жизнестойкости «вне стресса», исследования в рамках теории личности. Подобные работы приводят к переосмыслению (в отличие от зарубежного понимания) понятия жизнестойкости в контексте ценностно-смыслового подхода.

Отечественные исследования жизнестойкости представлены в нескольких направлениях. Первое – жизнестойкость в структуре личности и как экзистенциальная проблема. Жизнестойкость трактуется как личностная черта (Д.А. Леонтьев, А.А. Климов); как (интегральная) характеристика личности (С.В. Книжникова, Т.В. Наливайко, Д.А. Циринг, О.А. Юрина, Т.В. Володина, А.Н. Фомина); как личностное качество (Е.А. Байер, Т.М. Каневская, Г.В. Ванаква); как психологическое свойство личности, система навыков и установок (С.А. Богомаз, М.А. Одинцова, Е.Г. Шубникова, И.А. Баева, Н.Н. Баев); как психологическое образование, система убеждений (М.В. Логинова, Т.В. Конюхова, Е.Т. Конюхова, Н.О. Леоненко); как способность (Л.А. Александрова, И.Я. Гурович, Я.А. Сторожакова). Второе – жизнестойкость как проявление интегральной индивидуальности (уровневый подход) (В.Д. Шадриков, Т.В. Наливайко, А.Н. Фомина, Л.Н. Молчанова, А.И. Редькин). Третье – жизнестойкость как ресурс (А.А. Криулина, С.Л. Рубинштейн, Б.Г. Ананьев, Е.И. Рассказова, Р.И. Стецишин, Л.Л. Крючкова, С.А. Калашникова, М.А. Одинцова, Е.Г. Шубникова). Четвертое – жизнестойкость в контексте психического развития. Жизнестойкость выступает как критерий психического развития (М.В. Богданова, О.В. Хухлаева), как фактор защиты и благоприятного развития (Н.М. Волобуева, Е.В. Шварева, Т.О. Арчакова).

Итак, жизнестойкость – это многоуровневая структура, интегральная характеристика личности, которая может быть и ресурсом личностного развития и ее критерием. Наиболее ярко жизнестойкость проявляется в ситуации стресса, в повседневной жизни она характеризуется полноценным функционированием человека, стремлением индивида не просто существовать, а проживать свою жизнь продуктивно, творчески, активно и ответственно. Жизнестойкий человек – это ангажированный человек (М. Мамардашвили,

Д.А. Леонтьев). Жизнестойкость – тайна человеческой природы, это тот «секрет», который способствует выживанию человеческого вида во все времена. Жизнестойкость, более того, жизнелюбие, это «ключ» к спасению человека на нашей планете в случае больших войн и природных катастроф.

В заключение хочется отметить еще один современный феномен, несомненно, связанный с жизнестойкостью. В последнее время на фоне мирового экономического кризиса и процессов глобализации социологами выделено так называемое «потерянное поколение» молодежи – поколение «ни-ни», которое распространилось в странах средиземноморья, Латинской Америки, восточных странах (Япония, Южная Корея), и, затем, в западноевропейских странах и в некоторых восточноевропейских странах [3]. Поколение «ни-ни» (исп. La generacion Ni-Ni: los que ni estudian ni trabajan, букв. «не учатся и не работают, не занимаются ни тем, ни другим») – социальный феномен, возникший в Испании в силу различных факторов экономического, социального и политического характера, когда молодежь в возрасте 16–34 лет не работает и не учится, а живет за счет своей семьи, родителей, государственных дотаций. В Австрии, Великобритании, Канаде это понятие описывается аббревиатурой NEET (Not in Employment, Education or Training), в Японии – «хикки», от японского «хикикомори». Социологи (проект «Благополучие и счастье испанской молодежи», 2007 год), разбираясь в причинах появления такого безынициативного поколения молодых людей, говорят о том, что среда побуждает их становиться таковыми. Экономические проблемы, безработица, неблагоприятный миграционный фон, помощь государства, которая непроизвольно воспитывает беспомощность у своих граждан, заставляют молодых людей вплоть до 30 лет проживать и, главное, существовать за счет своих родителей, жизнь «здесь и сейчас», без планирования своего будущего ввиду общей нестабильности. Происходят изменения в личностных характеристиках таких людей, снижение личной ответственности, активности, интереса к жизни. «Вирус уныния» заражает молодежь этих стран с катастрофической скоростью, по данным OECD (Organisation for Economic Co-operation and Development). Мы обращаемся к этому новому социальному мало изученному феномену «поколение ни-ни» для того, чтобы обратить внимание на схожесть содержательных характеристик NEET и сниженного уровня жизнестойкости или отсутствия таковой. Сниженный познавательный интерес, отсутствие «вдохновения» в жизни, нежелание рисковать, ощущение бесконтрольности над ходом своей жизни схожи с компонентами жизнестойкости (вовлеченность, контроль, принятие риска). Поколение «ни-ни» как новый социальный феномен не только в зарубежных странах, но и в нашей стране, дает широкую платформу для дальнейших исследований в контексте концепции жизнестойкости.

Литература

1. Байер Е.А. Реализация новой педагогической системы формирования жизнестойкости детей-сирот в условиях детского дома // Вестник спортивной науки. 2012. № 1.

2. *Логинова М.В.* Психологическое содержание жизнестойкости личности студентов: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2010.
3. *Yates S., Payne M.* Not so NEET? A Critique of the Use of 'NEET' in Setting Targets for Interventions with Young People (subscription required)// *Journal of Youth Studies*.2006. 9 (3).

Особенности социально-психологической адаптации у лиц с разным уровнем социального интеллекта

Иванов Д.В.

В настоящее время одной из важных проблем психологии является проблема социального развития и адаптации личности. Успешная адаптация является непременным условием полноценной жизнедеятельности человека. Социальный интеллект оценивается как особая способность личности, которая формируется в процессе осуществления межличностного взаимодействия, в сфере социальных взаимоотношений и общения. Этот чрезвычайно важный – социальный, вид интеллекта включает в себя также способность вести переговоры и обходить преграды в виде конфликтных ситуаций, умение устоять в случае ошибок, а в конечном итоге – благополучно прийти к финишу.

По мнению В. Мухиной, Г.М. Бреслава, А.П. Краковского, Ф. Райса, наиболее интенсивное развитие социального интеллекта происходит в студенческие годы, поэтому именно этот возраст является сенситивным для развития личностной и эмоциональной сфер. В этот период увеличивается круг общения личности, развиваются способность переживать за другого без непосредственного восприятия его чувств, способность умения встать на точку зрения другого человека, отличать свою точку зрения от других возможных. Именно поэтому так актуальна проблема социально-психологической адаптации в рамках изучения социального интеллекта в юношеском возрасте.

Роль социального интеллекта в процессе прохождения социально-психологической адаптации наиболее емкостно отражается в учебно-профессиональной среде.

По мнению В.С. Мухиной, именно юношеский возраст (от 17 до 21 лет) является периодом особенно интенсивного освоения окружающей социальной среды [6, с. 43]. С точки зрения Г.М. Бреслава, А.П. Краковского, Ф. Райса, юношеский возраст сензитивен для социального и эмоционального, интенсивного личностного развития. Как показал анализ ряда исследований, развитие социальных и коммуникативных способностей у юношей и девушек обусловлено потребностью в самоутверждении и популярности и включает развитие качеств личности, способствующих общению, социальных умений и навыков, усвоение социальных ролей и полоролевых стереотипов [2, с. 46].

Формирование коммуникативных умений способствует повышению мотивации студентов, содействует установлению межпредметных связей. Это

способствует развитию познавательной активности, воображения, самодисциплины, навыков совместной деятельности.

Стоит отметить, что на успешность учебно-профессиональной деятельности оказывает влияние эффективное прохождение социально-психологической адаптации.

Так, в исследования Т.А. Панковой установлено, что у студентов, имеющих благоприятное прохождение адаптации к новым социальным условиям, учебно-профессиональной деятельности, представлен высокий уровень развития социального интеллекта. Такие студенты занимают лидерские позиции в группе, способны контролировать свое поведение и брать на себя ответственность. Студенты, имеющие низкие значения по социальному интеллекту, слабо адаптированы к учебному процессу и режиму. Проявляют быструю утомляемость, при решении групповых вопросов малоактивны, чаще всего имеют низкие показатели по учебным дисциплинам. Такие студенты недостаточно управляют своим поведением, и эмоциональными реакциями, имеют трудности с распознаванием истинных смыслов невербального общения, что, в конечном счете, отражается на формировании мотивационно-потребностной сферы.

Таким образом, проанализировав психологические аспекты взаимосвязи социального интеллекта и социально-психологической адаптации, можно сделать вывод, что в юношеском возрасте актуальным является взаимодействие и формирование межличностных отношений, под которыми понимается не только умение вступать в контакт и вести разговор с собеседником, но и умение внимательно и активно слушать и слышать. Осознание особенностей себя и других людей влияет на конструктивный ход общения. Это благотворно влияет на развитие социальной адаптированности личности в целом.

Нами проведено исследование особенностей социально-психологической адаптации у лиц с разным уровнем социального интеллекта. В качестве методик исследования использовались: методика исследования социального интеллекта Дж. Гилфорда; методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса – Р. Даймонд. Методика исследования социального интеллекта Дж. Гилфорда включает четыре субтеста, из них три составлены на невербальном стимульном материале и один – на вербальном. Методика К. Роджерса – Р. Даймонд предназначена для диагностики особенностей адаптационных механизмов личности через интегральные качества «стремление к доминированию», «прятие других», «эмоциональная комфортность», «самопрятие», «интернальность», «адаптация».

В исследовании приняли участие 20 человек в возрасте 18–35 лет. В результате измерения социального интеллекта установлено, что в целом по выборке из 20 человек 35 % студентов (7 человек) имеют уровень социального интеллекта ниже среднего (стандартное значение 2); 65 % студентов (13 человек) имеют средний уровень социального интеллекта (стандартное значе-

ние 3). Студентов с высоким уровнем социального интеллекта не выявлено. Сравнение групп осуществлялось с помощью непараметрического критерия Манна-Уитни посредством статистического пакета SPSS 21.0.

Исследование показало, что у испытуемых с уровнем социального интеллекта ниже среднего по отношению к лицам со средним уровнем социального интеллекта лучше выражены показатели:

Интернальность – это говорит о том, что они более ответственны, полагают, что происходящие с ними события являются результатом их деятельности (74,14 / 68,61).

Адаптация – это говорит о том, что они более активно приспосабливаются к условиям социальной среды и видам взаимодействия личности с социальной средой (70,28 / 66,38).

Эмоциональный комфорт – это говорит о более высоком преобладании у них положительных эмоций и ощущении благополучия своей жизни (69,42 / 58,23).

Принятие других – это говорит о принятии людей; одобрение их жизни и отношение к себе в целом; ожидание позитивного отношения к себе окружающих (66,57 / 60,53).

У испытуемых с уровнем социального интеллекта ниже среднего по отношению к лицам со средним уровнем социального интеллекта менее выражены следующие показатели:

Самопринятие – это говорит о том, что у испытуемых по отношению к собственному «Я» менее преобладают: одобрение себя в целом и в существенных частностях; доверие к себе и позитивная самооценка себя (66,00 / 74,00).

Стремление к доминированию – это говорит о меньшем преобладании у испытуемых склонности к подчинению, мягкости, покорности (45,28 / 54,61).

Сравнительные данные средних значений показателей социально-психологической адаптации в группах с уровнем социального интеллекта ниже среднего и средним уровнем социального интеллекта

:	Группа с уровнем социального интеллекта ниже среднего		Группа со средним уровнем социального интеллекта	
	Среднее значение	Станд. откл.	Среднее значение	Станд. откл.
Адаптация	70,28	17,06	66,38	10,87
Самопринятие:	66,00	22,49	74,00	13,49
Принятие других	66,57	23,97	60,53	12,11
Эмоциональный комфорт	69,42	15,65	58,23	16,46
Интернальность	74,14	20,50	68,61	12,98
Стремление к доминированию	45,28	18,21	54,61	14,25

Вместе с тем расчет значимости различий по критерию Манна-Уитни показал, что выявленные различия не достоверны, следовательно, мы можем

говор о них только на уровне тенденции. Это может быть связано с размером выборки испытуемых, с тем, что среди обследуемых лиц было выявлено лишь два уровня социального интеллекта.

По итогам применения статистического критерия Манна-Уитни было установлено, что нет различий между студентами с уровнем социального интеллекта ниже среднего и средним уровнем по показателям: адаптация, самопринятие, принятие других, эмоциональный комфорт, интернальность, стремление к доминированию.

Таким образом, мы можем предположить, что различий нет из-за сравнительно небольшой выборки испытуемых и из-за наличия групп испытуемых всего лишь с двумя уровнями социального интеллекта (ниже среднего и средним уровнем) из пяти возможных (высокий, выше среднего, средний, ниже среднего, низкий) по методике Гилфорда.

Отсюда вытекает предположение о необходимости проведения более масштабного исследования в данной области, что позволит выявить различия между группами студентов.

Литература

1. *Абульханова-Славская К.А.* Социальное мышление личности: проблемы и стратегии исследования // Психологический журнал. 2004. № 4. С. 39–55.
2. *Бодалев А.А.* Вершина в развитии взрослого человека: характеристики и условия достижения. М. : Флинта : Наука, 2008. 168 с.
3. *Бьюзен Т.* Могущество социального интеллекта. Минск: ПОПУРРИ, 2010. 208 с.
4. *Резванова И.Ю.* Социальная адаптация личности : теоретико-методологические основы // Вестник Пятигорского гос. лингвистического ун-та. 2012. № 2. С. 437–440.
5. *Симаева И.Н.* Психология адаптации личности к изменениям жизнедеятельности: Автореф. дис. ... д-ра психол. наук.. СПб., 2011. 42 с.
6. *Першина Л.А.* Возрастная психология [Текст] : учеб. пособие для вузов / Л.А. Першина. – 2-е изд. – М. : Академический проект: Альма Матер, 2009. 256 с.

Творческие возможности и креативность на разных этапах взросления

Ивахненко О.Н.

Развитие современного общества требует от человека качеств, позволяющих творчески и продуктивно подходить к любым изменениям. К признакам, требующим реализации креативности, можно отнести множественность вероятностных решений в жизненных ситуациях современного мира, противоречивость данных в ситуациях, а также непредсказуемость.

Существуют три точки зрения на развитие креативности в онтогенезе в зарубежных и отечественных исследованиях. Одни исследователи полагают, что происходит постепенный непрерывный рост креативности с возрастом (Обухова Л.Ф., Чурбанова С.М., 1994). Е.С. Белова (1995, 2000, 2004) М.А. Сорокина

(1997) Е.И. Щебланова (2004) и др. Другие считают, что по мере приобретения знаний креативность снижается (Олехнович М.О., 1997; Шумакова Н.Б., 2004; Фидельман М.И., 1994; Юркевич В.С., 1996; М.В. Фор, 2007 и др.) Ученые, придерживающиеся третьей точки зрения, отстаивают представление о колебательном характере развития креативности. (Torrance, 1974, Жукова Е.С., 1997).

Л.Ф. Обухова, С.М. Чурбанова (1994), Е.С. Белова (1995, 2000, 2004) обнаружили, что детей с высокой креативностью среди шестилеток в два раза больше, чем среди пятилеток (соответственно 68,4 % и 31,6 %). М.С. Семилеткина (1998, 1999), Е.И. Щебланова (2004) зафиксировали увеличение у детей всех показателей креативности (по тесту П. Торренса, фигурная форма «беглость», «оригинальность», «разработанность», «сопротивление замыканию» и «абстрактность названий») в течение 6 месяцев в 1-м и во 2-м классах. Е.И. Банзелюк (2008) выявлено увеличение креативности от 6 до 8 лет; однако в период от 8 до 9 лет рост показателей креативности снижается [1; 2].

М.О. Олехнович (1997); Н.Б. Шумакова (2004); М.И. Фидельман (1994); В.С. Юркевич (1996), считают, что по мере приобретения знаний креативность ребенка снижается (тест П. Торренса, фигурная форма «беглость», «оригинальность», «разработанность», «сопротивление замыканию» и «абстрактность названий») Шумакова пишет, что дети до 6 лет проявляют высокую креативность, однако к 11 годам она снижается, но при этом меняется ее качественный характер. Вопросы приобретают структуру гипотез, сужается их содержательная широта, но появляются новые вопросы, имеющие личностный смысл. С 15 лет заметно возрастают различия в проявлениях креативности [2].

Е.С. Жуковой (1997) в результате анализа было отмечена нестабильность характеристик креативности в старшем дошкольном и младшем школьном возрасте: спад у одних детей, подъем у других, стабильность у третьих. При этом одни показатели с возрастом увеличиваются, а другие – снижаются.

П. Торренс полагает, что пики в развитии креативности приходится на дошкольный возраст (5 лет), младший школьный возраст, а также на подростковый и старший школьный возраст (9, 13 и 17 лет). Примерно каждые четыре года наблюдается пик креативности.

Динамика изучения креативности в 4 субъектах М.В. Фор (2007) показала, что средние оценки снижаются от одной возрастной группы к другой: 18–25 лет, 26–46 лет и 47–60 лет. Это касается таких показателей креативности, как беглость, оригинальность и гибкость. Автор объясняет это тем, что по мере увеличения с возрастом жизненного опыта человек все реже попадает в ситуации, в которых необходимо искать новые решения, и креативность становится все менее востребованной [3].

Цель исследования: изучить особенности креативности личности в разных социальных и возрастных группах.

Гипотеза исследования: показатели креативности по ряду критериев (беглость, оригинальность, уникальность, абстрактность названия, сопротив-

ление замыканию, разработанность, использование цвета) у актеров будут выше, чем у других людей разных возрастных групп.

Задачи исследования:

1. Адаптация психодиагностической методики определения креативности «Каракули» П. Торренса.
2. Изучение проявления креативности в разных возрастных группах.

Методика исследования – модификация теста «Каракули» батареи креативности Торренса, которая включала в себя исследование креативности по ряду критериев: «беглость», «оригинальность», «уникальность», «абстрактность названия», «сопротивление замыканию», «разработанность», а также «использование цвета». В методике использовались дополнительные показатели, чтобы расширить диагностику и более подробно и объективно рассмотреть проявления креативности в разных возрастных группах.

Результаты исследования позволили нам выделить особенности следующих показателей креативности: «беглость», «уникальность», «оригинальность», «разработанность», «сопротивление замыканию», «абстрактность названий» и использование цвета в рисунке. Среди всех показателей особые характеристики мы получили по таким показателям как «использование цвета» и «уникальность».

«Уникальность» – сумма уникальных картинок, т.е. картинок, которые больше ни у кого не встречаются.

«Использование цвета» – выполняющим задание кладутся цветные карандаши на стол, т.е. возможность сделать рисунки цветными есть, но не все используют предлагаемую возможность.

В проведенном исследовании приняли участие 135 человек в возрасте с 7 до 50 лет. Это учащиеся ГБОУ СОШ № 549 с 1 по 8 класс, педагоги этой школы, а также профессиональные актеры, которые составили контрольную группу. Из 1–2 классов в общей сложности приняли участие 60 человек, из них впоследствии дальнейших исследований оказалось, что 1 человек, занимается в художественной студии и 8 человек занимаются в течение 1 года в театральной студии. Из 7–8 класса приняло участие 60 человек, из них 1 человек занимается в художественной студии и 2 человека занимаются в театральной студии. Из группы взрослых людей приняли участие 8 человек, были выбраны педагоги школы, один человек занимался в театральной студии в школьные годы.

Результаты изучения креативности позволили выделить следующее: анализ средних показателей значения креативности показывает, что на 1-м месте актеры (8,6 балла), на 2-м месте взрослые (5,1 балла), на 3-м месте учащиеся средней школы, 7–8 класс (4,4 балла), на 4-м месте учащиеся начальной школы, 1–2 класс (4,0 балла). Результаты показателей креативности по самой лучшей картинке по всем критериям креативности распределились следующим образом: на 1-м месте картинка актеров (17 баллов), на 2-м месте картинка учащихся средней школы, 8 класс (13 баллов), на 3-м

и 4-м месте картинка взрослых и учащихся начальной школы (11 баллов). По самому высокому показателю креативности в каждой возрастной группе на 1-м месте актеры (11,0 баллов), на 2-м месте учащиеся средней школы, 7–8 класс (8,4 балла), на 3-м месте учащиеся начальной школы, 1–2 класс (7,7 баллов), на 4-м месте взрослые (7,3 балла).

Выделены особенности показателя креативности при исследовании по самой лучшей картинке. Во-первых, результаты выше у испытуемых, которые когда-либо или в данный период жизни занимаются творчеством. Во-вторых, среди всех участников исследования в каждой возрастной группе именно те, кто занимались или занимаются актерским мастерством, показали более лучшие результаты, чем другие творческие личности, хотя их результаты тоже отличались достаточно высокими показателями. Также можно выделить, что все указанные выше показатели у профессиональных актеров существенно выше, чем у детей и других взрослых. Основным показателем здесь можно считать уникальность, т.е. актеры рисовали существенно новое, не похожее ни на что.

В результате проведенных исследований можно сделать следующие **выводы**.

1. При изучении уровня креативности в разных возрастных группах показано, что наиболее высокий уровень креативности у актеров. В основе высокого уровня лежит отличие характера исполнения рисунков.
2. Показатели креативности в разных возрастных группах позволили выделить отличие группы актеров от всех других групп. В группе взрослых и учащихся младшей школы наблюдается средний уровень креативности. Более высокие результаты группа взрослых показала только по критерию «среднее значение креативности». Учащиеся средней школы имеют показатели выше, чем у взрослых, по критериям «самая лучшая картинка» и «самый высокий показатель креативности в данной возрастной группе».
3. В каждой из изучаемых групп выделены индивидуальные показатели креативности, которые могут свидетельствовать о проявлении творческих способностей и высокого развития творчества. Наибольшее количество высоких уровней и индивидуальности оказалось в группе актеров, которая состоит из более творческих людей, по сравнению с другими группами.
4. По мнению большинства исследователей, креативность можно развивать. При создании условий непрерывного развития показателя креативности в группах школьников можно добиться высокого уровня ее развития.
5. Одним из способов развития креативности мы считаем средства актерского мастерства. Как средства актерского мастерства способствуют развитию креативности, будет известно в следующем исследовании.

Литература

1. Банзлюк Е.И. Возрастная динамика показателей креативности у детей 6–9 лет // Вопросы психологии. 2008. № 3.

2. Ильин Е.П. Психология творчества, креативности, одаренности. СПб., 2012.
3. Фор М.В. Динамика интеллекта и креативности в период взрослости // Ананьевские чтения, 2007: Материалы научно-практической конференции. СПб., 2007.

Структура эмоционального интеллекта в юношеском возрасте

Кочетова Ю.А.

Эмоциональный интеллект – это особая способность человека распознавать эмоции, понимать намерения, мотивацию и желания других людей и свои собственные, а также способность управлять своими эмоциями и эмоциями других людей в целях решения практических задач.

Понятие эмоционального интеллекта появилось как реакция на частую неспособность традиционных тестов интеллекта предсказать успешность человека в карьере и в жизни. Этому было найдено объяснение, состоявшее в том, что успешные люди способны к эффективному взаимодействию с другими людьми, основанному на эмоциональных связях, и к эффективному управлению своими собственными эмоциями, в то время как принятое понятие интеллекта не включало эти аспекты, и тесты интеллекта не оценивали эти способности [3].

Довольно широко проблема эмоционального интеллекта разрабатывалась в рамках зарубежной психологии. Теория эмоциональной компетентности Д. Гоулмена, теория эмоционально-интеллектуальных способностей Дж. Майера, П. Саловея, Д. Карузо, теория эмоционального интеллекта Н. Холла, некогнитивная теория эмоционального интеллекта Р. Бар-Она дают возможность раскрыть понятие эмоционального интеллекта.

Дж. Мэйер и П. Сэловой утверждают, что на данный момент разработанные теории эмоционального интеллекта можно разделить на два класса: смешанные модели и модели способностей [4, с. 94].

Дж. Мэйер и соавторы предложили основную модель эмоционального интеллекта как способности [1]. Остановимся на данной модели и рассмотрим ее более подробно.

Эмоциональный интеллект интерпретируется как способность понимания эмоций и эмоциональных знаний, а также способность управления эмоциями, которая содействует эмоциональному и интеллектуальному росту личности: «Человеческое мышление не ограничивается рассудочной калькуляцией. Хотя взаимосвязи эмоций и интеллекта очень разнообразны, лишь некоторые из них делают нас по настоящему умнее. И эту довольно ограниченную сферу взаимного пересечения и влияния можно определить как эмоциональный интеллект» [2, с. 87] (табл. 1).

Эмоциональный интеллект в русле данной модели определяется как набор иерархически организованных когнитивных способностей, которые связаны с переработкой информации.

Таблица 1

Модель эмоционального интеллекта Дж. Мэйера и П. Сэловейя

Осознанная регуляция эмоций, повышение уровня эмоционального и интеллектуального развития			
Способность оставаться открытым для чувств – как для тех, которые приятны, так и для тех, которые не приятны.	Способность осознанно вовлекаться или отделяться от эмоций в зависимости от ее оцененной информативности или полезности.	Способность осознанно отслеживать свои и чужие эмоции для их распознавания: насколько они ясны, типичны, важны или разумны.	Способность управлять эмоцией в себе и других, смягчая отрицательные эмоции и усиливая приятные, не подавляя и не увеличивая при этом информацию, которую они могут передавать.
Понимание и анализ эмоций, использование эмоционального знания			
Способность обозначать эмоции и распознавать соотношения между словами и самими эмоциями, например соотношение между симпатией и любовью.	Способность интерпретировать значения, в которых эмоции передают взаимосвязи, например, печаль часто сопровождается потерю.	Способность понимать комплексные чувства: одновременные чувства любви и ненависти, или смешанные, такие как страх, представляющий собой комбинацию страха и удивления.	Способность признавать вероятность переходов эмоций, например, переход от гнева к удовлетворению, или от гнева к позору.
Использование эмоций для повышения эффективности мышления			
Эмоции располагают по приоритетам размышление, направляя внимание к важной информации.	Эмоции достаточно яркие и доступны, они могут быть сгенерированы как средства суждения и памяти относительно чувств.	Эмоциональное колебание настроения изменяет точку зрения человека от оптимистической до пессимистической, обуславливает размышление с различных точек зрения.	Эмоциональные состояния дифференцированно поддерживают подходы к определенным проблемы, например, счастье облегчает индуктивное рассуждение и творческий потенциал.
Восприятие, оценка и выражение эмоций			
Способность идентифицировать эмоцию в физических состояниях, чувствах и мыслях.	Способность идентифицировать эмоции в других людях, дизайне, художественных работах и т.д. через язык, звук, внешний вид и поведение.	Способность выразить эмоции безошибочно, выразить потребности, связанные с соответствующими чувствами.	Способность видеть различия между подлинными и неискренними эмоциями, честными или нечестными выражениями чувств.

Их можно объединить в четыре «ветви»:

- восприятие эмоций;
- понимание эмоций;
- повышение эффективности мышления с помощью эмоций;
- управление эмоциями (Дж. Мэйер с соавт., 1997).

Таким образом, появление термина «эмоциональный интеллект» позволило нам на новом уровне перейти к изучению идеи о единстве аффекта и

интеллекта, высказанной Л.С. Выготским еще в начале XX века. Также в отечественной психологии связь мышления и эмоций отражена в концепциях С.Л. Рубинштейна, А.Н. Леонтьева, Б.В. Зейгарник и др. Отечественные ученые говорили о связи аффекта и интеллекта, об эмоциях как движущих мотивах, побуждающих мышление, о роли эмоций в познавательных процессах. Интеллектуальные процессы неотделимы от эмоциональных (Л.С. Выготский, С.Л. Рубинштейн), и выделение эмоционального интеллекта как особой, отдельной структуры служит для удобства изучения роли эмоций в познании и жизнедеятельности людей. В дальнейшем проводились исследования влияния эмоционального интеллекта на успешность в различных видах деятельности (И.Е. Егоров, А.С. Петровская, С.П. Деревянко и др.), изучались структура и методы исследования эмоционального интеллекта (Д.В. Люсин, Э.Л. Носенко, М.А. Мануйлова, Н.В. Ковригина, О.И. Власова, И.Н. Андреева, Т.П. Березовская, И.В. Плужников и др.) и пр.

Если обобщить взгляды отечественных и зарубежных авторов на понятие эмоционального интеллекта, то под данным феноменом понимают способность видеть отношения личности, репрезентируемые в эмоциях и управлять эмоциональной сферой на основе принятия решений (Н. Холл), то есть способность к пониманию и управлению эмоциями, как своими собственными, так и чужими (Д.В. Люсин).

В своих исследованиях Д. Гоулмен продемонстрировал, что «жизненный успех человека определяется не столько общим уровнем умственного развития, сколько теми особенностями его разума, которые определяют способность к самопознанию и эмоциональной саморегуляции, умение выражать свои чувства, понимать и тонко реагировать на состояние других людей» [2].

В юношеском возрасте развитие эмоционального интеллекта как способности управлять своими эмоциями, достигая более высокого уровня саморегуляции и произвольности поведения, значительно повышает успешность любого вида деятельности, коммуникативные способности и многое другое. Феномен эмоционального интеллекта признается во всем мире, неоспоримы важность и необходимость развития составляющих его компонентов с целью повышения успешности во многих сферах деятельности. Тем не менее, анализ литературных источников позволяет обнаружить пробелы в понимании механизмов его формирования в юношеском возрасте, поскольку большинство исследований направлено на изучение эмоционального интеллекта зрелой личности.

Исходя из вышесказанного, возникла необходимость проведения исследования эмоционального интеллекта в юношеском возрасте.

Цель исследования: выявить ведущие компоненты эмоционального интеллекта в юношеском возрасте.

Было выдвинуто предположение о том, что в юношеском возрасте существует особая структура эмоционального интеллекта, отличная от эмоционального интеллекта взрослых.

С целью диагностики эмоционального интеллекта применялись следующие **методики**: опросник «ЭМИн» (Д.В. Люсин), методика «Оценки эмоционального интеллекта» (Н. Холл). Обработка результатов проводилась с помощью **математических методов**: статистические методы (критерий Манна-Уитни, корреляционный анализ) с использованием пакетов IBM SPSS Statistics 22 («Statistical Package for the Social Sciences»).

Генеральную совокупность составили юноши и девушки от 16 до 17 лет, обучающиеся в средних общеобразовательных школах в условиях мегаполиса, 190 человек.

В исследовании представлены новые эмпирические факты, позволяющие уточнить выраженность структурных компонентов эмоционального интеллекта в юношеском возрасте.

Методика «ЭМИн» (Д.В. Люсин) и опросник «Оценки эмоционального интеллекта» (Н. Холл) позволили проанализировать структуру эмоционального интеллекта в юношеском возрасте и выявить его ведущие компоненты.

Результаты по методике Д.В. Люсина «ЭМИн» представлены в таблице, где показаны данные характеризующие уровень развития эмоционального интеллекта среди современных юношей (табл. 2).

Таблица 2

**Результаты проведения опросника «ЭМИн» (Д.В. Люсин)
(основные компоненты), %**

	Очень низкие значения	Низкие значения	Средние значения	Высокие значения	Очень высокие значения
МП	26	20	33	18	3
МУ	26	28	36	10	0
ВП	33	20	29	16	3
ВУ	26	23	33	6	11
ВЭ	13	21	31	20	15
МЭИ	29	26	36	8	5
ВЭИ	31	15	29	20	5
ПЭ	31	20	38	8	3
УЭ	28	21	28	16	6
ОЭИ	24	29	24	20	5

В таблице 2 представлены значения по уровню развития эмоционального интеллекта и его основных компонентов:

- *МП (понимание чужих эмоций).*

Способность понимать эмоциональное состояние человека на основе внешних проявлений эмоций (мимика, жестикуляция, звучание голоса) и/или интуитивно; чуткость к внутренним состояниям других людей.

- *МУ (управление чужими эмоциями).*

Способность вызывать у других людей те или иные эмоции, снижать интенсивность нежелательных эмоций. Возможно, склонность к манипулированию людьми.

- *ВП (понимание своих эмоций).*

Способность к осознанию своих эмоций: их распознавание и идентификация, понимание причин, способность к вербальному описанию.

- *ВУ (управление своими эмоциями).*

Способность и потребность управлять своими эмоциями, вызывать и поддерживать желательные эмоции и держать под контролем нежелательные.

- *ВЭ (контроль экспрессии).*

Способность контролировать внешние проявления своих эмоций.

Также представлены компоненты широкого порядка, которые также были выделены в процентном соотношении в выборке юношей:

- *МЭИ (межличностный ЭИ).*

Способность к пониманию эмоций других людей и управлению ими.

- *ВЭИ (внутриличностный ЭИ).*

Способность к пониманию собственных эмоций и управлению ими.

- *ПЭ (понимание эмоций).*

Способность к пониманию своих и чужих эмоций.

- *УЭ (управление эмоциями).*

Способность к управлению своими и чужими эмоциями.

Графически результаты проведения методики «ЭМИн» представлены на диаграмме, где отражены основные компоненты эмоционального интеллекта (МП, МУ, ВП, ВУ, ВЭ) (рис. 1).

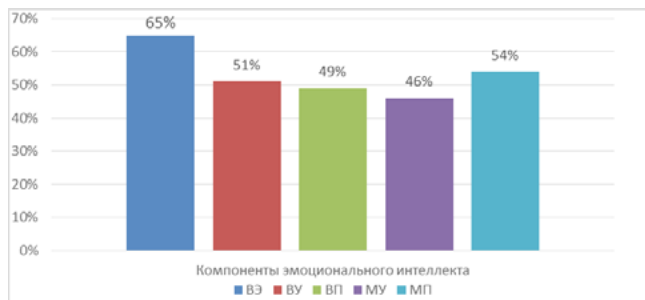


Рис. 1. Результаты проведения опросника «ЭМИн» (Д.В. Люсин) (основные компоненты)

Из диаграммы видно, что более высокие показатели в юношеском возрасте наблюдаются по следующим ведущим компонентам: понимание контроль экспрессии (ВЭ – 65 %), эмоций других (МП – 54 %) и управление собственными эмоциями (ВУ – 51 %).

Таким образом, можно констатировать, что современные юноши и девушки имеют наиболее высокие показатели по шкале контроль экспрессии. Та-

кие данные говорят о высоком уровне развития способности контролировать внешние проявления своих эмоций.

Компоненты более широкого профиля складываются из суммы ведущих компонентов. Результаты по компонентам широкого профиля представлены на диаграмме (рис. 2).

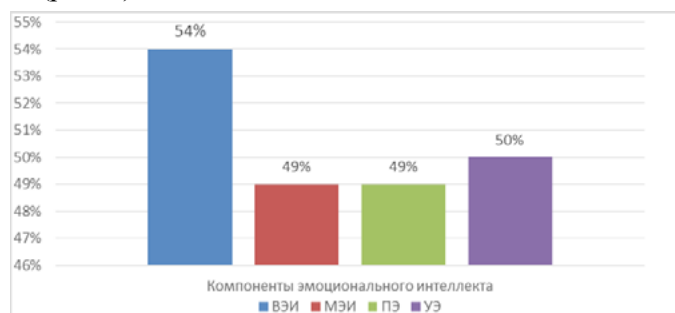


Рис. 2. Результаты проведения опросника «ЭМИн» (Д.В. Люсин)
(компоненты широкого профиля)

Из диаграммы видно, что внутриличностный интеллект (54 %) имеет более высокий уровень развития, чем межличностный (49 %), а уровень развития способности управлять эмоциями (50 %) выше, чем понимание эмоций (49 %).

Таким образом, ведущим компонентом широкого профиля в юношеском возрасте является внутриличностный интеллект, характеризующийся способностью к пониманию собственных эмоций и управлению ими.

Помимо основных компонентов и компонентов широкого профиля методика «ЭМИн» позволяет дать оценку интегральному показателю общего эмоционального интеллекта (ОЭИ). В целом по выборке юношей эмоциональный интеллект имеет средний уровень развития.

Далее мы проанализировали данные, полученные по методике «оценки эмоционального интеллекта» Н. Холла. Результаты представлены в таблице 3, где показана оценка уровня развития эмоционального интеллекта среди юношей и девушек.

Таблица 3

**Результаты проведения опросника
«Методика оценки эмоционального интеллекта» (Н. Холл), %**

	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Эмоциональная осведомленность	39	38	21
Управление эмоциями	70	16	11
Самомотивация	70	24	3
Эмпатия	34	56	18
Распознавание эмоций других	56	33	11
Интегративный ЭИ	64	36	0

В таблице 3 представлен уровень развития компонентов эмоционального интеллекта (уровень парциального интеллекта), а также общий уровень развития эмоционального интеллекта (уровень интегративного интеллекта), который складывается из суммы его компонентов.

Выделяют следующие компоненты парциального интеллекта:

- *эмоциональная осведомленность* (понимание своих эмоций);
- *управление своими эмоциями* (эмоциональная отходчивость; эмоциональная неригидность);
- *самотивация* (произвольное управление своими эмоциями);
- *эмпатия*;
- *распознавание эмоций других людей* (умение воздействовать на эмоциональное состояние других людей).

Графически данные представлены на диаграмме, где показано процентное соотношение выделившихся в процессе интерпретации, парциальных компонентов (рис. 3).

На диаграмме можно увидеть, что наиболее высокий уровень развития имеют такие компоненты, как эмпатия (74 %) и эмоциональная осведомленность (59 %). Распознавание эмоций других (44 %) имеет более высокий уровень, чем самотивация (28 %) и управление эмоциями (28 %).

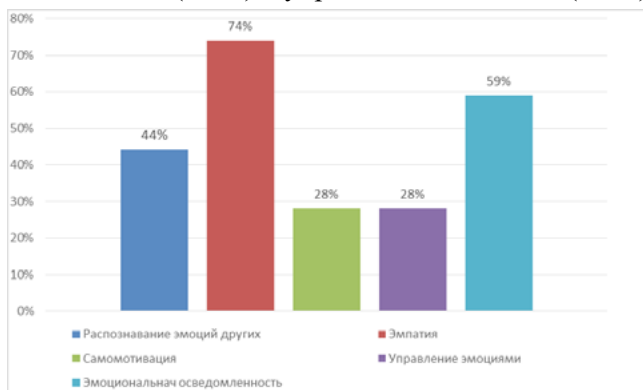


Рис. 3. Результаты проведения опросника «Методика оценки эмоционального интеллекта» (Н. Холл)

Таким образом, мы можем сделать вывод, что ведущими компонентами эмоционального интеллекта в юношеском возрасте являются эмпатия и эмоциональная осведомленность. Высокий уровень развития эмпатии говорит о том, что испытуемые обладают способностью сопереживать различным эмоциональным состояниям другого человека, способны отождествлять себя с другим и идентифицировать собственные чувства и эмоции с чувствами и эмоциями другого, войти в его эмоциональное состояние.

В то же время, высокий уровень развития эмоциональной осведомленности означает, что респонденты обладают умением хорошо понимать свои соб-

ственные эмоции. Они способны понимать, какие именно чувства и эмоции испытывают, способны идентифицировать их (выразить их словами), способны понять причины, вызвавшие те или иные эмоции, а также последствия, к которым они приведут.

Общий уровень развития эмоционального интеллекта (уровень интегративного интеллекта), который складывается из суммы его компонентов, имеет средний уровень с тенденцией к снижению (64 %).

Были выделены основные ведущие компоненты эмоционального интеллекта в юношеском возрасте:

- эмоциональная осведомленность;
- эмпатия;
- контроль экспрессии.

Ведущим типом эмоционального интеллекта является **внутриличностный интеллект**. Это означает, что способности эмоционального интеллекта к пониманию эмоций и управлению ими направлены у юношей в основном на самих себя. С внутриличностным эмоциональным интеллектом связаны и такие ведущие компоненты, как эмоциональная осведомленность (понимание эмоций) и контроль экспрессии (контроль за выражением собственных эмоций).

Также можно сделать вывод о том, что современные юноши имеют средний уровень развития общего эмоционального интеллекта. Такие данные были получены как по методике «ЭМИн» Д.В. Люсина, так и по методике Н. Холла.

Стоит заметить, что результаты исследования имеют высокую практическую значимость и могут быть использованы в возрастно-психологическом консультировании, а также в развивающей и тренинговой работе.

Как отмечает Д.И. Фельдштейн, в настоящее время происходит «обеднение и ограничение общения со сверстниками, рост явлений одиночества, отвержения, низкий уровень коммуникативной компетентности» (Д.И. Фельдштейн, 2011). Исследование намечает один из путей развивающей работы – развитие коммуникативных способностей, что наиболее актуально для современных юношей, живущих в условиях компьютеризации, виртуального общения, когда при наличии достаточного количества контактов часто отсутствует возможность и способность осознавать собственные чувства, регулировать эмоциональную составляющую общения. Все это приводит к слабому уровню эмоциональной вовлеченности, а, по утверждению Е.И. Терещук, способствует склонности к алекситимии, которая проявляется в трудности идентификации и описания собственных переживаний; сложности проведения различий между эмоциями и телесными ощущениями; снижении способности к символизации и пр.

Литература

1. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект: исследования феномена // Вопросы психологии. 2006. № 3.
2. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. М., 2008.

3. *Стивен Дж. Стейн, Говард И. Бук* Преимущества EQ. Эмоциональный интеллект и ваши успехи. М., 2007.
4. *Mayer J., Salovey P., Caruso D.* Competing models of emotional intelligence // Handbook of human intelligence. Sternberg R.J. (Ed.). – N.Y.: Cambridge University Press, 2000.

Жизнестойкость и психологическое благополучие в юношеском возрасте

Кочетова Ю.А., Рагулина О.А.

В юношеском возрасте завершается физическое, в том числе половое созревание организма. Социальная ситуация развития выражается в поиске своей социальной ниши, выборе места учебы и профессионального направления, из чего вытекает и ведущая деятельность возраста – учебно-профессиональная.

В юности уменьшается и преодолевается свойственная предшествующим этапам развития зависимость от взрослых. В отношениях со сверстниками увеличивается значение индивидуальных контактов и привязанностей по сравнению с коллективными формами общения, на фоне расширения круга общения и ощущения групповой принадлежности.

Центральным новообразованием возраста является самоопределение [4].

В данном периоде важную роль также играют процессы самосознания, решаются задачи обретения самостоятельности, вступления во взрослую жизнь, профессионального самоопределения. Формируются целеполагание (способность строить жизненные планы), мировоззрение, общественная позиция.

У юношей происходит активное формирование ценностных ориентаций, образуется та или иная направленность личности [4].

Юношеский возраст является наиболее благоприятным как для развития жизнестойкости, так и для установления того или иного уровня психологического благополучия.

Понятие жизнестойкости было введено Сьюзен Кобейса и Сальваторе Мадди во второй половине XX века. В публикациях Мадди, чьи труды были проанализированы и адаптированы Дмитрием Алексеевичем Леонтьевым, данная личностная переменная обозначалась термином «hardiness» [2]. В отечественной же литературе практически нет публикаций, посвященных исследованию жизнестойкости.

Жизнестойкость, согласно Леонтьеву, характеризует «меру способности личности выдерживать стрессовую ситуацию, сохраняя внутреннюю сбалансированность и не снижая успешность деятельности» [2].

Жизнестойкость включает в себя следующие компоненты:

- Вовлеченность. Вовлеченность в события, происходящие с человеком, позволяет индивиду ощущать себя полноценным участником собственной жизни, получающим удовольствие от каждого мгновения, а не пассивным наблюдателем ее течения.

- Контроль. Субъект с выраженным компонентом контроля ищет пути влияния на стрессовую ситуацию, видит взаимосвязь между своими усилиями, решениями, действиями и результатом этих действий. Такой человек не склонен находиться в состоянии беспомощности, он активен и мотивирован на преодоление трудностей.
- Принятие риска. Именно принятие, а не уход от риска, от вызова жизни, дает возможность постоянного развития личности. Человек, открытый для нового, часто пугающего и неизвестного, получает уйму опыта, вынесенных уроков [2].

Таким образом, жизнестойкость позволяет человеку, участвующему в экстремальных ситуациях, активно действовать в непривычных обстоятельствах, выносить из них практический опыт и пользу, высокий уровень жизнестойкости помогает более успешному существованию личности в изменяющихся условиях жизни.

Психологическое благополучие – это некий собирательный образ, связанный с адекватной самооценкой, уверенностью в себе, доброжелательностью, позитивным отношением к себе и окружающему миру в целом, эмоциональной стабильностью. Уровень психологического благополучия интегративно отражает уровень позитивного функционирования личности на интеллектуальном и аффективном уровнях.

Опираясь на работы Кэрол Рифф – автора множества исследований и в частности разработчицу теста «The scales of psychological well-being», рассмотрим следующие компоненты психологического благополучия, которые она выделила: позитивные отношения с другими людьми; автономия; принятие себя; наличие целей, придающих жизни направленность и смысл, компетентность; личностный рост [5].

Интерес к психологическому благополучию личности в юношеском возрасте, факторам и условиям, его определяющим, соотносится с актуальной тенденцией современной психологии изучения позитивных механизмов жизнедеятельности.

Проанализировав теоритический и эмпирический опыт отечественных и зарубежных психологов, можно выделить следующие особенности изучаемых феноменов (жизнестойкости психологического благополучия):

- высокий уровень жизнестойкости способствует повышению стрессоустойчивости организма, способности к сопротивлению болезням (С. Мадди) [6];
- уровень жизнестойкости взаимосвязан с уровнем тревожности и в обратном соотношении названных характеристик уменьшают (высокий уровень жизнестойкости, низкая тревожность) или повышают физиологические реакции на стресс (Александрова) [1];
- люди с высоким уровнем жизнестойкости более жизнерадостны и активны (М. Чиксентмихайи) [3];

- жизнестойкость и религиозность усиливают возможность успешного совладания со стрессом (С. Мадди) [6];
- психологическое благополучие обусловлено уровнем личностного роста человека (К. Рифф) [7];
- психологическое благополучие носит субъективный характер и обусловлено степенью удовлетворенности жизнью и соотношением положительных и отрицательных эмоций (Э. Динер) [5];
- психологическое благополучие есть одно из проявлений позитивного функционирования человека. Психологическое благополучие включает когнитивный и эмоциональный уровни (по Н. Брэдбурн) [5];
- психологическое благополучие может проявляться в разнообразных пространствах бытия: биологическом, социально-педагогическом, социально-культурном и духовно-практическом.

В связи с этим представляется важным провести анализ таких феноменов как жизнестойкость и психологическое благополучие в юношеском возрасте, так как на фоне нестабильной экономической, политической ситуаций, а также проблем, вытекающих непосредственно из задач и противоречий юношеского возраста, эти феномены играют немаловажные, а возможно, одни из основных ролей в вопросах нормального, гармоничного развития здоровой личности. Важным видится установить те ключевые моменты, которые помогут проложить путь к стабилизации эмоциональной и физиологической сфер жизнедеятельности молодежи.

Для проведения исследования в рамках магистерской диссертации, посвященного изучению вышеназванных феноменов, нами планируется задействовать более ста испытуемых в возрасте от 18 до 20 лет.

Цель данного исследования – выявить взаимосвязь жизнестойкости и психологического благополучия личности юношей.

Гипотеза исследования – существует взаимосвязь между жизнестойкостью и психологическим благополучием личности в юношеском возрасте.

Частные гипотезы:

Наличие у юношей стратегией разрешения проблем, целей и интереса к жизни взаимосвязан с высоким уровнем психологического благополучия,

Стратегия избегания, отсутствие целей и интереса к жизни взаимосвязаны с низким уровнем психологического благополучия у юношей.

Задачи исследования:

- Установить выраженность жизнестойкости в целом и ее компонентов среди юношей.
- Выявить особенности распределения копинг-стратегий среди юношей.
- Установить уровни и выявить особенности психологического благополучия у юношей.
- Проанализировать полученные данные и проследить взаимосвязь жизнестойкости и психологического благополучия личности в юношеском возрасте.

Методы и методики, которые мы планируем применить:

- Методы: констатирующий эксперимент (опрос, тестирование); методы статистической обработки результатов.
- Методики исследования:
 1. Опросник жизнестойкости (С. Мадди) в адаптации Д.А. Леонтьева;
 2. Методика «Шкалы психологического благополучия» – адаптированный русскоязычный вариант опросника «The scales of psychological well-being» (Кэрл Рифф);
 3. Методика «Индикатор копинг-стратегий» (Дж. Амирхан).

Мы рассчитываем, что полученные данные будут необходимы при решении вопросов, посвященных гармонизации, прежде всего, эмоциональной сферы молодежи, а также в вопросах развития психологически здоровой личности.

Литература

1. *Александрова Л.А.* К концепции жизнестойкости в психологии // Сибирская психология сегодня: Сб. научн. трудов. Вып. 2 / под ред. М.М. Горбатовой, А.В. Серого, М.С. Яницкого. Кемерово: Кузбассвузиздат, 2004. – С. 90.
2. *Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И.* Тест жизнестойкости. – М.: Смысл, 2006. – 62 с.
3. *Чиксентмихайи М.* Поток. Психология оптимального переживания. – М.: Смысл, 2011. – 112 с.
4. *Шаповаленко И.В.* Возрастная психология (Психология развития и возрастная психология). – М.: 2005. – 349 с.
5. *Шевеленкова Т.Д., Фесенко П.П.* Психологическое благополучие личности (обзор основных концепций, методика исследования) // Психологическая диагностика. – 2005. – № 3. – С. 95–130.
6. *Maddi S.R., Koshaba D.M.* Resilience at work: how to succeed no matter what life throws at you. – NY: АМАСОМ, 2005. – 213 p.
7. *Ryff C., Singer B.* Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being // Journal of Happiness Studies. 2008 March. № 9. 13–39 p.

Особенности ценностно-ориентационной самореализации инвалидов

Курачев Д.Г.

Среди общей численности населения Российской Федерации уровень инвалидизации населения составляет ощутимый показатель в 9,2 %¹, что представляет собой весьма социально-значимую демографическую единицу. Инвалидность – больше чем просто медицинское понятие, в значительной степени это явление социальное. Социальный аспект проблемы инвалидности зависит от того, насколько гуманно и цивилизованно общество в целом. Ограничение возможностей следует рассматривать как явление, характеризующееся не только нарушениями функций организма, но и недостаточностью внешних условий, так называемой «доступной среды». Таким образом, «ин-

¹ Министерство труда и социальной защиты Российской Федерации. «О реализации мер, направленных на развитие трудовой занятости инвалидов». Информация от 3 апреля 2013 г. <http://www.rosmintrud.ru/docs/mintrud/migration/12>, С. 1.

валидность» – понятие, которое определяется результатом взаимодействия между имеющими нарушения здоровья людьми и отношенчески-средовыми барьерами, которые мешают их эффективному участию в жизни общества.

Программой проведения исследования было предусмотрено анкетирование в г. Брянске, а также в муниципальных районах Брянской области и городских округах (27 муниципальных районов Брянской области и 7 городских округов). Исследовалась группа населения, имеющая инвалидность по зрению (слепые и слабовидящие); по слуху (позднооглохшие, рано оглохшие, слабослышащие), а также инвалиды с нарушением опорно-двигательного аппарата и инвалиды, передвигающиеся на кресле-коляске. В исследовании принимали участие 2799 инвалидов и 504 не инвалида. Совокупная выборка составила 3303 человека.

Исследование проводилось в рамках реализации мероприятий подпрограммы «Доступная среда» государственной программы «Социальная и демографическая политика Брянской области» (2014–2020 годы) и предусматривало изучение следующих целевых показателей.

Ценностные ориентации представляют собой сферу социальных установок, формирующую смыслы и цели жизнедеятельности человека и регулирующую способы их достижения. Ценностно-мотивационная сфера определяется, с одной стороны, «эталоном социального и должного», с другой, «необходимой нуждой в чем-то внешнем». Ценностно-мотивационная сфера позволяет понять особенности процессов, происходящих в той или иной социальной общности. Ценностные ориентации находятся в пограничном положении между потребностями, определенными ими мотивами и личностными смыслами, тем самым опосредуют собой все общественные практики и социальные навыки.

Выбор человеком с ограниченными возможностями наиболее значимых для него целей и мотивов осуществляется через ориентации на основе оценивания собственных объективных возможностей. Оценивая значимость областей и явлений общественной жизни, инвалид соотносит их со своими ценностно-мотивационными установками, которые суть определяют его личностный и социальный портрет.

В процессе настоящего исследования выявлено, что иерархия ценностных ориентаций у инвалидов представлена следующим образом: наиболее значимыми являются ценности, связанные со здоровьем, безопасностью, защищенностью, свободой, открытостью и демократией. Важными ценностями являются также материальный успех и межличностные контакты. Менее всего значимы ценностные приоритеты, связанные с властью и влиянием, привлекательностью и известностью.

Установлено, что инвалиды, так и здоровые люди, в целом живут в рамках единого смыслообразующего ценностного ряда и единой системы личностных координат. Это придает человеку с ограниченными физическими возможностями духовные ресурсы для социальной адаптации и компенсации

своего дефекта. С учетом того что ценностно-мотивационная сфера является фундаментальным критерием в структуре личности, инвалид абсолютно такой же человек, как и здоровой.

Подавляющее большинство инвалидов (за исключением отдельных единичных случаев) в своих ценностных установках ориентированы на полноценный образ жизни, во всех аспектах социальных практик, соотносимый с образом жизни так называемых здоровых людей. Как сами инвалиды, так и здоровые респонденты считают, что инвалидам следует работать; посещать театры, музеи, стадионы; заниматься спортом; создавать семьи; заводить детей и веселиться.

В декларируемом перечне полноценного образа жизни, максимально соответствующего повседневным практикам, установкам, ценностям и мотивам здорового человека, качественный анализ выявил у инвалидов некоторые довольно существенные признаки эмоциональной депривации. Это свидетельствует, что, несмотря на то что на когнитивном уровне ряды ценностей, мотивов, обуславливающих социальные установки и практики здоровых людей и инвалидов соизмеримо соотносятся и даже фактически совпадают, однако на эмоциональном уровне данные ценности и мотивы у инвалидов представлены в недостаточной своей удовлетворенности. Эта неудовлетворенность склонна прогрессировать в зависимости от усиления глубины дефекта и более старшего (пенсионного) возраста. Причины данной неудовлетворенности обусловлены низким материальным достатком, зависимым положением, неопределенностью, физическими страданиями и ограничениями, а также, что немаловажно, недостаточной сформированной средой.

Безусловно, что эмоциональный негатив и неудовлетворенность являются дополнительным фактором социального риска у инвалидов. Вкрапления в ценности и установки элементов эмоциональной неудовлетворенности создают предпосылки, способные провоцировать ценностно-ориентационную деформацию личности людей с ограниченными возможностями, вызывать алкоголизм, наркоманию и другие компенсаторно-защитные формы ухода от реальности вплоть до серьезных жизненных кризисов и суицида.

Рефлексия как необходимое условие становления профессиональной идентичности педагога-психолога

Кузнецова О.В.

Смысловое поле конструкта «*профессиональная идентичность*» включает такие психологические категории, как профессиональное самоопределение, профессиональная готовность, профессиональная пригодность, профессиональное самосознание, образ себя как профессионала.

Профессиональная идентичность рассматривается Н.С. Пряжниковым как состояние человека, для которого «главным средством утверждения чувства

собственного достоинства является определенная трудовая деятельность» [3]. Э.Ф. Зеер отмечает, что способность человека находить личностный смысл в профессиональном труде, самостоятельно проектировать, творить свою профессиональную жизнь является важнейшим критерием продуктивности профессионального становления личности [1].

Становление профессиональной идентичности предполагает формирование гибкости мышления, аналитических способностей, умений и навыков планирования и прогнозирования, целеполагания и самоконтроля, развитие профессиональной мотивации, способности к творческому преобразованию, развитие навыков профессиональной коммуникации. Вхождение в профессию неразрывно связано с определением собственной профессиональной роли, осознанием профессиональной перспективы, что, в свою очередь, невозможно вне рефлексивных процессов.

Профессиональное развитие личности – индивидуализированный процесс, но, тем не менее, в нем могут быть выделены определенные закономерности. Процесс профессионального становления включает в себя ряд стадий, каждая из которых связана с необходимостью решения определенных жизненных и профессиональных задач (Э.Ф. Зеер, Е.А. Климов, Н.С. Пряжников, Д. Сьюпер, Р. Хейвигерст и др.). Проходя различные этапы профессионального становления, человек осознает свои профессиональные качества, присваивает систему профессиональных ценностей, обретает общечеловеческие и профессиональные смыслы, которые, как правило, наиболее ярко проявляются на ступени *мастерства* – высшем уровне раскрытия человека в профессиональной сфере.

В числе наиболее важных факторов, способствующих реализации личности в профессиональном пространстве, Л.Б. Шнейдер выделяет соотношенность профессиональной деятельности и образа Я, М.Р. Гинзбург пишет о корреляции устойчивости профессионального выбора с определенным смысловым будущим, Д. Сьюпер раскрывает тему конгруэнтности Я-концепции и профессии.

А. Лэнгле в работе «Жизнь, наполненная смыслом» отмечает, что *смысл* – это своеобразный контракт с жизнью, реализуя который человек посвящает себя тому, что является для него важным.

Смыслы профессиональной деятельности тесно связаны с ценностными ориентациями личности. Ценностные ориентации выражают то, что является наиболее значимым для человека, обладает личностным смыслом; они определяют жизненные цели человека. Ориентируясь в широком спектре ценностей, человек выбирает из них те, которые в большей степени отвечают его доминирующим потребностям.

Для каждой профессиональной группы свойственен свой смысл, свои профессиональные ценности. Общие ценности и смыслы профессии «психолог» имеют ярко выраженную гуманистическую ориентацию и направлены на оказание *помощи*. Однако каждый специалист-психолог обретает индивидуальные смыслы и выбирает собственный профессиональный путь.

Профессиональные смыслы включают оценку человеком профессиональной деятельности лично для себя; это личностно-опосредствованное отношение человека к своему труду. Смыслы трудовой деятельности могут претерпевать изменения на протяжении всей профессиональной жизни человека. Как правило, с возрастом человек открывает для себя новые, более глубокие индивидуальные смыслы труда, что во многом предотвращает развитие синдрома эмоционального выгорания (СЭВ). По мнению А. Лэнгле, эмоциональное выгорание – своеобразный счет, предъявляемый нам за отчужденную и удаленную от экзистенциальной действительности жизнь в угоду требованиям времени [2]. Нередко специалисты с ярко выраженным СЭВ отмечают, что «ошиблись с выбором профессии», а вспоминая, как они выбирали профессию, отмечают, что действовали «случайно», «по воле обстоятельств», «по указанию родителей», не принимая во внимание собственные интересы и профессиональные предпочтения.

При осуществлении профессиональной подготовки будущего специалиста в области психолого-педагогической деятельности необходимо учитывать возможности развития не только интеллектуального, регулятивного, мотивационного, но и рефлексивного компонентов. Образовательная модель, включающая в себя вышеперечисленные компоненты, и, прежде всего, рефлексивный, предполагает качественно иные стратегии становления профессиональной идентичности. Рефлексивный компонент представляет собой интегрирующее звено в структуре профессиональной идентичности специалиста в области психолого-педагогической деятельности и актуален на всех ступенях профессионального развития.

Современные подходы психологии рефлексии отличаются методологическим разнообразием, многоаспектностью рассмотрения рефлексивных моделей, механизмов и структурных элементов рефлексивного процесса.

В отечественной психологии традиционно рассматривают внешнюю и внутреннюю рефлексии, опираясь на представления С.Л. Рубинштейна о рефлексии как способе жизнедеятельности, проявляющемся в двух планах – внешнем и внутреннем.

И.Н. Семенов и С.Ю. Степанов описывают следующие типы рефлексии:

- 1) *интеллектуальная рефлексия* (включает знания об объекте, а также осознание способов действия с объектом);
- 2) *личностная рефлексия* (образ Я, осознание себя как индивидуальности, понимание своих действий и поступков);
- 3) *коммуникативная рефлексия* (представления о внутреннем мире другого человека, о мотивах его поведения);
- 4) *кооперативная рефлексия* (осознание ролей, позиций и структуры в процессе группового взаимодействия);
- 5) *культуральная и экзистенциальная рефлексия* (предполагает осознание глубинных, мировоззренческих, экзистенциальных личностных смыслов);

6) *регулятивная рефлексия* (способствует сознательному построению собственной деятельности).

Опираясь на рефлексивную модель И.Н. Семенова и С.Ю. Степанова, представим, как данные типы рефлексии могут найти отражение в области профессиональной деятельности педагога-психолога, и выделим следующие компоненты развития психолого-педагогической рефлексии:

- 1) *интеллектуально-рефлексивный компонент* (способность оценки своих профессиональных знаний и осознания способов своих профессиональных действий);
- 2) *личностно-рефлексивный компонент* (образ профессионального Я, осознание себя как профессионала и своих профессионально важных качеств, понимание своих профессиональных действий, своих профессиональных трудностей и достижений);
- 3) *коммуникативно-рефлексивный компонент* (включает различные аспекты профессиональной коммуникации, например, способность определения эмоционального состояния и мотивов действий другого человека); *коммуникативно-рефлексивный компонент* важно учитывать в различных профессиональных ситуациях и видах профессиональной деятельности педагога-психолога;
- 4) *рефлексивный компонент в структуре группового взаимодействия* (осознание своей профессиональной позиции, своей профессиональной роли в структуре организации, своих поведенческих стратегий в процессе профессионального взаимодействия в трудовом коллективе);
- 5) *ценностно-смысловая рефлексия* (предполагает осознание истинных смыслов своей профессиональной деятельности, что особенно важно для представителей «помогающих» профессий);
- 6) *регулятивно-рефлексивный компонент* (способность сознательного регулирования своей профессиональной деятельности); во многом, благодаря данному компоненту специалист интегрирует различные элементы своей профессиональной деятельности.

Представленная модель профессиональной рефлексии включает не только личностный уровень (интеллектуально-рефлексивный и личностно-рефлексивный компоненты, а также ценностно-смысловую рефлексии), но и уровень межличностного взаимодействия (коммуникативно-рефлексивный компонент и рефлексивный компонент в структуре группового взаимодействия).

Отметим, что наиболее сложные психологические проблемы, как правило, имеют комплексный характер, следовательно, решать их приходится комплексно, в непосредственном взаимодействии со специалистами смежных профессий. Часто психологические трудности связаны с проблемами медицинского и социального характера, и для их успешного разрешения требуется коллегиальный подход, привлечение компетентных специалистов из других

профессиональных областей. Готовность педагога-психолога к такому взаимодействию следует рассматривать как один из наиболее важных критериев профессиональной компетентности, а также как показатель профессиональной культуры. Данный подход ориентирован на личностную и профессиональную зрелость специалиста, его способность проявлять инициативу и активность, что предполагает достаточно высокий уровень развития рефлексии в процессе межличностного профессионального взаимодействия.

Детально анализируя личностный аспект рефлексии, И.Н. Семенов выделяет ситуативную, ретроспективную, перспективную рефлексии. Рассмотрим, как данные виды рефлексии могут проявляться в деятельности педагога-психолога.

Так, *ситуативный вид рефлексии профессиональной деятельности* может включать осознание мотивировок тех или иных профессиональных действий.

Функция ретроспективной рефлексии заключается в осознании уже принятых решений и осуществленных действий. Данный вид рефлексии связан также и с выработкой отношения к предпринятым действиям (И.Н. Семенов). В деятельности педагога-психолога ретроспективная рефлексия может быть связана, например, с осмыслением адекватности выбора диагностического инструментария или определения коррекционно-развивающих задач.

Перспективный вид профессиональной рефлексии – один из важнейших компонентов профессиональной идентичности педагога-психолога, вне перспективной рефлексии профессиональное развитие невозможно. Именно перспективная рефлексия становится основой построения индивидуальной образовательной и профессиональной траектории, благодаря данному виду рефлексии происходит осознание способов прогнозирования профессионального развития и учет факторов риска в профессиональной деятельности психолога. Перспективная рефлексия – важный компонент профессионального самоопределения, инструмент осуществления выбора и принятия решений. Перспективная рефлексия «помогает» соотносить личностные смыслы и ценностные ориентиры с построением своей профессиональной перспективы.

Необходимо отметить, что рефлексивный компонент важно учитывать при построении образовательной модели подготовки педагогов-психологов на разных ступенях профессионального становления (включая бакалавриат, магистратуру и различные программы последипломного образования). Использование в образовательном процессе различных интерактивных технологий (проблемных заданий, деловых и ролевых игр, анализа индивидуальных психологических случаев, разбора наиболее сложных случаев в интервизорских группах и на супервизии) будет способствовать развитию субъектной позиции специалиста и развитию профессиональной рефлексии.

Способность осознания значимости своей профессии, понимание существенных характеристик области своей профессиональной деятельности во

многим оказывает влияние на результативность профессиональной деятельности педагога-психолога. Сформированность рефлексивности по отношению к процессу и результату деятельности является необходимым условием достижения высокого уровня профессиональной идентичности.

Литература

1. Зеер, Э. Ф. Психология профессий: учебное пособие для вузов / 2-е изд. – М. : Академический Проект, Фонд «Мир», 2008. – 336 с.
2. Лэнгле А. Эмоциональное выгорание с позиций экзистенциального анализа / Вопросы психологии. – 2008. – № 2. – С. 3–16.
3. Пряжников Н.С. Психологический смысл труда. – М.: МПСИ, 2010. – 536 с.

Особенности проявления самоактуализации личности: гендерный аспект

Курочкина И.А.

Современная эпоха быстрых социальных изменений ставит человека перед необходимостью преобразовывать себя, развивать весь свой творческий и сущностный потенциал. Самоактуализация является необходимым атрибутом в жизнедеятельности человека, поэтому особенно актуальным становится вопрос о необходимости создания условий для самоактуализации, мотивации к личностному росту. Процесс самоактуализации, самоосуществления возможен через самоопределение личности в различных сферах жизни человека.

Эта проблема имеет важное общественное значение, так как самоактуализация определяет продуктивную направленность личности, является базовой детерминантой социального творчества, а значит, развития общества. Происходящие в обществе изменения предъявляют высокие требования к таким качествам личности, как самостоятельность, инициативность, предприимчивость, способность управлять своей жизнью.

В отечественной науке начинает складываться традиция, в основе которой лежит вера в человека, в его способность максимально реализовать свое природное, социальное, экзистенциальное предназначение; признание права каждого на индивидуальный жизненный выбор.

Под самоактуализацией понимается сознательная деятельность человека, направленная на максимально возможное раскрытие и использование личностного потенциала на благо самого себя и общества. Осознание и развитие личностью собственного потенциала позволяет эффективно реализовывать свои способности в личной и профессиональной жизни, получать удовольствие от собственных достижений [1; 4].

Различные стороны самоактуализации личности рассматривались как в зарубежной (А. Маслоу, К. Роджерс, В.Э. Франкл и др.), так и в отечественной психологии (К.А. Абульханова-Славская, Т.И. Артемьева, Е.И. Головаха, Л.Я. Гозман, М.В. Кроз, Д.А. Леонтьев и др.). В настоящее время актив-

но исследуется специфика самоактуализации в профессиональной сфере (Н.Ф. Бачманова, Т.А. Верняева, Л.А. Коростылева, С.А. Минюрова и др.), рассматриваются гендерные и возрастные особенности самоактуализации (Е.Е. Вахромов, И.С. Кон, И.С. Клецина, Ю.А. Миславский и др.).

Самоактуализация (от лат. *actualis* – действительный, настоящий) – стремление человека к возможно более полному выявлению и развитию своих личностных возможностей. Это непрерывная реализация потенциальных возможностей, способностей и талантов, т.е. постоянное стремление к самосовершенствованию. Идеи теории самоактуализации сегодня широко развиваются и применяются в гуманистической и экзистенциальной психотерапии, акмеологии, педагогике, логотерапии. Данный термин рассматривается не только в психологии, а так же в педагогике, философии, культурологии, акмеологии [3].

В психологических словарях есть много синонимов термина самоактуализация, идентичными считаются категории «самореализация» и «самосовершенствование». К смежным понятиям можно отнести следующие понятия: «самобытие», «самодетельность», «самодостаточность», «самодвижение», самореализация, «развитие личности», «личностный рост», «психологическое здоровье», «продуктивность», «автономность», «аутентичность».

Проблема самоактуализации тесно взаимосвязана с феноменом «Я-концепция», совокупности представлений человека о себе, сопряженной с их оценкой. Функции Я-концепции: – достижение внутренней согласованности личности; интерпретация жизненного опыта; определение ожиданий человека в отношении своего будущего.

Самоактуализация как непрерывный процесс развития и совершенствования личности обусловлен переоценкой жизненного пути, определением новых перспектив и траекторий личностного развития [5].

Феномен самоактуализации рассматривается как механизм, стимулирующий саморазвитие, делающий его потребностью, целью и жизненной стратегией (К.А. Абульханова-Славская, И.А. Акиндинова, Т.И. Артемьева, Е.И. Головаха и др.). Самоактуализация связывается с процессом развития личности как субъекта интеллектуальной активности (Д.Б. Богоявленская), свободного выбора (В.А. Петровский), саморегуляции произвольной активности (В.А. Иванников, О.А. Конопкин), как носителя ответственности, нравственности, веры (Б.С. Братусь), смысла (Д.А. Леонтьев). Самоактуализация как показатель личностной зрелости рассматривается в работах В.М. Русалова, И.Н. Свириденко, М.Ю. Семенова, Е.А. Сергиенко, Е.В. Столярской, как свойство сложной самоорганизующейся психологической системы – «человек», способной к самодетерминации – в работах Э.В. Галажинского, Е.Р. Калитиевской, В.Е. Ключко.

Осознание и развитие личностью своего собственного потенциала позволяет эффективно реализовывать свои способности в личной и профессиональной жизни, ощущать удовлетворение от собственных достижений. В связи с этим активно ис-

следуется специфика самоактуализации в семейной (Л.А. Коростылева, Ю.О. Юшина) и профессиональной сферах (Н.Ф. Бачманова, Т.А. Верняева, Л.А. Коростылева, Н.А. Стафурина); рассматриваются гендерные и возрастные особенности самоактуализации (Е.Е. Вахромов, И.С. Кон, Ю.А. Миславский, А.А. Реан и др.).

По А. Маслоу, самоактуализирующийся человек способен принять жизненный вызов и создать достойную жизнь, полную смысла. Это – способ жизни, способ работы и отношение к миру, а не единичное достижение [4].

В нашем исследовании мы проанализировали процесс самоактуализации личности зрелого возраста в гендерном аспекте.

Цель работы: выявить особенности проявления самоактуализации личности в гендерном аспекте.

Объект исследования: социально-психологический феномен самоактуализации.

Предмет исследования: гендерные особенности самоактуализации личности в зрелом возрасте.

Гипотезы исследования: имеются специфические особенности самоактуализации личности в зрелом возрасте у мужчин и женщин.

Для достижения цели исследования, решения поставленных задач и проверки исходных предположений нами был использован следующий комплекс методов:

- 1) теоретический анализ научных источников и литературы;
- 2) организационные методы: наблюдение, беседа, опрос, тестирование;
- 3) методы сбора эмпирических данных с помощью стандартизированных методик: диагностика самоактуализации личности (САМОАЛ) А.В. Лазукина в адаптации Н.Ф. Калина; диагностика мотивационной структуры личности (В.Э. Мильман); методика «Смысло-жизненные ориентации» (СЖО) в адаптации Д.А. Леонтьева; методика УСК (уровень субъективного контроля) модифицированный вариант опросника Дж. Роттера, в модификации Е.Ф. Бажина, Е.А. Гольнкина, Л.М. Эткинда; тест самоактуализации (САТ) Э. Шострома, в адаптации Ю.Е. Алешиной, Л.Я. Гозман, М.В. Загика и М.В. Кроз;
- 4) методы математико-статистической обработки данных: дескриптивная статистика, сравнительный анализ. Статистическая обработка проводилась с помощью программы SPSS, версия 17.0.

Эмпирическую базу исследования составили обучающиеся в системе непрерывного образования, которые проходят профессиональное обучение на курсах повышения квалификации. Группа является спонтанно сложенной, в нее вошли служащие разных организаций, проживающие в г. Екатеринбурге. Было исследовано 100 респондентов, из них 50 мужчин и 50 женщин в возрасте 30–38 лет, имеющих средне-специальное и высшее образование.

Согласно полученным результатам по методике СЖО выявлен низкий уровень выраженности показателей в женской подгруппе по шкалам «Осмысленность жизни» (40 % респондентов), «Локус-контроля жизнь» (33 %),

«Результативности жизни» (40 %), «Цели в жизни» (38 %). Высокий уровень выраженности в женской подгруппе выявлен по шкале «Процесс» (эмоциональная насыщенность жизни) (71 %). Возможно, это связано со стилем жизни женщины, в этом возрасте основными заботами женщины является семья, дети, профессиональная деятельность. В свою очередь в мужской группе обнаружен низкий уровень выраженности по шкале «Процесс» (61 %), высокие показатели обнаружены по шкалам «Цели в жизни» (63 %), «Локус-контроль жизнь» (79 %), «Общий показатель осмысленности жизни» (88 %). Для мужчин этого возраста свойственны активная профессиональная деятельность, карьерный рост, постановка и достижение целей.

По методике УСК выявлены следующие результаты. В женской группе выражен низкий уровень субъективного контроля по шкалам «Интернальность в области достижений» (68 % респондентов), наиболее выражена интернальность в области избегания неудач, в области семейных, межличностных и производственных отношений, а также в области здоровья.

Мужчинам свойственны экстернальность в области избегания неудач, семейных, межличностных, производственных отношений, а также в области здоровья.

По методике «САМОАЛ» в женской группе обнаружены высокие показатели по шкалам «Потребность в познании» (71 % респондентов), «Стремление к творчеству или креативность» (69 %). Потребность в познании характерна для самоактуализирующейся личности [2].

Иногда у таких людей проявляется неуверенность в своей привлекательности, в том, что они интересны собеседнику, о чем свидетельствуют низкие показатели по шкалам «Гибкость в общении» и «Контактность». В женской подгруппе выявлен низкий уровень актуализации, женщины стараются выбирать легко достижимые и простые цели.

Мужчинам свойственна автономность, спонтанность, контактность, гибкость в общении, ориентация во времени. Мужчины живут настоящим, не откладывая свою жизнь «на потом». Автономность является критерием психического здоровья личности, спонтанность характеризует уверенность в себе, доверие к окружающему миру, контактность определяет общительность личности, ее способность к установлению прочных и доброжелательных отношений с окружающими. Мужчины более независимы в своих поступках, руководствуются в жизни собственными целями и принципами, меньше подвержены внешнему влиянию, обладают высокой саморегуляцией и рефлексией.

В результате сравнительного анализа по критерию Манна-Уитни выявлены высокосignификантные различия по следующим переменным: «Общий показатель осмысленности жизни» ($p=0,003$), «Автономность» ($p=0,003$), «Спонтанность» ($p=0,001$), «Поддержка» ($p=0,000$), «Комфорт» ($p=0,002$), «Общественная направленность личности» ($p=0,003$), выраженность в подгруппе мужчин выше, чем в подгруппе женщин. Среднезначимые различия выяв-

лены по шкалам «Интернальность в области неудач» ($p=0,021$), «Аутосимпатия» ($p=0,034$), «Сензитивность ($p=0,011$)», выраженность признака выше в мужской подгруппе. Потребность в познании ($p=0,039$) и представления о природе человека ($p=0,019$) выражены в женской подгруппе.

Таким образом, выдвинутая гипотеза нашла свое подтверждение.

Литература

1. *Анцыферова Л.И.* Концепция самоактуализирующейся личности А. Маслоу / Л.И. Анцыферова // Вопросы психологии. 1973. № 4. С. 173–180.
2. *Братченко С.Л.* Личностный рост и его критерии / С.Л. Братченко, М.Р. Миронова // Психологические проблемы самореализации личности: под ред. А.А. Крылова, Л.А. Коростелевой. Санкт-Петербург: Изд-во Санкт-Петербургского университета, 1997. 314 с.
3. *Калина Н.Ф.* О самоактуализации личности (вместо послесловия) // А. Маслоу. Психология бытия. М., 1997. С. 283–300.
4. *Маслоу А.* Новые рубежи человеческой природы / А. Маслоу // под ред. Г.А. Балла, А.Н. Леонтьева и др. М.: Смысл, 1999. 425 с.
5. *Минюрова С.А.* Психология саморазвития человека в профессии / С.А. Минюрова. М.: Компания Спутник +, 2008. 304 с.

Проявление зрелости в различных жизненных средах взрослого человека

Лаврова З.И., Шишкина Е.В.

Любой возраст человека: детский, подростковый, взрослый – является социальной ролью. Взрослый возраст отличается от других определенным количеством прав и обязанностей, принятых в обществе. Отличительной особенностью взрослого человека является способность брать на себя ответственность за свою жизнь и за жизнь близких, а также способность принимать решения и нести ответственность за эти решения и их последствия. Кроме того, взрослость характеризуется способностью донести свою мысль до других людей, слушать и слышать окружающих, уметь признавать и принимать свои ошибки и неудачи. С биологической точки зрения, взрослой особью считается та, которая достигла стадии полового созревания и готова к размножению, но применительно к человеку этого недостаточно, необходимо достижение зрелости, проявляющейся в различных жизненных средах.

Каждого человека окружает жизненная среда, которая включает в себя большое количество малых сред, связанных между собой, таких как профессиональная среда, семейная среда, социальная (дружественная, статусная), личностная среда и др.

Профессиональная (трудовая) среда.

Для взрослого человека профессиональная среда является крайне важной. Трудовая деятельность – это способ удовлетворения потребностей, повышения качества своей жизни, жизни своей семьи, возможность повышения со-

циального статуса, возможность удовлетворения стремления к власти, самореализации и самосовершенствования.

Общая трудовая среда на рабочем месте включает в себя самоощущение человека на работе, насколько ему комфортно на его рабочем месте, насколько он себя чувствует соответствующим занимаемой должности, насколько он загружен работой и остается ли у него время для личностной среды (отдыха).

Профессиональная зрелость показывает, понимает ли человек все последствия, которые могут повлечь его решения и действия в процессе реализации своих профессиональных навыков.

Складывается впечатление, что в настоящее время этот вопрос заботит и Министерство образования. В Государственных образовательных стандартах (ГОС) по различным направлениям подготовки в перечне компетенций выпускника бакалавриата, формируемых им в результате обучения, среди прочих есть и такие, которые напрямую связаны с осознанием собственной профессиональной ответственности.

Так, в ГОС по направлению подготовки 080400 «Управление персоналом» имеются две общекультурные компетенции такого рода: ОК-9 (способность находить организационно-управленческие и экономические решения, разрабатывать алгоритмы их реализации и готовность нести ответственность за их результаты) и ОК-21 (способность учитывать последствия управленческих решений и действий с позиции социальной ответственности) [1].

Аналогичные компетенции есть и в ГОСах других направлений подготовки. При этом нужно учитывать, что некоторые профессиональные обязанности связаны с серьезными опасностями и угрозами возникновения аварий и техногенных катастроф. Можно привести массу примеров, когда профессиональная безответственность одних (чаще всего руководителей) приводила к чрезвычайным ситуациям с тяжелыми последствиями, и только повышенная ответственность и зрелость отдельных специалистов позволяла избежать еще более страшных последствий, как, например, авария на Саяно-Шушенской ГЭС в 2009 г. [2].

В августе 2015 года в ООО «Альтернатива» (Санкт-Петербург) был проведен опрос сотрудников с целью оценки степени профессиональной ответственности работников. По результатам опроса было выявлено, что только 19 % опрошенных осознают связь результата их деятельности не только с результатом работы их коллег, но и то, как сказывается их деятельность на самой компании, которая, в свою очередь, влияет и на них самих.

Семейная и личностная среда

Семья в широком понимании – это близкие, родные, к которым можно обратиться за советом или просьбой о помощи. Членов семьи связывает общий быт и взаимодействие. Взрослому человеку приходится принимать решения и нести ответственность за здоровье и благополучие близких людей. Зрелость появляется у человека, по мнению авторов, когда он способен взять на себя ответственность за свою семью, детей, пожилых членов семьи.

Показателем недостаточной зрелости взрослого человека в семейной сфере может служить статистика количества браков и разводов в нашей стране, представленная в таблице 1 [3].

Таблица 1

Количество браков и разводов в Российской Федерации

Показатели	1990 г.	1995 г.	2000 г.	2005 г.	2010 г.	2014 г.
Количество браков	1 319 918	1 075 219	897 327	1 066 366	1 215 066	1 225 985
Количество разводов	559 918	665 904	627 703	604 942	639 321	693 730

Как видно из таблицы 1, более половины браков в нашей стране распадается.

Личностная среда – это внутренний мир человека, его мысли, ценности, убеждения, которые формируют мировоззрение взрослого. Кроме того, это отношение к себе, к своему здоровью, к своему развитию в широком смысле, к своему будущему. Безусловно, на личностную среду оказывает существенное влияние ближайшее окружение человека: друзья, соседи, круг общения.

Примером незрелого поведения в личностной среде можно считать причинение вреда человеком самому себе посредством вредных привычек (курение, злоупотребление спиртными напитками и т.д.), увлечений, которые могут закончиться летальным исходом (роуп-джампинг, скалолазание без страховки, «селфи» и т.п.). Вообще, отсутствие ответственности за свое здоровье или неполное ее осознание, по мнению авторов, может быть следствием патерналистской политики советского государства. Казалось бы, по прошествии более двадцати лет должны сформироваться новые граждане, но в нашей стране взрослый человек не всегда осознает ответственность за свое здоровье и жизнь. Однажды студентам на лекции был задан вопрос: «Как вы считаете, кто отвечает за ваше здоровье?» Из аудитории послышались ответы: «Государство». И только после комментария преподавателя о том, что «...именно государство должно надеть на взрослого человека шапку в 30-градусный мороз...», аудитория единодушно согласилось, что мы сами в первую очередь отвечаем за свое здоровье и свою жизнь.

Социальная среда – среда, в которой человек проявляет себя как представитель определенной социальной группы, как часть общества. В этой среде проявления зрелости также достаточно показательны.

Так, ярким примером общей социальной безответственности и проявления незрелого поведения является действия гражданского общества на Украине во время так называемого «Майдана», когда люди, вышедшие на митинг, возможно, с лучшими побуждениями, с целью добиться новой жизни, подстрекаемые провокаторами, свергли законно избранную власть. Формально причиной начавшихся беспорядков в центре Киева считается отказ Украины вступить в ассоциацию с ЕС. Люди, которые на Майдане жгли покрышки, даже не читали

этого соглашения. Они, видимо, думали, что достаточно подписать этот документ, и на следующий день уровень жизни на Украине сравняется с европейским. Таким незрелым, безответственным поведением граждан пользуются устроители цветных революций уже неоднократно. Налицо нежелание или неумение просчитать ситуацию хотя бы на несколько ходов вперед. Если бы жители Украины знали, какое будущее в результате «революции достоинства» их ждет, возможно, они приложили бы максимум усилий для реформирования своей страны мирным способом во избежание ненужных жертв и разрушений.

Формирование зрелого социального поведения возложено в какой-то степени на высшую школу. В упомянутом выше государственном образовательном стандарте по направлению подготовки 080400 «Управление персоналом» целый ряд общекультурных компетенций позволит молодым специалистам быть более ответственными в социальной сфере: способность занимать активную гражданскую позицию, умение анализировать и оценивать исторические события и процессы в их динамике и взаимосвязи и др. [1].

Литература

1. Министерство образования и науки Российской Федерации. Федеральные государственные образовательные стандарты высшего профессионального образования по направлениям подготовки бакалавриата. URL: <http://минобрнауки.рф>.
2. *Ляленкова Т.* Саяно-Шушенская ГЭС: наказанные техникой. URL: <http://www.svoboda.mobi/a/wall-street-stock-market/1843968.html>.
3. Федеральная служба государственной статистики. URL: <http://www.gks.ru>.

Обучение взрослых: актуальность современной психологии

Лебедева Н.В.

В период динамичного социально-экономического развития России, формирования инновационной системы, обеспечивающей построение экономики, основанной на знаниях, непрерывное образование становится одним из ключевых факторов развития как для отдельного человека, так и для общества в целом. Особой важности значение приобретает подготовка высококвалифицированных кадров. Они должны быть не просто компетентными, а способными к эффективной работе на уровне быстроменяющихся и постоянно возрастающих требований современной действительности, готовыми к постоянному профессиональному росту и социальной мобильности.

Система дополнительного профессионального образования сегодня активно развивается. Практически в каждой отрасли, каждой компании особая роль отводится постоянному обновлению знаний, умений, навыков сотрудников.

В связи с этим вопрос обучения взрослых приобретает особую актуальность. Возникает необходимость изучения личности взрослого человека, его психологических особенностей, способности к обучению. Для решения дан-

ных вопросов на помощь приходит психология обучения взрослых, целью которой является изучение особенностей учебной деятельности взрослых.

Центральное место психологии обучения взрослых занимает взрослый человек как субъект учения.

И здесь необходимо отметить о существовании андрагогики, науки, занимающейся изучением обучения взрослых. Данная наука раскрывает особенности развития образования взрослых, помогает организовать учебно-образовательный процесс, способствующий развитию личности в профессиональной деятельности. Чаще всего с понятием андрагогики связывают М. Ноулза, которое он определил как «искусство и наука помощи взрослым учиться» [3, С. 6]. Изучая андрагогическую модель обучения, М. Ноулз подчеркивает необходимость рассмотрения понятия «взрослый». В данном случае он ссылается на четыре определения: биологическое, юридическое, социальное и психологическое. Автор считает, что самым важным является психологическое определение. Ответственность, самостоятельность появляются тогда, когда человек взрослеет биологически, начинает использовать взрослые роли и принимает за свои решения ответственность.

С возрастанием роли психологического фактора в современном мире все больше возрастают требования к психологическим особенностям развития взрослого человека, к его мобильности, активности и способности непрерывно обучаться.

Возникает вопрос: взрослый человек способен обучаться?

Исследование, организованное и проведенное под руководством Б.Г. Ананьева в 60-е годы XX века, было посвящено изучению развития взрослых в возрасте от 18 до 40 лет. В результате исследований проанализирован потенциал обучаемости взрослых, были выявлены внутренние закономерности развития. Прежде всего, было определено, что на разных жизненных периодах у человека наблюдается неравномерное развитие психических функций (так называемая «гетерохронность» развития). Так, на одних этапах быстрее развивается память (18–21 год), на других мышление (22–25 года). Были получены данные, позволяющие утверждать, что психические функции с возрастом делаются все более взаимосвязанными и интегрируются в некое целое, что помогает человеку компенсировать отставание в развитии какой-либо функции (например, мышления) за счет развития другой (например, памяти) [1, С. 48].

Проведя теоретический анализ исследований по проблеме психологии обучения взрослых, можно сформулировать общий и очень важный вывод о том, что *взрослый человек способен мыслить, творить и учиться.*

Опыт организации учебно-образовательного процесса в Институте дополнительного профессионального образования работников социальной сферы (далее – ИДПО ДСЗН) позволяет выделить ряд особенностей психологии обучения взрослых людей: потребность в самостоятельности, серьезное и осознанное отношение к собственному обучению, практическая составляющая в обучении, т.е.

стремление к применению полученных знаний, умений и навыков, наличие жизненного и профессионального опыта, особенности учебной мотивации (получение конкретных знаний и область их применения, экономическая составляющая в форме карьерного роста, повышения квалификационной категории и т.д.), основной вид деятельности взрослого человека – трудовая, влияние на обучение профессиональных, социальных, бытовых и временных факторов и др.

Взрослые люди понимают необходимость обучения, особенно в современных условиях бурного роста инноваций, и видят возможности применить его результаты на практике. Поэтому основным подходом в организации учебно-образовательного процесса для взрослых должен быть практикоориентированный.

Необходимо также учитывать и андрогические принципы обучения – наиболее общие правила организации процесса обучения взрослых людей, доказавшие свою эффективность в организации и осуществлении учебно-образовательного процесса в ИДПО ДСЗН, среди которых стоит отметить: самостоятельность взрослых в процессе обучения, совместная деятельность слушателя и преподавателя, опора на опыт слушателя, индивидуальный подход к обучающимся взрослым, системность обучения, актуализация результатов обучения, развитие образовательных потребностей, осознанность обучения и др.

Отдельной строкой хотелось бы отметить наличие жизненного и профессионального опыта взрослых обучающихся. Опыт профессиональной деятельности каждого слушателя также накладывает свой отпечаток на специфику учебно-образовательного процесса. Долгое время в педагогике преобладало мнение о положительном воздействии опыта взрослого на его обучаемость. Но это не всегда так. Психологи правомерно утверждают, что определенный порядок следования одних раздражителей за другими формирует у человека определенный динамичный стереотип, то есть целостное поведение по отношению к системе сигналов внешней среды. При вступлении в период обучения, т.е. при новых раздражителях, имеющийся стереотип вступает в противоречие, тормозит действия новых раздражителей. Предшествующий опыт и связанный с ним динамичный стереотип поведения могут выступать и препятствием для вхождения взрослого в новую фазу жизнедеятельности. Но данное препятствие не является непреодолимым, оно лишь затрудняет, усложняет вступление взрослого в обучение.

Стереотипизация процессов, столь нужных при ориентировке в новых условиях, при решении новых задач, затрудняет и одновременно мешает взрослым обучающимся своевременно и самостоятельно отказаться от старых способов действия, которые оказались недейственными в новой ситуации, и перейти к активному поиску новых.

По результатам опросов (263 респондента в возрасте от 24 до 62 лет, имеющие высшее образование и стаж профессиональной деятельности в социальной сфере от 3 до 22 лет), проведенных среди слушателей ИДПО ДСЗН, о влиянии их собственного опыта профессиональной деятельности на обуче-

ние, выявлено, что 83,6 % респондентов считают это положительным моментом, 11,2 % – затруднились ответить и только 4,2 % считают, что опыт работы в социозащитных организациях (возрастная категория до 30 лет) оказывает отрицательное влияние на восприятие нового учебного материала. Таким образом, большинство слушателей курсов переподготовки и повышения квалификации утверждают, что профессиональный опыт помогает в обучении.

В период обучения важна смена мотивации отношения взрослых к своему опыту профессиональной деятельности, так как изменение системы мотивации отношения к собственному опыту способствует повышению продуктивности учебно-образовательного процесса. Практический опыт взрослых может служить осознанному выбору учебного материала, а также выступать стихийно в качестве критерия ценности при выборе ими учебного материала, поэтому отношение к обучению определяет процесс его усвоения. Взрослые слушатели избирательно активны только при изучении того материала, который им кажется значимым и нужным. Учитывая данную специфику взрослой аудитории, система переподготовки и повышения квалификации должна быть направлена в сторону переосмысления и переоценки собственного профессионального опыта с точки зрения его адекватного соответствия требованиям руководителя или специалиста социозащитного учреждения современным условиям, способного модифицировать свою практическую деятельность в направлении максимальной адекватности ее социальному заказу.

Реально оценивая свои возможности, взрослый человек, обучаясь в системе дополнительного профессионального образования, становится способным найти наиболее оптимальные для себя пути и условия деятельности, определять те из ее областей, в которых он может наиболее полно раскрывать свои силы. В основе сознательного и целенаправленного управления человеком своей собственной деятельностью, в том числе и учебной, лежит самооценка. Адекватная самооценка – это выражение самосознания и свидетельства о достаточно высоком уровне развития личности. Осознание человеком своих достоинств и недостатков, своих возможностей, своей собственной индивидуальности лежит в основе сознательного и целенаправленного управления своей собственной деятельностью, в том числе и учебной [2. С. 43].

При проведении исследования особенностей учебной мотивации слушателей ИДПО ДСЗН почти треть (32,1 %) респондентов ответили, что одним из мотивов, побудивших их к обучению в системе дополнительного профессионального образования, является повышение самооценки в области профессиональной деятельности. Таким образом, слушатели рассматривают обучение в ИДПО ДСЗН как возможность повысить самооценку своего профессионализма.

Анализ результатов проведенного исследования показывает, что более половины слушателей данного заведения системы дополнительного образования отмечают такие мотивы обучения, как приобретение теоретических знаний, совершенствование навыков профессиональной деятельности, интерес

к получению знаний. Слушатели осознанно проходят обучение с целью углубить знания в области профессиональной деятельности.

Особой строкой в проблеме психологии обучения взрослых хотелось бы отметить профессионально-личностное развитие специалистов. Ведь одной из основных задач обучения в системе дополнительного профессионального образования является запуск внутренней активности человека, пробуждение его стремления к постоянному самосовершенствованию, росту как профессиональному, так и личностному. Обучение на курсах переподготовки и повышения квалификации в ИДПО активизирует слушателей. Являясь участниками учебно-образовательного процесса, специалисты организаций социального обслуживания помимо повышения собственного уровня профессиональных знаний начинают задумываться о развитии своих интеллектуальных, креативных способностей, уровня общей культуры, а также происходит мотивационный подъем личностного развития (появляется целеустремленность, настойчивость в достижении целей, мобильность, желание идти вперед и т.д.).

Создание единого образовательного пространства в системе дополнительного образования начиная с семинаров, краткосрочных курсов и заканчивая аспирантурой, способствует непрерывному образованию в отрасли социальной защиты населения. Специалисты постоянно повышают свой профессионально-личностный уровень, участвуя в различных круглых столах, конференциях, школах передового опыта, курсах повышения квалификации и переподготовки, а также обучаясь на факультете кадрового резерва и в аспирантуре.

Подводя итог вышесказанному, необходимо отметить, что вопрос психологии обучения взрослых особо актуален на сегодняшний день, так как учет взрослой аудитории требует особых образовательных технологий (интерактивных и активных), своевременного обновления содержания учебных дисциплин и модулей, способных отвечать запросам практики. Особенности современного взрослого человека, развитие его психических функций, учебно-познавательной мотивации лежат в основе обучения взрослых.

Литература

1. *Ананьев Б.Г.* Интеллектуальное развитие взрослых людей как характеристика их обучаемости. // Советская педагогика. – 1969. – № 10.
2. *Лебедева Н.В.* Психология обучения взрослых: особенности и содержание // Вестник МГОУ. 2014. № 3.
3. *Knowles, M.* Adult Learner. New York, 1990.

Жизненные ценности студентов с разным уровнем субъективного экономического благополучия

Мищенко М.В., Шаповаленко И.В.

Актуальность исследования ценностей студентов обусловлена динамичными изменениями экономической и социальной структуры общества, в частности мо-

лодежи. В настоящее время в нашем обществе можно наблюдать существенные различия в уровне экономического благополучия, субъективного благополучия, а также в структуре жизненных ценностей россиян. Особенно сложный характер имеет структура жизненных ценностей молодежи, а ее изучение необходимо для уточнения параметров молодежной государственной политики.

Ценности входят в структуру личности и являются по существу ядром ее направленности, определяя мировоззренческие позиции человека. Одной из значимых можно считать жизненную позицию человека в сфере удовлетворения материальных потребностей. В.А. Хащенко рассматривает субъективное экономическое благополучие (СЭБ) как базовый компонент экономического сознания, выражающий отношение человека к своему актуальному и будущему материальному благосостоянию. СЭБ есть целостное пристрастное отношение личности к материальным аспектам и условиям жизни.

СЭБ связано с оценкой личностью собственных возможностей, собственной экономической эффективности, экономических притязаний, способности управлять финансами и влиять на материальные аспекты своей жизни. СЭБ характеризует позитивность или негативность мыслей индивида относительно своего финансового положения и его динамики, удовлетворенность материальным достатком, а также и негативные чувства (экономическую тревожность, финансовую фрустрацию, вплоть до депрессии).

Цель исследования – выявить содержание жизненных ценностей студентов с разным уровнем субъективного экономического благополучия.

Теоретико-методологическую базу исследования составляют работы отечественных и зарубежных психологов: А.Н. Леонтьева, В.П. Тугаринова, Л.В. Карпушиной, А. Маслоу, Г. Оллпорта, М. Рокича, Ш. Шварца, Л.С. Кравченко, Г.П. Выжлецова, Дж.Роттера, а также В.А. Хащенко, Е.А. Углановой и других исследователей.

В работе использовался комплекс методик исследования:

1. Опросник терминальных ценностей (ОТеЦ), разработанный И.Г. Сениным.
2. Методика диагностики степени удовлетворенности основных потребностей – методика парных сравнений В.В. Скворцова.
3. Опросник субъективного экономического благополучия В.А. Хащенко.

Эмпирическую базу исследования составили студенты и магистранты различных учебных заведений в возрасте от 17 до 23 лет. Общая численность выборки составила 53 студента.

Проведенное нами эмпирическое исследование позволило сформулировать следующие выводы.

1. Значимость жизненных сфер студентов различается.
 - Максимально значимыми по всей выборке студентов оказались сфера «обучение и развитие»; сфера увлечений и сфера профессиональной жизни.
 - Наименее значимы – сферы семейной и общественной жизни.

2. Значимость терминальных ценностей в целом по выборке – в среднем диапазоне.
 - Наиболее значимы из жизненных ценностей (по методике ОТеЦ): духовное удовлетворение, развитие себя и достижения.
 - Менее значимые ценности: креативность, активные социальные контакты, собственный престиж.
3. Основные потребности студентов находятся в зоне частичной удовлетворенности (значения 15–28).
 - Наиболее удовлетворены потребности в безопасности (19,3 балла).
 - Наименее удовлетворена – группа потребностей в самовыражении (23,6 балла).
 - Наиболее желанными для студентов оказались выборы «Развивать свои силы и способности», «Повышать уровень мастерства и компетентности», «Обеспечить себе материальный комфорт».
 - Наименее значимыми оказались выборы «Покупать хорошие вещи», «Избегать неприятностей», «Добиться признания и уважения».
4. Уровень субъективного экономического благополучия (СЭБ) у студентов: среднее значение уровня СЭБ – 73, минимальное значение – 31, а максимальное – 103. Значение индекса СЭБ в интервале от 70 до 79 имеют 18 студентов, т.е. каждый третий из опрошенных.
5. По всей выборке не существует значимых корреляций (максимальное значение $r=0,24$) между показателями СЭБ и степенью удовлетворенности потребностей.
6. Обнаружены связи уровня СЭБ, его отдельных компонентов и определенных терминальных ценностей студентов.
 - У студентов с низким уровнем СЭБ значительно выражена ценность высокого материального положения.
 - Студенты с недостатком финансовых средств стремятся к расширению своих межличностных связей.
 - У студентов, имеющих высокий финансовый стресс, высоки ценности материального положения ($r=-0,38$), расширения межличностных связей, а также ценности развития своих способностей и других личностных характеристик ($r=-0,37$), завоевания своего признания в обществе путем следования определенным социальным требованиям ($r=-0,33$).
 - Для студентов с высоким уровнем экономической тревожности приоритетными являются сферы профессиональной жизни ($r=0,35$) и увлечений ($r=0,30$).
7. Для выделенных нами эмпирически групп студентов с низким и высоким СЭБ описаны характерные значимые ценности и потребности.

Студенты со сравнительно низким уровнем СЭБ (в нашей выборке) оценивают ряд ценностей (потребностей) более высоко, чем студенты со сравнительно высоким уровнем СЭБ. Это ценности: высокого материального по-

ложения; собственного престижа; общественной сферы жизни; профессиональной сферы жизни.

Студенты со сравнительно высоким уровнем СЭБ (в нашей выборке) обнаружили более высокую потребность в признании.

Таким образом, наша общая гипотеза о существовании связи между значимостью определенных жизненных ценностей и уровнем субъективного экономического благополучия и его компонентами подтверждена, задачи исследования выполнены.

Перспективы дальнейшего изучения проблемы мы видим в исследовании данных связей у студентов после окончания обучения и сравнении новых результатов с полученными.

Литература

1. Хащенко В.А. Социально-психологическая детерминация субъективного экономического благополучия. Дис. ... д-ра психол. наук. – М., 2012. – 513 с.

Развитие самоэффективности как условие сохранения хорошего здоровья в зрелом возрасте

Пономаренко А.А.

*Личность – это форма и способ бытия
(М. Мамардашвили)*

В настоящее время, в эпоху грандиозных социально-политических и культурных преобразований, особое внимание уделяется изучению механизмов самоэффективности как предиктору эффективной деятельности. Современный социум диктует высокие стандарты успешности, на книжный рынок выходит все больше и больше книг на тему успеха, достижения целей, эффективности поведения. Современный человек, живущий под прессом высоких социальных стандартов, нуждается в освоении новых механизмов эффективной деятельности, отличных от тех механизмов, которые использовались 20–50 лет назад. Продолжительность жизни сегодня увеличилась, изменились требования к возрасту. В настоящее время человек среднего возраста стоит перед дилеммой: требования времени изменились, а стереотипы поведения остались такие же, как 30–50 лет назад. Это вызывает неосознанную тревогу, раздражительность.

Сегодня самоэффективность как один из механизмов стратегии преодоления трудностей и одна из личностных когнитивных переменных, имеет большое значение для эффективной деятельности человека в сложных ситуациях.

Самоэффективность есть уверенность в том, что он может осуществить некие конкретные действия, что позволит ему успешно справиться к некой конкретной деятельности [2]. Самоэффективность как когнитивная переменная, безусловно, влияет как на результат деятельности, так и на мотивацию.

Она зависит от того, какую модель поведения в сложных ситуациях выбирает человек: будет ли он пассивно принимать обстоятельства или искать новые виды поведенческих реакций [7].

Механизм самоэффективности активно изучался и изучается в последнее время как зарубежными (А. Бандура, Х. Хекхаузен), так и отечественными (Т.О. Гордеева, М.Ш. Магомед-Эминов) психологами. Наибольший вклад в изучение механизмов самоэффективности, ее влияния на поведение внес американский психолог А. Бандура в рамках разработки социально-когнитивной теории. Бандура считал, что на самоэффективность влияют следующие параметры:

1. Опыт непосредственной деятельности.
2. Косвенный опыт.
3. Мнение общества.
4. Эмоциональное и физическое состояние индивида.

Самоэффективность как личностная характеристика, меняется в процессе непосредственной деятельности человека, приобретения им непосредственного опыта преодоления трудных ситуаций. Происходит пересмотр собственных жизненных ценностей, отказ от детских иллюзий. Если в детстве основой самоэффективности была поддержка родителей, то в более взрослом возрасте человек привыкает рассчитывать на собственные ресурсы. Самоэффективность переходит из разряда механизмов внешнего положительного подкрепления (похвала родителей) в разряд внутреннего самоощущения. Внешние атрибуты перестают играть существенную роль, если человек перестает думать, что управляет собственным поведением. В качестве примера можно привести ранний уход из жизни (часто вследствие суицида) внешне вполне благополучных людей, которые внутренне считали, что их самоэффективность крайне низка.

Самоэффективность – это стиль жизни, наполненный определенным личностным смыслом. Так как «...основная страсть человека – быть, состояться,.... дать возможность осуществиться тому, что только-только зарождается» [6], то важнейшая роль в процессе самоэффективности принадлежит личностному смыслу. В деятельностно-смысловом подходе, разрабатываемом Д.А. Леонтьевым, личностный потенциал есть универсальная интегральная характеристика личности, которая включает в себя психическое здоровье, зрелость и успешную деятельность [5]. И в рамках данного подхода самоэффективность является одной из характеристик личностного потенциала.

Косвенный опыт также оказывает влияние на самоэффективность, особенно в тот период, когда по каким-то причинам самоэффективность понижается. Наблюдая за тем, как другие преуспевают в схожих ситуациях, наша самоэффективность также повышается. Однако косвенный опыт оказывает влияние только в том случае, если образец, который мы наблюдаем, чем-то похож на нас.

Так как личность – это общественно-историческое явление [4], то общественное мнение, безусловно, оказывает на нашу самоэффективность боль-

шое влияние. Самоэффективность связана как с гендерным, культурным, так и с историческим аспектами. Для психического и физического здоровья важны не какие-то абстрактные результаты, но и интерпретация человеком и обществом этих результатов.

Например, в фильме «Бурные 20-е годы» (США, 1939) показана судьба солдата, который вынужден был пополнить ряды бутлегеров, хотя мечты у него были совершенно иные. Но учитывая социально-политический строй, существующий в Америке в середине 20-х годов XX века, он был вынужден стать гангстером. Другие его способности были просто не востребованы. Фильм демонстрирует трагедию нереализованных возможностей талантливого человека, который в других условиях вполне мог бы раскрыть свое высшее предназначение.

В настоящее время возник новый фетиш нашего времени – так называемое «симулятивное потребление» [3]. То есть у определенного количества людей самоэффективность направлена на получение материальных благ. Но так как самоэффективность обязательно затрагивает эмоциональную сторону нашего бытия, то подобная установка действует разрушающе, и для чувства удовлетворенности требуется все больше и больше стимулов. А это тупиковый путь, невротическая ненасыщаемая потребность.

Эмоциональные и физические реакции также оказывают большое влияние на уровень самоэффективности. Так как наш организм есть функциональная система [1], то, получая обратную связь от собственного организма, человек извлекает информацию о собственной эффективности. Психическое, а также физическое здоровье человека зависит от стабильности его эмоционального фона, уровня самоактуализации, умений справляться с жизненными трудностями.

Между здоровьем, как психическим, так и физическим, существует самая прямая связь. И чем старше человек становится, тем значимее связь. Если в подростковом возрасте переключение эмоционального состояния с отрицательного на положительное происходит быстро, то в более зрелом требуется больше времени, чтобы нивелировать последствия стресса.

Эмоции, если их рассматривать в парадигме теории функциональных систем П.К. Анохина, есть слаженное взаимодействие функциональных систем разного уровня. Если человек оценивает свои действия как неэффективные, а собственную самоэффективность как низкую, у него наступает реакция тревоги. Физиологически эта реакция выражается в возбуждении симпатической нервной системы [8].

Гипоталамус (именно там происходит обработка эмоционального сигнала) посылает сигнал в гипофиз, заставляя его усилить выделение гормона АКТГ, который, попадая с кровью в надпочечники, вызывает повышенную секрецию стрессорных гормонов адреналина и норадреналина. Под действием этих гормонов увеличивается артериальное давление (велика вероятность инсульта и инфаркта), повышается концентрация сахара в крови (что может привести к

развитию диабета), а также происходит сморщивание тимуса (органа, который отвечает за иммунитет). Соответственно, иммунитет снижается, и даже банальная простуда в этом случае может привести к печальным последствиям.

При длительном стрессорном воздействии может начаться депрессия, лечить которую уже необходимо с помощью антидепрессантов. А так как антидепрессанты имеют множество побочных эффектов (снижение памяти, концентрации внимания, требуют соблюдения диеты), то качество жизни снижается.

Если рассматривать схему воздействия низкой самооффективности на здоровье, это выглядит следующим образом:

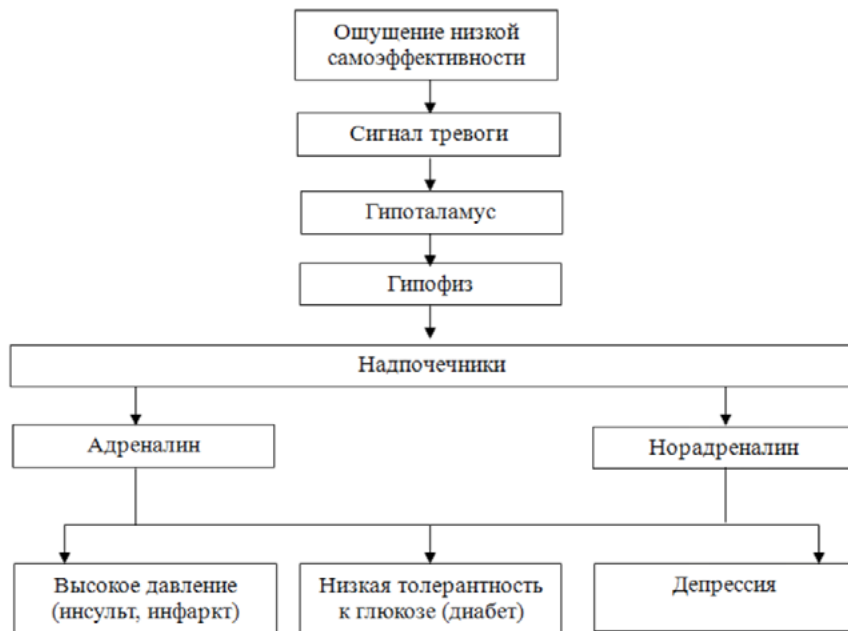


Рис. 1. Влияние эмоционального состояния на здоровье человека

Если человек вполне доволен собой, качеством своей жизни, происходит выработка гормонов дофамина и эндорфина, которые вызывают чувство удовольствия, что усиливает мотивацию и увеличивает самооффективность. Постоянно низкий уровень дофамина может вызвать болезнь Паркинсона, которая значительно снижает качество жизни.

Таким образом, самооффективность коррелирует с общим состоянием здоровья, так как постоянное присутствие в крови стрессорных гормонов не дает возможности протекать здоровым физиологическим процессам в организме. Конечно, самооффективность есть внутреннее ощущение человека, но внешние факторы среды влияют на нее в достаточной степени.

Новая реальность, в которой мы живем, требует новых методов оценки самооффективности именно самим человеком. В настоящее время ежеднев-

ность, обыденность перестала быть инертной [7], она захватывает человека своей скоростью, своей динамикой, требует от него эффективных действий.

Изучение механизмов самоэффективности наряду с деятельностно-смысловым подходом и жизнестойкостью является одним из самых перспективных направлений в психологии.

Литература

1. Анохин П.К. Теория функциональных систем. М.: Наука., 1980.
2. Бандура А. Теория социального научения. М.: Евразия, 2000.
3. Булавка-Бузгалина Л.А. Человек. Культура. Симулякры: в поисках альтернатив маркетинга // Материалы международной научно-практической конференции: Образование. Наука. Культура. Роль в модернизации России. 2014. М., 2014.
4. Ильенков Э.В. Понятие о личности. Общие проблемы. [WWW document] URL https://vk.com/evald_ilyenkov
5. Леонтьев Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. М.: Смысл, 2007.
6. Мамардашвили М.К. Сознание и цивилизация. СПб.: Азбука. 2011.
7. Одинцова М.А. Психология жизнестойкости. М.: Флинта. 2015.
8. Селье Г. Общие реакции организма на повреждение. [WWW document] http://vmede.org/sait/id=Patofiziologija_novickij_goldberg&menu=Patofiziologija_novickij_goldberg&page=10

Студент в вузе: размышления о профессионализме

Пряжников П.Н.

Каждый молодой человек стремится получить хорошее образование, учиться в самом лучшем университете и конечно, освоить самую престижную профессию.

Слушая лекции преподавателей, каждый из нас размышляет: каким я буду профессионалом, смогу ли я достичь и освоить тайны мастерства своей будущей профессии?

Профессионализм пока еще для нас слово загадочное. «Кого можно считать настоящим профессионалом, а кого нет?» – вопрос, который мы часто задаем в размышлениях о своей собственной будущей работе и судьбе. От ответа на этот вопрос нередко зависит наше ощущение удавшейся или неудавшейся жизни – естественно, мало кто хочет чувствовать себя человеком, несостоявшимся в профессиональной сфере. Но что же такое профессионализм? Как отличить настоящего профессионала от «просто специалиста»? Этот вопрос по-прежнему остается сложным, он волнует многих студентов, которые 1 сентября переступают порог учебных заведений. Особенно эта проблема остра и многозначна для студентов с особыми возможностями здоровья.

Попробуем взять за основной признак профессионализма *результаты* работы. Тогда профессионализм можно было бы определить как устойчивость в достижении качественных результатов. Но исчерпывает ли такой критерий содержание понятия «профессионализм»? Ведь наиболее пред-

сказуемые и самые устойчивые результаты дает как раз не человек, а машина, техника, точные приборы.

Рассмотрим еще один подход. Когда говорят о профессионализме, часто предполагают, что человек обладает хорошим профессиональным образованием, навыками, опытом работы. Именно образование, в том числе, и послевузовское обычно выделяется в качестве главного основания при оценке «стоимости работника» и его «перспективности» для конкретной фирмы, организации. Этот критерий представляется необходимым.

Какой же ты «профи», «профессионал», если не обладаешь необходимыми умениями и багажом знаний? Но, как это ни удивительно, ведущие специалисты в области профессионального образования в качестве главного и определяющего выделяют третий критерий.

Они утверждают, что сущность настоящего образования заключается не столько даже в том, чтобы формировать профессиональные знания, умения и навыки, а в том, чтобы на этой базе формировалась *личность работника*. В таком случае попробуем разобраться, что же такое личностные качества профессионала.

В основе личности лежат не знания и даже не опыт, а умение их *использовать* для определенных и конкретных целей.

Очень часто мы сталкиваемся с такой ситуацией: человек обладает чуть ли не энциклопедическими знаниями, с блеском умеет рассказать, может привести увлекательные и замечательные примеры. А когда нужно проявить себя в конкретной работе, он демонстрирует полную беспомощность. Профессионал же неизменно проявляет и знание предмета, и навыки, и волю в достижении результата. Именно поэтому как важнейшее качество настоящего профессионала во многих учебниках по менеджменту, по психологии труда выделяют «воодушевление и напористость» при решении деловых, производственных вопросов.

И как часто мы сталкиваемся с ситуацией, когда талантливые работники так и не реализовали себя, поскольку для этого у них не хватило именно *воли* и *воодушевленности* какой-то идеей, профессиональной перспективой и т.д.

Но есть в личности профессионала и еще одна важная составляющая. Известный психолог Виктор Франкл писал, что «главная задача высшего профессионального образования, в конечном счете, заключается в том, чтобы формировать *способность совести*» [1].

А что такое совесть? Совесть – это инстанция, осуществляющая внутренний контроль. И действительно, подлинный профессионал – всегда человек, к которому нет необходимости приставлять контролеров. Он, по сути, выступает в этой роли сам. И наша задача как студентов на этапе обучения в вузе, на этапе освоения профессии, формировать эти качества или хотя бы задумываться над данной проблемой и обсуждать ее с преподавателями и однокурсниками.

Выше мы попытались ответить на вопрос, каковы главные качества личности профессионала. Но не менее, а может быть и более важно то, как человек

рассматривает свою работу. Что для него работа: действительно это высокозначимое в его жизни дело или же просто вынужденное «времяпрепровождение»?

Если кто-то изо дня в день выполняет работу, которой тяготится, вряд ли о нем можно говорить как о профессионале. Таких работников Э. Фромм называл людьми с «отчужденным характером», отчужденными от своего труда [2]. И обычная причина такого отчуждения – ориентация на внешние стимулы. Человек больше думает о зарплате или карьере, чем о смысле и результатах и результативности своей работы. С психологической точки зрения, он – несостоявшийся профессионал, поскольку он не видит *ценности* в своей работе. А это, в конечном счете, неизбежно скажется и на его эффективности, и на эффективности той организации, где ему приходится работать.

В *ценностном* отношении к своей профессии и к своей работе и состоит секрет настоящего профессионализма. Если человек предан своему делу, увлечен им, то именно это и заставляет его получать дополнительное образование, осваивать необходимые умения и навыки, стараться применять их с максимальным результатом.

Поэтому компании-лидеры всегда делают ставку на профессионалов. То есть на людей, которые не только владеют необходимыми основами своей профессии, но и, как следует из сказанного выше, понимают ценность и значимость своего труда. А значит – ценность труда своих коллег и смысл деятельности организации, в которой они работают.

Понимание и приятие сотрудниками своей роли в организации, а также ее общественной миссии составляет основу сильной корпоративной культуры, которой обладают действительно успешные и устойчивые на рынке труда организации.

Данные размышления о профессионализме не имеют окончательного решения и не могут быть приняты всеми однозначно. Но разговор на данную тему необходимо вести на семинарских и практических занятиях, проигрывая конкретные ситуации будущей профессиональной деятельности. Особенно этот подход важно использовать при подготовке к профессиональной работе ребят с особыми возможностями здоровья. Исходя из того, что у них меньше возможностей для активного передвижения и встреч с подлинными и успешными профессионалами, нам кажется, такой формой вхождения в мир профессионалов могло бы стать создание на базе вуза «Академии профессионального мастерства». Данная Академия, с нашей точки зрения, могла бы быть центром дополнительной информации, предлагающая реальную возможность студентам понять основы и значение профессионального образования, освоить азы профессионализма в такое непростое конкурентное время на рынке труда.

Литература

1. Франкл В. Человек в поисках смысла. – М.: Прогресс, 1990. – 368 с.
2. Фромм Э. Человек для себя. – Мн.: Коллегіум, 1992. – 253 с.

Особенности проявления субъектности у студентов разного профиля обучения

Рудыхина О.В.

В условиях современного вуза в последние годы происходят значительные изменения в организации образовательного процесса. Нововведения в образовательных стандартах меняют не только структуру работы педагогов и студентов, но и ориентированы на развитие самостоятельности в усвоении знаний, самоопределения, стимулирование интеллектуальной и социальной активности учащихся. Однако на данный момент не происходит существенных изменений в подходе педагогов к взаимодействию со студентами. Возможно, данная ситуация обусловлена отсутствием индивидуального подхода к личности учащихся и понимания конечной цели подобных изменений. Разрешению данной проблемы может способствовать обращение к субъектному подходу в исследовании личности студентов.

В субъектном подходе человек рассматривается в качестве активного участника собственной жизни. Например, в работах Е.Ю. Коржовой исследованы субъективные отношения человека к различным аспектам его жизнедеятельности. Ею введено, теоретически и эмпирически обосновано понятие субъект-объектных ориентаций, обозначающее базовые жизненные ориентации, являющиеся «...более интегральным понятием по отношению к ценностным, смысложизненным, жизненным ориентациям» [1, с. 152].

Для продуктивной реализации принципов субъектного подхода необходимо понимать, какие психологические особенности способствуют развитию субъектности учащихся. Так, ранее нами обнаружены взаимосвязи субъект-объектных ориентаций и интеллектуальных стилей, отражающих индивидуально-своеобразные способы поведения в проблемных ситуациях, а также с ценностно-мотивационными особенностями.

Учитывая рассматриваемую проблему, представляется актуальным определить особенности проявления субъектности у студентов разного профиля обучения, например, исследовать студентов, обучающихся в педагогическом вузе на факультетах с разным профилем обучения с целью более глубокого понимания факторов ее актуализации и развития.

Итак, *цель данного исследования* – определить особенности взаимосвязи показателей субъектности с интеллектуальными стилями и типами ценностей у студентов гуманитарного и естественнонаучного профиля.

Для достижения цели были использованы следующие *методики*: опросник субъект-объектных ориентаций в жизненных ситуациях (Е.Ю. Коржова); опросник «Стиль мышления» для диагностики интеллектуальных стилей (А. Харрисон и Р. Брэмсон, в адаптации А.А. Алексеева и Л.А. Громовой); методика «Опросник ценностей» для диагностики ценностей (Ш. Шварц в адаптации В.Н. Карандашева).

В исследовании приняли участие студенты РГПУ им. А. И. Герцена факультетов социальных наук, философии, филологии, коррекционной педагогики ($n = 154$) и факультетов физики, безопасности жизнедеятельности ($n = 97$) в возрасте от 17 до 22 лет.

Для обработки эмпирических данных был использован корреляционный анализ с использованием метода линейной корреляции Пирсона, реализованный с помощью программы STATISTICA 8.0.

Рассмотрим результаты исследования.

Обнаружены особенности взаимосвязи субъектности с интеллектуальными стилями у студентов разного профиля. В группе с гуманитарным профилем выявлены взаимосвязи показателей субъект-объектных ориентаций с большинством интеллектуальных стилей (табл. 1). Полученные результаты показывают, что выраженность общего показателя субъект-объектных ориентаций характерна для студентов с более высокими значениями *синтетического стиля*, а студентам с объектной ориентацией свойственны более высокие показатели прагматического и реалистического стилей. Вероятно, это связано с тем, что стратегии синтетического стиля, основанные на интуиции, позволяют рассматривать проблемную ситуацию целостно и проявить творческое отношение к ее решению. Это создает основание для проявления активной жизненной позиции и развития субъектной ориентации.

Стратегии прагматического стиля, ориентированные на получение выгоды при решении проблемной ситуации, и стратегии реалистического стиля, ориентированные на получение конкретных результатов и учет фактов, вероятно, в большей степени способствуют концентрации на достижении практических результатов в процессе решения проблемной ситуации. Можно предположить, что эти особенности препятствуют активному, всестороннему обсуждению проблемы с ее участниками и, тем самым, проявлению творческого отношения к проблемным ситуациям, а значит, создают основания для пассивной жизненной позиции.

Также обнаружены взаимосвязи интеллектуальных стилей с отдельными показателями субъект-объектных ориентаций, а именно: стремление к самозменениям положительно связано с синтетическим стилем и отрицательно – с прагматическим и реалистическим стилями; направленность на освоение внутреннего мира отрицательно связана с прагматическим стилем; предпочтение новых жизненных ситуаций положительно связано с выраженностью синтетического и идеалистического стилей и отрицательно – с реалистическим стилем; творческая жизненная позиция положительно связана с синтетическим и идеалистическим стилем и отрицательно – с прагматическим и реалистическим стилем (см. табл. 1).

В группе с естественнонаучным профилем обучения показатели субъект-объектных ориентаций в наименьшей степени связаны с интеллектуальными стилями (табл. 2). Не было обнаружено ни одной корреляционной связи общего показателя субъект-объектных ориентаций с исследуемыми стилями.

Таблица 1

Значимые корреляционные связи показателей субъект-объектных ориентаций и интеллектуальных стилей в группе с гуманитарным профилем обучения (n = 154)

Наименование интеллектуального стиля Наименование показателя субъект-объектных ориентаций	Синтетический стиль	Идеалистический стиль	Прагматический стиль	Реалистический стиль
Общий показатель субъект-объектных ориентаций	$r_p = 0,40^*$	–	$r_p = -0,19^{**}$	$r_p = -0,29^*$
«Транситуационная изменчивость»	$r_p = 0,31^*$	–	$r_p = -0,22^*$	$r_p = -0,18^{**}$
«Транситуационная направленность освоения мира»	–	–	$r_p = -0,20^{**}$	–
«Транситуационная подвижность»	$r_p = 0,41^*$	$r_p = 0,22^*$	–	$r_p = -0,33^*$
«Транситуационное творчество»	$r_p = 0,38^*$	$r_p = 0,22^*$	$r_p = -0,22^*$	$r_p = -0,27^*$

Условные обозначения:

r_p – коэффициент линейной корреляции Пирсона

* – уровень значимости $p \leq 0,01$; ** – уровень значимости $p \leq 0,05$

Представляет интерес обнаруженная взаимосвязь транситуационного локуса контроля с аналитическим стилем: высокий уровень субъективного контроля над жизненными ситуациями характерен для студентов с выраженным аналитическим стилем. Данный результат можно объяснить тем, что стратегии аналитического подхода основаны на тщательном, систематическом анализе проблемной ситуации, стремлении к ее упорядоченности, изучении всех возможных вариантов. Возможно, эти стратегии позволяют личности учесть разные варианты решения проблемы и обрести уверенность в собственных возможностях.

Таблица 2

Значимые корреляционные связи показателей субъект-объектных ориентаций и интеллектуальных стилей в группе с естественнонаучным профилем обучения (n = 97)

Наименование интеллектуального стиля Наименование показателя субъект-объектных ориентаций	Синтетический стиль	Прагматический стиль	Аналитический стиль
«Транситуационная изменчивость»	$r_p = 0,21^{**}$	$r_p = -0,21^{**}$	–
«Транситуационный локус контроля»	$r_p = -0,24^{**}$	–	$r_p = 0,29^*$

Условные обозначения:

r_p – коэффициент линейной корреляции Пирсона

* – уровень значимости $p \leq 0,01$; ** – уровень значимости $p \leq 0,05$.

Полученные результаты были дополнены анализом взаимосвязи общего показателя субъект-объектных ориентаций и типов ценностей (табл. 3).

Установлено, что у студентов гуманитарного профиля выраженности субъектной позиции способствует ориентация на благополучие окружающих людей, стремление к новизне, творческой и исследовательской активности и от-

сутствие ориентации на получение чувственного удовольствия. У студентов естественнонаучного профиля субъектная ориентация обнаружила взаимосвязь только со стремлением к новизне и глубоким переживаниям («стимуляция») ($r_p = 0,22$; $p \leq 0,05$).

Таблица 3

Значимые корреляционные связи общего показателя субъект-объектных ориентаций и типов ценностей в группе с гуманитарным профилем

Наименование типа ценностей	«Универсализм»	«Самостоятельность»	«Стимуляция»	«Гедонизм»
Наименование показателя субъект-объектных ориентаций				
Общий показатель субъект-объектных ориентаций	$r_p = 0,20^{**}$	$r_p = 0,24^*$	$r_p = 0,17^{**}$	$r_p = -0,21^*$

Условные обозначения:

r_p – коэффициент линейной корреляции Пирсона

* – уровень значимости $p \leq 0,01$; ** – уровень значимости $p \leq 0,05$.

Из полученных результатов видно, что у студентов *гуманитарного профиля* субъектность ярко проявляется на когнитивно-стилевом уровне и в типах ценностей. У студентов *естественнонаучного профиля*, наоборот, взаимосвязи с интеллектуальными стилями, отражающими стилевые аспекты поведения в проблемных ситуациях, и с типами ценностей фрагментарны. Полученные факты можно объяснить тем, что студенты с гуманитарным профилем обладают более выраженной ориентацией на самопознание, поэтому формирование их субъектной позиции сопровождается расширением самосознания, развитием рефлексивных способностей и отражается в стилевых особенностях, основанных на стратегиях постижения смысла происходящего, а также в изменениях ценностно-мотивационной позиции по отношению к окружающему миру.

Развитие субъектности у студентов естественнонаучного профиля, можно предположить, связано с продуктивностью в учебно-познавательной деятельности. Возможно поэтому у студентов данного профиля аналитический стиль, стратегии которого наиболее ярко проявляются в исследовательской деятельности, связан с высоким уровнем субъективного контроля над жизненными ситуациями. Однако из полученных результатов неясно, имеют ли интеллектуальные стили отношение к развитию субъектной позиции или оказывают влияние только на отдельные показатели субъектности.

Таким образом, согласно результатам данной работы, у *студентов гуманитарного профиля* выраженность субъектной позиции отражается в особенностях профиля интеллектуальных стилей и на уровне ценностно-мотивационной позиции, а субъектность *студентов естественнонаучного профиля* не находит явного отражения в предпочитаемых ценностях и опосредованно, через отдельные показатели субъект-объектных ориентаций, проявляется в профиле интеллектуальных стилей.

Результаты проведенного исследования вносят вклад в изучение субъектности с учетом профессиональной специфики обучения студентов вуза, позволяя углубить проблематику субъектного подхода и определить пути формирования у них субъектной позиции. Полученные результаты способствуют определению возможных путей раскрытия творческих возможностей студентов на протяжении периода обучения в вузе и реализации индивидуального подхода в контексте развития субъектности.

Литература

1. *Коржова Е.Ю.* Психологическое познание человека как субъекта жизнедеятельности: Автореф. дис. ... д-ра психол. наук. СПб., 2001. 43 с.
2. *Коржова Е.Ю.* Психология жизненных ориентаций человека. СПб. : Изд-во РХГА, 2006. 384 с.
3. *Рудыхина О.В.* Структура и индивидуально-психологические характеристики эпистемологических стилей. Дис. ... канд. психол. наук. СПб., 2013. 212 с.

Социальная саморегуляция в ситуации инвалидности¹

Силантьева Т.А.

Авторы, касающиеся концепций, объясняющих закономерности взаимодействия личности и социальной среды, в психологии представлены именами: Г. Тард, Г. Лебон, У. Мак-Дугалл, С. Сигеле, Э. Дюркгейм, Г. Зиммель, Ч. Кули, Д. Морено, Ч. Осгуд, Ф. Оллпорт, Г. Мид; в отечественной психологии это: В. Бехтерев, Б. Парыгин, А. Свеницкий, Г. М. Андреева, А.Г. Асмолов, Л.С. Выготский, Сарджевеладзе Н.И. При этом социальное поведение обычно рассматривается с точки зрения возможности его прогнозирования и управления. В этом смысле отличается позиция теории культурно-исторической психологии.

Основным положением культурно-исторической психологии является то, что человеческая психика формируется в общественных отношениях.

А.Н. Леонтьев выделяет три основных точки зрения, по которым шла теоретическая разработка понимания роли среды в развитии ребенка.

«Согласно одной из них, окружающая среда является лишь фактором, содействующим процессу развертывания заложенных в ребенке свойств; среда вызывает к жизни или подавляет, упражняет или тормозит созревание механизмов детского поведения.

С другой, внешне противоположной этой, точки зрения, среда определяет развитие; она активно строит деятельность ребенка, лишь используя при этом врожденный фонд его личности. Общим же в двух взглядах служит предположение относительно того, что как первое, так и второе равно исходят из понимания среды как внешнего фактора, равно противопоставляют деятельность ребенка и ту среду, в которой она совершается, и наконец, равно пытаются най-

¹ При поддержке РГНФ, проект No.13–36–01049.

ти единую, универсальную формулу отношения к среде». В третьем взгляде на роль среды и личности говорится о совокупном действии обоих факторов.

Личность не только является продуктом конкретных общественно-исторических и социальных условий, но и субъектом, формирующим свою социальную ситуацию. Человек не только следствие общественных условий существования, но и предпосылка будущих условий социума. Личности не только отведено некоторое место в системе общественных отношений, но она сама находится, а вернее, устанавливает определенные отношения к социальным институтам, нормам и ценностям, окружающим людям.

Осуществление выбора поведенческой модели происходит на основе самоопределения уровня активности личности по отношению к социальной среде, выражаемом в мере социальной включенности. Понятием «социальная включенность» определяется способность активно участвовать в жизни общества и контролировать свой жизненный путь. Понятие «социальная включенность» (inclusion) связано не только с адекватным распределением ресурсов, но и с «участием в определении жизненных перспектив индивида и коллектива». То есть между человеком и миром находится его жизненная перспектива, которая формируется в коллективной социальной деятельности. Эта жизненная перспектива подвергается пересмотру при прохождении человеком кризисов, вызванных, в том числе затрудненными условиями развития в ситуации инвалидности [1].

Мы считаем, что в ситуации кризиса между средой и личностью есть некое пространство неопределенности и выбора, в котором человек может самоопределиться, будет ли он активным по отношению к среде и сможет ей управлять или он будет воспринимать себя как объект внешних воздействий. В каждой конкретной ситуации вопрос первичности воздействия человека или среды решается самими человеком при восприятии себя как определяющего свою будущую жизнь или принимающего описание себя и своих перспектив от своего окружения.

Если мы допускаем изменчивую, а не стабильную социальную среду для субъекта деятельности, то можно предположить наличие не двух – субъект и среда, а большего количества взаимодействующих компонентов. И этот третий компонент будет отвечать за изменение среды и ее подстройку под запросы ведущей деятельности субъекта.

Вопрос, который мы ставим в данном обзоре, заключается в том, каким образом происходит регуляция поведения человека в ситуации хронической болезни. Если «в норме» мы можем говорить о саморегуляции поведения человека, то при хронической болезни он в значительной мере зависит от внешней помощи и поддержки при планировании поведения. По определению Д.А. Леонтьева, ситуация инвалидности для субъекта представляет вариант «затрудненных условий развития личности», в которых она, тем не менее, может выбирать способы существования. Если в нормальной ситуации субъект

деятельности формирует свое социальное окружение в соответствии с задачами деятельности, то при хронической болезни социальное окружение человека имеет тенденцию подавлять проявления его самостоятельности.

Л.С. Выготский определяет воспитание «как планомерное, целесообразное, преднамеренное, сознательное воздействие и вмешательство» [3, с. 71]. При таком определении может сложиться впечатление о пассивности ребенка в воспитательном процессе. Но Выготский неоднократно подчеркивает, что воспитание и социальное окружение выполняет стимулирующую для ребенка и его способностей функцию.

При взрослении ребенка возможности социальной среды значительно превышают возможности ребенка, поэтому считается, что ребенок подвергается воздействию среды. Но если мы будем исходить из активной позиции ребенка, тогда социальная среда будет для ребенка пространством возможностей и ресурсов.

И овладение этими ресурсами и возможностями происходит по мере развития способности оперирования культурными средствами и вариативности условий среды. Таким образом, то, что понимается как пассивность ребенка, в образовательном процессе есть лишь накопление возможностей оперирования культурными орудиями.

Социальная ситуация развития не является заданной исключительно извне. Определение социальной ситуации развития Выготским предполагает, что ребенок также занимает активную позицию, а взрослый помогает ему в постановке и реализации задач. С повышением способности саморегуляции человек научается не только использовать уже имеющиеся ресурсы его окружения, то и создавать новые социальные условия развития, исходя из собственных задач. Оптимальность соотносительности человека с внешним миром достигается в процессе деятельности.

Л.С. Выготский понимает развитие как внутренне детерминированный, целенаправленный процесс, который протекает не равномерно, а противоречиво, через возникновение и разрешение внутренних конфликтов. Зона ближайшего развития с неизбежностью, как горизонт, отодвигается дальше от субъекта под воздействием кризисов ввиду несоответствия навыков личности и вызовов ситуации. Вместе с тем меняется и социальная ситуация.

Можно предполагать, что понятие зоны ближайшего развития по Выготскому для взрослого человека также имеет значение, но ее заменяет личная социальная сеть человека. При этом появляется способность использовать социальное окружение в качестве культурного средства для развития новых высших психических функций, и тогда социальная сеть человека становится его *функциональным органом или средством деятельности*, выстраивающимся под конкретную задачу. То есть если в начале жизни удовлетворение потребностей ребенка и его развитие зависит от богатства и доступности ресурсов социальной сети, которая дана, то в последующем человек сам определяет свои потребности, управляет ресурсами сети и самой сетью.

В ситуации кризиса человек оказывается как бы «выпавшим» из прошлой социальной ситуации, но еще не включенным в новую. Он как бы оказывается «в нигде». И в этой смене социальной ситуации и задач развития он приобретает «нейтральную социальную идентичность» – неопределенности меры собственной субъектности. Изначально отказ от прошлой социальной ситуации требует активности субъекта. Его не «выкидывает» прошлая среда, а он сам должен сделать шаг в неизвестное будущее, в новую среду. Но уже в новой среде он оказывается в качестве объекта воздействия среды и проходит этап ориентирования в новой среде, усваивания новых моделей поведения.

Согласно Никласу Луману, автору теории аутопоэзиса, основным содержанием социальной сети являются коммуникации.

Такие сети коммуникаций являются самовоспроизводящимися. Каждая коммуникация порождает мысли и смысл, которые в свою очередь порождают коммуникации. Сеть как целое, таким образом, порождает самое себя – иными словами, является аутопоэтической. Повторяясь благодаря бесчисленному множеству обратных связей, коммуникации порождают общую систему убеждений, объяснений и ценностей – обычный смысловой контекст, – постоянно поддерживаемую дальнейшими коммуникациями.

Через посредство такого общего смыслового контекста индивидуумы приобретают своеобразие как члены социальной сети – так сеть выстраивает свою собственную границу.

Это не физическая граница; это граница ожиданий, конфиденциальности и лояльности. Соответственно принадлежность к какой-либо социальной сети возможна только на основе соответствия личностных смыслов и ценностей и ценностей сети. В случае возникновения их рассогласования сеть распадается или «несогласный» покидает ее.

Д.А. Леонтьев в качестве одной из линий развития смысловой сферы личности говорит о наличии тенденции в онтогенезе все большего опосредования ее социальными общностями и их ценностями. При этом главным вектором развития личности служит расширение объема социальных ценностей и возможности оперирования ими вместе с реализацией ценностей личности.

В процессе социальной идентификации личности сменяется размерность субъектности личности. А.Г. Асмолов различает эго-персонализацию, при которой значимые другие включаются в жизнедеятельность ребенка и вносят в него вклад, передавая собственные характеристики личности, и альтер-персонализацию «при которой личность, являясь субъектом деятельности, приобретает способность осуществлять вклад в социальную общность или шире – в культуру» [2, с. 533].

На стадии эго-персонализации Асмолов различает отношения «ребенок-взрослый» и развивающиеся позднее «ребенок–ребенок». Также в последующем развитии личности мы можем предположить отношения «взрослый-ребе-

нок». Если на стадии Р-В задачей ребенка является вбирание в себя смыслов и моделей поведения взрослого, то в системе Р-Р происходит «нормирование» полученных разными детьми моделей их взрослых, тем самым формируется некий общественно-разделенный взрослый, обладающий свойствами и «взрослого у ребенка А» и «взрослого у ребенка Б». Затем выросший ребенок становится сам моделью поведения. То есть в развитии выделяются стадии получения, обмена и нормирования и трансляции поведенческих стратегий.

Мы бы хотели расширить данную модель на ситуацию человека с ограниченными возможностями здоровья. Он оказывается в налагаемой на него обществом позиции «взрослый-ребенок», поскольку для отношений «ребенок-ребенок» необходима некая общность социальной идентичности с другим ребенком. В этот состоит препятствие для включения ребенка с ограниченными возможностями здоровья в мир «нормальных». Для такого ребенка существует путь общения также с детьми с ограниченными возможностями здоровья или конструирование своей социальной идентичности, при которой он может быть соотнесен со здоровыми или даже в чем-то превосходить их. Условное равенство может быть достигнуто при переходе от индивидуального уровня существования к уровню общечеловеческих ценностей и символического обмена. Другой путь – доказывать здоровым, что люди с инвалидностью способны достичь большего. Как пример можно привести участников параолимпийских игр.

Задача социальной саморегуляции личности заключается в обретении баланса между социально закрепленными личностными характеристиками уже устоявшейся формой личности воплощенными в социальных нормах и представлении о том, каким должен быть человек, что уметь и знать (в этом сущность социальной ситуации развития по Выготскому) и в представлении о том, что личность – это потенциальность. Она никогда не достигает своей полной завершенности и в этом смысле представляется как возможность своего осуществления. В процессе социальной идентификации личности сменяется размерность субъектности личности. При включении в новую социальную общность личность выступает как объект воздействия ценностей, смыслов и моделей поведения, принятых в этой общности. В дальнейшем, при сопоставлении с другими социальными общностями, человек приобретает представление о вариативности смыслов и социальных ролей в других социальных системах. И, следуя естественной потребности расширения паттернов социального реагирования в направлении большей реализации способностей личности, эта личность учится самостоятельно изменять и создавать свою социальную ситуацию развития. В зависимости от ригидности предшествующей социальной системы фиксированности смыслов и ценностей этой системы переход к новой социальной сети сопровождается или не сопровождается личностным кризисом.

Литература

1. Александрова Л.А., Лебедева А.А., Бобожей В.В. Психологические ресурсы личности и социально-психологическая адаптация студентов с ОВЗ в условиях профессионального образования // Психологическая наука и образование. 2014. № 1. С. 50–62.
2. Асмолов А.Г. Культурно-историческая психология и конструирование миров. М., 1996.
3. Выготский Л.С. Педагогическая психология. М., 2010. С. 71.

К вопросу диагностики особенностей поведения молодых взрослых в социальных сетях интернета

Скрыльникова Н.И.

Датой рождения российского Интернета (Рунета) принято считать 7 апреля 1994 г., когда в Международном информационном центре InterNIC было официально зарегистрировано право РосНИИПРОС администрировать доменную зону .ru.

В 1999 году по данным опросов Фонда общественного мнения (ФОМ) Интернетом в России пользовалось около 10 % населения. За прошедшее время возможности межсетевое взаимодействия значительно изменились. Согласно результатам исследований ФОМ, весной 2015 г. хотя бы раз в сутки в Интернет выходило 53 % населения России (61,5 млн. человек).

В 2015 г. Рунету исполнился 21 год, соответственно молодые люди, входящие в возрастную когорту 21–25 лет (вслед за Э. Эриксоном под молодостью будем понимать именно этот период), по сути, развивались параллельно с виртуальной реальностью, с ранних лет постигая ее законы и возможности. Вероятно, продолжительное ежедневное пребывание в Интернете для многих из них является столь же нормальным и необходимым, как для представителей старшего поколения – чтение книг.

По данным Всероссийского центра изучения общественного мнения (ВЦИОМ) в июле 2015 г., 90 % респондентов в возрастной группе 18–24 лет пользовались Интернетом практически ежедневно, 9 % – посещали виртуальное пространство несколько раз в неделю, 1 % – глобальной сетью не пользовались. В возрастной группе 25–34 лет ежедневно использовали Интернет 77 % опрошенных, 8 % – либо не пользовались вообще, либо пользовались эпизодически.

Отдельно следует отметить быстрое развитие в России в последние годы мобильного Интернета – технологии, значительно расширившей территориальные возможности подключения к глобальной сети.

Интересным представляется тот факт, что наиболее часто пользуются мобильным Интернетом именно представители молодого поколения. Так, в возрастной группе 12–24 лет для выхода в Интернет используют смартфоны 80 % респондентов, планшеты – 44 %. В когорте 25–44 лет – 59 % опрошенных входят в Интернет посредством смартфонов и 37 % используют планшет. А в возрастной группе 45+ только 11 % – смартфоны и 11 % – планшеты [2].

Параллельно с ростом Интернет-аудитории увеличилось и количество сервисов, доступных для посетителей виртуального пространства. Особенно

активно развиваются социальные медиа (social networking services) – совокупность сервисов, позволяющих пользователям сайтов самостоятельно создавать в рамках коммуникативного пространства свой контент и обмениваться им (например, социальные сети, форумы, сайты знакомств, блоги и т.д.).

Информатизация и глобализация общества привела к тому, что современный человек должен ежедневно анализировать и синтезировать большое количество информации за ограниченное количество времени. Существует теория, согласно которой молодые люди, выросшие в таких условиях, «воспринимают информацию по принципу клипа» [1].

Социальные сети позволяют посетителям с клиповым мышлением максимально комфортно взаимодействовать друг с другом. Например, записи на стене профиля посетителя, как правило, представлены в виде достаточно коротких тестовых отрывков, содержащих одну основную мысль, либо в виде графических изображений, видеоматериалов или музыкальных произведений.

В России наиболее популярными являются две социальные сети: *ВКонтакте* (www.vk.com), которую в июне 2015 г. в среднем за день посещали 14 298 тыс. человек, и *Одноклассники* (www.odnoklassniki.ru) – 7394 тыс. человек [3].

При этом, по данным ВЦИОМ, в июле 2015 г. Вконтакте посещали 85 % респондентов возрастной группы 18–24 лет, 71 % – 25–34, 54 % – 35–44, 30 % – 45–59, 25 % респондентов 60 лет и старше, а социальную сеть Одноклассники – 48 % – 18–24 лет, 56 % – 25–34 лет, 45 % – 60 лет и старше.

Следовательно, для социальной сети Вконтакте характерен тренд на понижение количества посетителей с увеличением их возраста. При этом учитывая возраст аудитории, активно использующей мобильный Интернет, закономерно, что самым популярным мобильным приложением является Вконтакте (им пользуется 8,4 млн. человек ежемесячно) [2].

Анализ статистических показателей, приведенных выше, дает право утверждать, что представители молодого поколения активно пользуются Интернетом для обмена информацией. При этом социальную сеть Вконтакте можно охарактеризовать как наиболее популярное коммуникативное пространство взаимодействия преимущественно молодых взрослых и более юных возрастных групп, а масштабы использования данной социальной сети позволяют говорить о необходимости анализа и поиска закономерностей поведения ее посетителей в зависимости от их психологических особенностей.

В России в последнее время стали появляться научные работы, посвященные анализу поведения посетителей социальных сетей, в то время как за рубежом данная тематика является одной из ведущих начиная со второй половины 2000-х годов.

Фундаментом для формирования психологии Интернета (киберпсихологии) в России послужила психология компьютеризации О.К. Тихомирова.

В настоящее время основные направления исследований в этой области посвящены преимущественно вопросам влияния компьютерных игр и Интернет-зависимости на различные аспекты жизни людей.

В качестве диагностического инструментария в настоящее время широко применяются Тест Интернет-зависимости Чен (шкала CIAS), опросник Интернет-зависимости К. Янг, шкала Интернет-зависимости А.Е. Жичкиной. Вопросы методик позволяют собирать данные для выявления статистических зависимостей, при этом качественные характеристики, а именно, почему и для чего респонденты поступают именно так, а не иначе, из поля зрения исследователей исключены. Отсутствие феноменологии способствует снижению полноты и точности выводов о специфике поведения людей в Интернете и особенностях восприятия Интернет-коммуникации представителями разных возрастных групп.

В рамках проводимого исследования перед нами стояла задача выявить закономерности поведения молодых взрослых в социальной сети Вконтакте в зависимости от их психологических особенностей. В качестве диагностического инструментария использовались: 16-факторный личностный опросник Р. Кеттелла, тест личностных акцентуаций В.П. Дворщенко (модифицированный вариант ПДО А.Е. Личко). Также была разработана анкета, позволяющая собирать информацию о поведении молодых взрослых в социальной сети ВКонтакте.

Остановимся более подробно на содержании анкеты, структура которой логически разделена на три части.

Вопросы первой части позволяют собирать общую информацию об использовании человеком Интернета. Начинается она с блока вопросов, посвященных социально-демографическим характеристикам респондентов (пол, возраст, семейное положение, профессия и т.д.). Далее следует ряд вопросов, направленных на выявление частоты использования Интернета в различных местах (дома, на работе, в машине, в компании друзей и др.); целей посещения виртуального пространства; видов технических средств, применяемых для выхода в Интернет (планшет, смартфон, персональный компьютер, ноутбук) и частоте их использования.

Третий блок вопросов посвящен сбору информации о частоте использования респондентами различных Интернет-сервисов (электронной почты, поисковых систем, разных видов социальных сетей, Интернет-магазинов и др.).

Вторая часть анкеты включает в себя вопросы о поведении респондентов в социальной сети Вконтакте. Если на открывающий данный раздел вопрос-фильтр: «У Вас есть профиль в социальной сети Вконтакте?» респондент отвечает: «Нет», ему предлагается объяснить, по каким причинам он решил не заводить профиль в данной социальной сети.

Далее следуют вопросы о количестве профилей в Вконтакте (если их несколько, предлагается объяснить, почему необходимо указанное количество); частоте посещения данной социальной сети, количестве друзей и фотогра-

фий, частоте обновления стены и статуса персонального профиля, а также наличия в нем реальной информации (имя и фамилия владельца, пол, возраст, город проживания) и другой информации, которую автор может размещать на своей странице в соответствии с правилами социальной сети.

Еще один блок вопросов посвящен сбору данных о том, насколько часто и каким видам записей, размещенным на персональной странице респондента, посетители ставят «мне нравится» или пишут свои комментарии. Владельцу профиля предлагается пояснить, является ли для него важным отклик посетителей, если да, то по каким причинам. Если отклик посетителей для владельца страницы не значим, то ему следует ответить, для каких целей он размещает записи на стене своего профиля.

Третья часть анкеты содержит вопросы, направленные на сбор информации о сходстве и дифференциации характеристик общения в реальности и в виртуальном пространстве. Открывается она блоком вопросов о степени соответствия ожиданиям респондентов реализации их коммуникативных потребностей при личном общении и общении в Интернете.

Далее следуют вопросы о том, приходилось ли опрашиваемым знакомиться в виртуальном пространстве, и возникало ли в дальнейшем желание перевести это общение в реальность, если да, то предлагается пояснить, почему это было именно так.

Третий блок включает вопросы SWOT-анализа, в соответствии с методологией которого необходимо оценить сильные и слабые стороны, а также возможности и риски (угрозы), которые несет общение в реальности и в виртуальном пространстве.

После этого респондентам предлагается отправить на указанный адрес электронной почты несколько фотографий, две из которых отражают их восприятие общения в реальности и две – общение в виртуальном пространстве Интернета соответственно. Далее следует пояснить, почему именно эти снимки наилучшим образом характеризуют данные виды коммуникации.

В завершение анкеты размещаются вопросы о темах, наиболее часто обсуждаемых молодыми людьми с их друзьями при личном общении и при общении в социальных сетях. Также респондентам предлагается написать, какие вопросы, по их мнению, следует добавить для получения необходимой информации об особенностях общения в реальности и в Интернете.

На наш взгляд, интересным представляется тот факт, что во время пилотажного исследования респонденты массово откликнулись на просьбу и предложили добавить ряд вопросов, которые сами по себе во многом характеризуют векторы интересов молодых людей: «У Вас больше друзей в реальности или в Интернете? Почему это так?», «Встречали ли вы когда-нибудь любовь в социальных сетях?», «Роль Интернета в вашем самообразовании?» «Общаетесь ли вы с помощью видеоконференций?» и др.

Таким образом, разработанная анкета позволяет собирать информацию об особенностях поведения молодых взрослых в социальной сети Вконтакте, а также об их восприятии сходств и различий личного общения и общения в виртуальном пространстве. Сопоставление данных, собранных с ее применением с результатами психологических методик (например, 16-факторного опросника Р. Кеттелла), позволяет устанавливать закономерности поведения Интернет-пользователей в зависимости от их психологических особенностей.

Литература

1. Грановская Р. Люди с клиповым мышлением элитой не станут [Электронный ресурс] URL: <http://www.rosbalt.ru/piter/2015/03/28/1382125.html> (дата обращения: 18.08.2015).
2. Интернет в России 2014. Отраслевой доклад [Электронный ресурс] URL: http://raec.ru/upload/files/rif15_report_special.pdf (дата обращения: 17.08.2015).
3. TNS Web Index: Аудитория интернет-проектов (июнь 2015) [Электронный ресурс]. URL: [http://www.tns-global.ru/services/media/media-audience/internet/information/?arrFilter_pf \[YEAR\]=2015&set_filter=Y](http://www.tns-global.ru/services/media/media-audience/internet/information/?arrFilter_pf [YEAR]=2015&set_filter=Y) (дата обращения: 18.08.2015).

Ингрупповая идентичность и отношение к аутгруппе в психологической безопасности образовательной среды: теоретический обзор

Чистовский Д.И.

В силу социально-политической ситуации важной составляющей психологической безопасности образовательной организации в современном обществе является толерантное отношение к представителям иных национальностей (мигрантам). С психологической точки зрения, данная проблема лежит в плоскости ингрупповой идентичности и отношения к аутгруппе. Взрослому, имеющему дело с обеспечением психологической безопасности в образовании, важно различать психологические особенности националистических и патриотических настроений в среде учащейся молодежи.

Патриотизм и национализм являются составной частью научных исследований национальной (гражданской) идентичности и связываются с одним из основных понятий теории социальной идентичности – ингрупповая идентичность и отношение к аутгруппе. Первый паттерн в научной литературе оценивается положительно (нейтральное или положительное отношение к «чужому»), второй – отрицательно (в связи с проявлением враждебности к иному). Современные психологические исследования национализма основываются на работе Р. Костермана и С. Фешбаха «Патриотические и националистические установки» (1989) [2], в которой отмечается односторонность подхода в психологическом описании национализма и важность разработки многофакторного подхода к патриотическим и националистическим аттитюдам. Авторы статьи, используя факторный анализ полученных с помощью опросника политических

установок данных, определили шкалы «патриотизма», «национализма» и «интернационализма». Рассмотрев их, Р. Костерман и С. Фешбах убедились в том, что национализм и интернационализм в принципе не зависят и не противостоят друг другу. Исходя из полученных данных, авторы исследования выявили разницу в национализме, который был свойственен в основном родившимся за пределами США, и патриотизмом, который присущ коренным американцам. Поэтому ученые заключили, что позитивная ингрупповая идентичность не обязательно ведет к враждебности к аутгруппе. Это понимание национализма и патриотизма и подобное их противопоставление часто используется в современной науке (равно как и опросник Р. Костермана и С. Фешбаха, который применяется как непосредственно, так и в авторской обработке) [5]. Поэтому основным направлением в психологическом исследовании национализма и патриотизма является изучение соотношения национализма и патриотизма – как массовые исследования в рамках политической психологии, так и исследования в рамках социально-психологической методологии [5]. В этом направлении исследований также показано влияние государственной символики на проявление национализма или патриотизма. Так, по данным американских экспериментальных исследований, респонденты, отвечавшие на поставленные вопросы в помещении «с флагами», показывали по шкале национализма более высокое чувство превосходства своей нации над другой [1].

Другой важной составляющей в исследованиях национализма и патриотизма является взаимосвязь между внутригрупповой идентификацией и национальными предрассудками. Так, исследования Й. Мейеса, Б. Дюрье, Н. Ванбеселера и Ф. Бойена показали, что у респондентов, имеющих наиболее высокий уровень идентификации и считающих самой важной этническую составляющую, национальные предрассудки выражены ярче, чем у тех, кто считает более важной гражданскую идентичность. Особое представление респондентов с наиболее высоким уровнем идентификации о национальности в свою очередь и провоцирует этнические конфликты. Результаты исследования показали, что чем больше респонденты имели ингрупповую идентификацию со своей этнической группой, тем больше этнических предрассудков они демонстрировали. При исследовании этой гипотезы в двух параллельных группах студентов высшей школы в длительной перспективе внутригрупповая идентификация на первой стадии позволила предсказать постепенные изменения представлений о национальной идентичности. Кроме того, эти изменения были предопределены изначальным уровнем этнических предрассудков [3].

В российских исследованиях проблема национализма и патриотизма изучена практически только в социологии. Но и в ней пока данная тематика исследована не в полной мере – так, пока не показаны связи между субъективной значимостью этнической идентичности как психологической основы воспроизводства этнонациональной идеологии и процессами формирования и поддержания установок межэтнической толерантности и гражданской иден-

тичности, а также не изучены социально-психологические причины изменения этнической идентичности из толерантной формы в интолерантную [4].

Таким образом, взрослый при построении психологически безопасной среды в образовательных организациях, включающих различные этнические, национальные, религиозные группы, должен учитывать внутригрупповую идентификацию обучающихся и сотрудников учреждения, ингрупповую идентичность и отношение к аутгруппе, а также возможные последствия использования национально-государственной символики на развитие толерантного отношения к «чужому».

Литература

1. *Kemmelmeier M., Winter D.G.* Sowing patriotism, but reaping nationalism? Consequences of exposure to the american flag // *Political Psychology*. 2008. V. 29. I. 6.
2. *Kosterman R., Feshbach S.* Toward a measure of patriotic and nationalistic attitudes // *Political Psychology*. 1989. V. 10. № 2.
3. *Meeus J., Duriez B., Vanbeselaere N., Boen F.* The role of national identity representation in the relation between in-group identification and out-group derogation: Ethnic versus civic representation // *British journal of social psychology*. 2010. Volume: 49. Issue: 2. P. 305–320.
4. *Рыжова С.В.* Этническая и гражданская идентичность в контексте межэтнической толерантности: Автореф. дис. ... канд. социол. наук. М., 2008.
5. *Хухлаев О.Е.* Психология национализма в зарубежных исследованиях // *Социальная психология и общество*. – 2012. – № 4.

Взросление современных студентов

Чернобровкина С.В.

Студенчество как период обучения в высшем или среднем специальном образовательном учреждении, период профессионального обучения рассматривается психологами, занимающимися проблемами возрастного развития личности, как период поздней юности.

Наиболее изученной в психологии является ранняя юность – старший школьный возраст. При этом ее нельзя отрывать от второго этапа юности, так как важные социальные задачи взросления, определяемые социальной ситуацией развития, распространяются на весь период в целом.

Юность как период перехода от детства к взрослости привлекает внимание исследователей в силу решения личностью многих жизненно важных задач. Данный возрастной период анализируется в психологической литературе с разных точек зрения: с позиции выбора профессии и профессионального самоопределения молодых людей, с точки зрения вхождения в самостоятельную жизнь в обществе, обретения нового статуса и новых социальных ролей, в аспекте перестройки внутреннего мира личности, поиска смысла жизни, построения целостной, непротиворечивой Я-концепции и др.

Социальный статус юноши неоднороден. Период от 14–15 до 18 лет назван И.С. Коном «третьим миром», существующим между детством и взрослостью.

«...это период завершения физического созревания, ... «доделок» и устранения диспропорций, обусловленных неравномерностью созревания» [1]. Период от 18 до 23–25 лет – поздняя юность или, по выражению И.С. Кона, «начало взрослости». «В отличие от подростка, который в основном еще принадлежит к миру детства, ... и юноши, занимающего промежуточное положение между ребенком и взрослым, 18–23 летний человек является взрослым и в биологическом и в социальном отношении. Общество видит в нем уже не столько объект социализации, сколько ответственного субъекта общественно-производительной деятельности, оценивая ее результаты по «взрослым» стандартам» [1].

Таким образом, период студенчества, обучения в высшем или среднем специальном образовательном учреждении рассматривается автором как период взрослости со своими задачами, требованиями, ориентирами и пр.

Собственный опыт преподавательской деятельности и руководства внеучебной работой на факультете психологии ОмГУ им. Ф.М. Достоевского, собственные эмпирические исследования [2], знакомство с работами других исследователей по сходной тематике позволили выделить ряд психологических особенностей учебной деятельности и специфических социально-психологических характеристик личности современных студентов.

1. Трудности учебной деятельности современных студентов

Доминирование внешней мотивации, не связанной с осуществляемой учебно-профессиональной деятельностью (стремление к материальному достатку в будущем, карьере, получение диплома о высшем образовании, влияние родителей, друзей, знакомых, близость, удобство по отношению к дому, общение и т.п.) и низкий уровень внутренних познавательных мотивов. Для большей части студентов первостепенное значение в определении отношения к учебе имеет требовательность преподавателей, в том числе ведение учета посещаемости занятий, что также свидетельствует о выраженности внешней мотивации учебно-профессиональной деятельности.

Низкий уровень представлений о специфике выбранной специальности, подавляющее большинство имеют представление «только в общих чертах», о том, чем им предстоит заниматься в будущем. Надежды на трудоустройство после окончания вуза связаны у студентов с помощью родителей, знакомых и в меньшей степени с собственной активностью и своими личностно-деловыми характеристиками.

Трудности самоорганизации в процессе учебной деятельности: пропуски учебных занятий, прокрастинация, фрагментарность подготовки к семинарским и практическим занятиям, трудности систематизации знаний и умений при подготовке к зачетам и экзаменам, использование поведенческого отстранения: большое количество времени, проводимого в Интернете социальных сетях, за компьютерными играми.

2. Социально-психологические характеристики личности студентов

Высокая личностная тревожность, впечатлительность, склонность к рефлексии и низкая стрессоустойчивость. Высокий уровень самопринятия, амбициозность, наличие высоких запросов при отсутствии способов и навыков разрешения проблем. Трудности организации собственного времени, цели подвержены частой смене, планирование малореалистично.

Во взаимодействии выраженная индивидуалистичность, ориентация на себя, стремление быть независимым и самостоятельным.

Указанные особенности учебной деятельности и личностные характеристики современных студентов позволяют говорить о противоречивости процессов личностного и профессионального самоопределения.

Обучение студентов на младших курсах (1 и 2) сопряжено с адаптацией к нормам и требованиям вузовского образования, романтизацией профессии, удовлетворенностью новым социальным статусом. С 3 курса студенты начинают переживать этап разочарований – противоречий, связанных с осмыслением правильности выбора профессии. Важнейшее условие преодоления данного кризиса – самостоятельная выработка новых личностных смыслов в обучении и последующей работе. Решение задач профессионального и личностного самоопределения происходит в юности комплексно. Трудности обретения себя в профессии связаны, по нашему мнению, со спецификой взросления современных студентов. Противоречия в освоении позиции взрослого человека, являющейся одной из основных задач периода юности, свидетельствуют о переживании молодыми людьми кризиса юности.

Основное противоречие кризиса юности – готовность юношей (биологическая, физическая, мотивационная) к переходу во взрослую, самостоятельную жизнь и психологическая незрелость, как неготовность решать проблемы, встающие перед взрослым человеком. Далеко не всегда молодые люди способны разрешить данное противоречие самостоятельно.

Личностное и профессиональное самоопределение является относительно совпадающими этапами социализации и развития современных студентов, существенным основанием для которых является образ взрослости. Принятие образа взрослости обеспечивает осознание цели и смысла своей дальнейшей жизнедеятельности студентами.

Проблема нашего исследования состоит в выявлении специфики самооценки и образа взрослости у студентов, обучающихся по разным программам «специалитета» и «бакалавриата», и взаимосвязи данных параметров взрослости с личностными характеристиками: самоотношением, локусом контроля, временной перспективой.

В нашем исследовании приняли участие студенты (60 человек) факультета психологии Омского государственного университета им. Ф.М. Достоевского, обучающиеся по программам: «специалитет» и «бакалавриат». Данные программы отличаются по длительности периода и содержанию

обучения, что влияет на результат образования, на формирование образа взрослости и вследствие этого на личностное и профессиональное самоопределение студентов.

В результате эмпирического исследования были сделаны следующие выводы.

- Образ взрослости у студентов характеризуется такими качествами как: ответственность за себя; ответственность за другого; самостоятельное принятие решений; финансовая независимость. При этом в группе студентов-специалистов существует тенденция к преобладанию частоты встречаемости данных характеристик.
- Студенты-специалисты в сравнении со студентами-бакалаврами характеризуются тенденцией к более высокой оценке у себя качеств взрослого человека по шкалам: ответственность за себя; ответственность за другого; социально-экономическая самостоятельность; реалистичность (воплощение замыслов); самостоятельность в принятии решений.
- Самоотношение студентов-специалистов и студентов-бакалавров имеет высокие показатели выраженности факторов: глобальное самоотношение; самоуважение; аутосимпатия; самоинтерес; самоуверенность; самопринятие; самопоследовательность; самопонимание и низкими показателями выраженности факторов: ожидаемое отношение от других; самообвинение.
- Локус контроля студентов-специалистов и студентов-бакалавров имеет интернальную направленность.
- Временная перспектива студентов двух форм обучения характеризуется устремленностью в будущее. Также в структуре прошлого временной перспективы приоритетным является позитивное прошлое, а в настоящем – гедонистическое настоящее. Негативное прошлое и фаталистическое настоящее выражены значительно меньше в структуре временной перспективы личности студентов двух форм обучения.
- В группе студентов-специалистов были обнаружены следующие взаимосвязи изучаемых параметров. Личностные факторы: «глобальное самоотношение», «самопоследовательность» в структуре самоотношения; «интернальный локус контроля» положительно коррелируют с самооценкой взрослости по критерию «ответственность за другого». Экстернальный локус контроля отрицательно коррелирует с самооценкой взрослости по критерию «ответственность за другого»; «самоуважение», «отношение других» в структуре самоотношения отрицательно коррелирует с самооценкой взрослости по шкале «экономическая самостоятельность».
- В группе студентов-бакалавров были обнаружены следующие взаимосвязи. Интернальный локус контроля положительно коррелирует с самооценкой взрослости по параметру «ответственность за себя». Личностный фактор: «самопоследовательность» отрицательно коррелирует с самооценкой взрослости по критерию «экономическая самостоятельность»; «гедони-

стическое настоящее» в структуре временной перспективы отрицательно коррелирует с самооценкой зрелости по шкале «реалистичность мышления»; экстернальный локус контроля отрицательно коррелирует с самооценкой зрелости по параметру «ответственность за себя».

Проведенное исследование показало наличие дифференцированного образа зрелости у студентов, основанием которого являются такие значимые характеристики, как ответственность и самостоятельность. Студенты высоко оценивают собственную зрелость, считая наиболее выраженными у себя качества: самостоятельности, ответственности, реалистичности. При этом студенты, обучающиеся по программе «специалитет», имеют тенденцию к более высоким показателям самооценки зрелости.

Полученные взаимосвязи показали, что оценка собственной зрелости у студентов по критерию «ответственность» (за себя и другого) положительно коррелирует с компонентами самоотношения и интернальным локусом контроля, что указывает на гармоничность и целостность взрослеющей личности.

Противоречия существуют, по нашему мнению, в оценке собственной зрелости по критерию «экономическая самостоятельность». Данный показатель отрицательно взаимосвязан у студентов с «самоуважением», «отношением других», «самопоследовательностью». Чем выше самоуважение, самопоследовательность, чем позитивнее отношение других, тем ниже самооценка студентов по критерию «экономическая самостоятельность». Полученные результаты требуют дальнейшего осмысления. Предположительно: стремление молодых людей к финансовой независимости даже при наличии выраженного самоуважения пока не находит желаемых форм реализации, что сказывается на оценке себя как взрослого человека.

Полученные результаты дают возможность нового осмысления интересов и потребностей современных студентов в контексте процесса взросления.

Существующая в настоящее время стандартизация системы высшего образования, ориентация на нормативность, неготовность, прежде всего, административно-педагогического корпуса к изменениям приводит ко все более заметному разрыву между потребностями студентов и требованиями образовательного стандарта.

Указанное противоречие разворачивается в условиях экономической нестабильности и социальной неопределенности, которые требуют формирования у современных студентов качеств зрелой личности, составляющих основу их социальной мобильности, успешности и уверенности в себе.

В связи с этим необходима реализация в ходе профессионального образования специальных комплексных программ для студентов, развивающих личность студента, позволяющих осуществить рефлекссию имеющихся и поиск новых ресурсов для овладения позиции взрослого.

Литература

1. Кон И.С. Психология ранней юности: книга для учителя. М., 1989.
2. Чернобровкина С.В. Кризис юности у студентов как кризис взросления // Вестник Омского университета. Серия «Психология». 2014, № 1.
3. Чернобровкина С.В. Кризис юности: взаимосвязь особенностей переживания с характеристиками социально-психологической адаптации // Вестник Омского университета. Серия «Психология». 2010, № 2.

Психологическая суверенность студенческой молодежи в виртуальной интернет-среде (на модели социальной сети ВКонтакте)

Шановаленко А.А.

Становление современной личности происходит в условиях внедрения Интернет-ресурсов во все сферы жизни, возникновения виртуального коммуникативного пространства социальных интернет-сетей. Сетевой социум создает условия одновременного существования и в физической, и в виртуальной реальности, что сопровождается принципиально новыми феноменами (например, межличностным взаимодействием в интернете и самопрезентацией личности в виртуальной среде) и неизвестными ранее угрозами, далеко не всеми пользователями социальных сетей осознаваемыми.

В эпоху интернет-технологий выбор и преобразование жизненной среды, установление и поддержание психологических границ в виртуальном мире – такая же насущная необходимость, что и в мире реальном [3]. Одна из острых проблем, связанная с расширением присутствия социальных сетей в повседневной жизни человека, – это постоянное расширение (размывание) личной сферы, снижение или отказ от приватности, нежелательная «прозрачность», «медиализация» частной жизни. Особенно актуальна она для молодых пользователей социальных сетей, которые стремятся получить внимание и признание путем обновлений статуса, демонстраций фото, видео и при этом игнорируют вероятные риски вторжения и нарушения их личного пространства.

Взяв за основу понятие «психологическое пространство личности», сформулированное и операционализированное в рамках субъектно-средового подхода С.К. Нартовой-Бочавер [1], мы решили проанализировать психологическое пространство личности в виртуальной среде (или, что-то же самое, – виртуальное психологическое пространство личности) как феномен личностных границ в виртуальной реальности.

В качестве модели интернет-среды мы избрали социальную сеть ВКонтакте как наиболее популярную в нашей стране, охватывающую практически полностью все молодое поколение России. По нашему мнению, страница в социальной сети может быть рассмотрена как «платформа» виртуального психологического пространства личности. Этот новый феномен персонали-

зации части виртуального пространства, наделения его индивидуализированными характеристиками нуждается в изучении и понимании.

На основе результатов современных психологических, философских, социологических, культурологических и других исследований интернета нами охарактеризованы свойства виртуального психологического пространства личности, показана соотносимость свойств виртуального и базового психологического пространства личности; обоснована структура ВППЛ.

Нами разработан, опробован и валидизирован исследовательский инструмент для определения характеристик психологической суверенности личности в интернет-среде (на примере социальной интернет-сети ВКонтакте) – опросник «Суверенность психологического пространства в социальной сети» (ВСПП-СС) [2]. Также были использованы опросник «Суверенность психологического пространства» С.К. Нартовой-Бочавер, методика «Границы Я» Н. Браун в адаптации Е.О. Шамшиковой, методика «Шкалы психологического благополучия» К. Рифф в адаптации Т.Д. Шевеленковой, П.П. Фесенко, тест жизнестойкости (адаптация Д.А. Леонтьева, Е.И. Рассказовой опросника С. Мадди).

В эмпирической части исследования в качестве испытуемых приняли участие 410 человек, студенты дневных отделений нескольких московских вузов (РГСУ, МГПУ, МГУПС), в возрасте от 18 до 21 года.

Основные выводы исследования.

1. Виртуальное психологическое пространство личности мы понимаем как относительно самостоятельную часть общего феномена границ психологического пространства (не только в реальном, но и в виртуальном мире). Считаем необходимым обозначить проблему психологической суверенности личности в виртуальной среде как отдельную, особую, не сводимую к прежде выделенной проблеме суверенности «базового» ППЛ.
2. Психологическая суверенность личности в виртуальной среде, измеренная на модели социальной сети ВКонтакте, характеризуется индивидуальной вариативностью как по общему уровню, так и по конкретным секторам ВППЛ. Выявлены статистически значимые половые различия виртуальной суверенности: у представительниц женского пола общий уровень виртуальной суверенности и уровень суверенности в двух отдельных секторах (в секторе социальных связей и в секторе режимных привычек) значимо выше, чем у юношей мужского пола.
3. Психологическая суверенность в виртуальной среде социальной сети у студенческой молодежи имеет разную тесноты связи с базовыми личностными качествами (психологической дистанцией, жизнестойкостью, психологическим благополучием личности).
4. Психологическая суверенность в виртуальной среде социальной сети у студенческой молодежи тесно (хотя и нелинейно) связана с базовой личностной суверенностью. Это указывает на целостность феномена суве-

ренности психологического пространства (в физической и виртуальной реальности), однако при относительной самостоятельности виртуальной суверенности как его специфической части.

5. На основании кластерного анализа по параметрам личностной (базовой) суверенности и суверенности в виртуальной среде нами эмпирически выделены три кластера, характеризующиеся определенным соотношением признаков и названные нами в соответствии с этим:

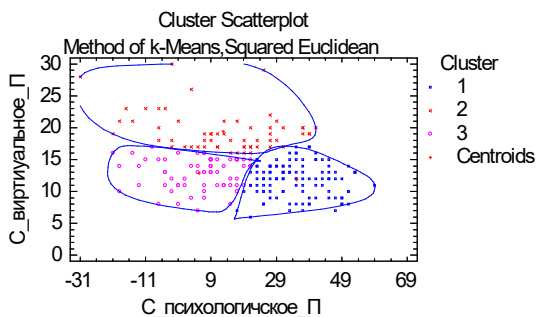


Рис. 1. Кластеры, образованные в нашей выборке по показателям базовой суверенности и суверенности в виртуальной среде социальной сети

Кластер 1 – низкая суверенность в виртуальной среде и сравнительно высокая базовая личностная суверенность. Самая многочисленная подгруппа, составила почти половину выборки (46,8 %). Из них: 35,5 % подгруппы – юноши, 64,5 % подгруппы – девушки.

Кластер 2 – сравнительно высокая суверенность в виртуальной среде и низкая базовая личностная суверенность. Вошла примерно четверть (25,1 %) выборки. Из них: 25,4 % кластера – юноши, 74,6 % – девушки.

Кластер 3 – низкая суверенность в виртуальной среде и низкая базовая личностная суверенность. В третью подгруппу вошли 28 % выборки. Из них юноши – 33,3 % кластера, девушки – 66,7 %.

Статистических различий в распределении испытуемых по полу между кластерами не выявлено ($\chi^2=1,8$, $p=0,405$).

Опишем личностные характеристики представителей трех эмпирически выделенных кластеров, уделив особое внимание конфигурации «частей», измерений личностной суверенности («базовой» и «виртуальной»):

Кластер 1 – «спокойно-допускающий» тип личностной суверенности в виртуальной интернет-среде

Для лиц, вошедших в первый кластер, имеющих нормативный уровень личностной суверенности, характерно своего рода «распространение» опыта прошлого успешного автономного поведения на виртуальную среду. Они и в виртуальной реальности продолжают ощущать себя естественно и аутентично, при этом недооценивая специфику интернет-среды, не придавая особого

значения новизне и не разворачивая в связи с этим особой, необходимой для этой виртуально-жизненной ситуации защитной активности. То есть в первой подгруппе две части суверенности сопрягаются по механизму «переноса»: выработанная уверенность в себе транслируется в виртуальность без достаточного учета своеобразия этой новой социальной среды.

Кластер 2 – «защитно-компенсаторный» тип личностной суверенности в виртуальной интернет-среде

Это люди с нарушением личностной эффективности, и их неуверенная настороженная жизненная позиция, возможно, и подталкивает их к защитной активности в виртуальной реальности, в пространстве социальной сети – по механизму компенсации. Тревога, беспокойство, сложившиеся как результат вторжений в прошлом, обусловленные негативной самооценкой, подталкивают к значительно более выраженной активности по конструированию своего «виртуального образа» для других участников сети.

Кластер 3 – «равнодушно-попустительский» тип личностной суверенности в виртуальной интернет-среде

Перед нами довольно противоречивый образ личности, представляющей данную подгруппу. Эмоционально-позитивное отношение к себе и собственной жизни при нормативном уровне жизнестойкости – и в то же время сверхнизкий уровень базовой суверенности (выраженная травмированность), значимо более высокий уровень нарушения границ Других (то есть границы личности, свои и чужие, не воспринимаются как ценность). Обнаруженный в данной подгруппе низкий уровень «виртуальной» суверенности может быть понят следующим образом: личность (даже в целом нормативно жизнестойкая и психологически благополучная) с негативным прошлым опытом удовлетворения потребностей в приватности в различных измерениях базового психологического пространства не предпринимает попыток регулировать их и в виртуальной сфере, как бы продолжая усвоенное отношение «по накатанной», то есть мы вновь обнаруживаем действие механизма переноса при координации базовой и виртуальной суверенности личности, но переноса опыта негативного содержания.

Таким образом, осуществление избирательного контроля доступности собственного Я, виртуальная идентификация и правильное поведение, обеспечивающее адекватную меру открытости миру и другим, – это одна из важнейших задач субъектного развития и сохранения автономии личности, особенно на этапе взросления и молодости.

Литература

1. *Нартова-Бочавер С. К.* Понятие «психологическое пространство личности»: обоснование и прикладное значение // Психологический журнал. – 2003. – № 6.
2. *Шаповаленко А.А.* Диагностика характеристик личностной суверенности в интернет-среде: разработка опросника // Ученые записки РГСУ. – 2015. – № 2.
3. *Altman I.* The environment and social behavior. Privacy, personal space, crowding. N. Y., 1975.

Развитие жизнеспособности в период ранней взрослости: анализ моделей совладающего поведения будущих педагогов¹

Шубникова Е.Г.

Для повышения эффективности профилактики аддиктивного поведения среди детей и молодежи мы пришли к мысли о необходимости разработки базовых компетентностей профилактической деятельности педагога. Разработанная В.Д. Шадриковым концепция системогенеза позволяет нам на основе ее ключевого понятия психологической системы деятельности проанализировать различные виды субъект-субъектной деятельности, в том числе и профилактическую [5].

Мы предложили разработку состава базовых компетентностей профилактической деятельности социального педагога и дали их подробную характеристику.

1. Компетентность в области личностных качеств (жизнеспособность личности). Анализ современных исследований в области профилактики зависящего поведения позволил ученым выявить такие личностные качества, наличие которых помогает человеку отказаться от употребления психоактивных веществ. Речь идет об адаптивной модели поведения, которая соответствует в полном объеме структуре жизнеспособности личности человека. Высокий уровень жизнеспособности помогает педагогу быстро адаптироваться к требованиям социума, справляться с жизненными трудностями на основе эффективных стратегий поведения. Поэтому одним из важнейших личностных качеств, необходимых для эффективной реализации профилактической деятельности, является именно жизнеспособность [7].

С этой целью нами было проведено изучение структурных элементов жизнеспособности.

Н.А. Сирота, В.М. Ялтонский разработали три теоретических модели копинг-поведения здоровых и больных наркоманией и алкоголизмом людей: модели адаптивного, псевдоадаптивного дисфункционального, пассивного дисфункционального дезадаптивного копинг-поведения. Учеными дана подробная характеристика каждой модели, которая включает в себя следующие компоненты: 1) используемые копинг-стратегии поведения; 2) направленность мотивации; 3) уровень развития личностных и средовых ресурсов (возможностей) преодоления трудных жизненных ситуаций (уровень интеллекта, Я-концепция, локус контроля, социальная компетентность, эмпатия, ценностно-мотивационная структура личности, социальная поддержка и др.) [4]. Характеристики адаптивного копинг-поведения фактически и обеспечивают жизнеспособность личности. Модель адаптивного копинг-поведения включает в себя не только стратегии поведения, но и когнитивную оценку ситуации, которая и лежит в основе дальнейшего «движения к новому этапу жизни», а также личностно-средовые ресурсы, необходимые для его осуществления.

¹ Исследование выполнено при финансовой поддержке РГНФ (проект № 15-06-10170а).

По нашему мнению, модель адаптивного совладающего поведения в полном объеме отражает структуру понятия жизнеспособности [8].

А.А. Нестерова определяет жизнеспособность как системное качество личности, характеризующее единство индивидуальных и социально-психологических способностей человека к реализации ресурсного потенциала, использованию конструктивных стратегий поведения в трудных жизненных ситуациях, который обеспечивает возвращение личности на докризисный уровень функционирования или определяет посткризисный личностный рост [3].

Важным этапом исследования является выявление взаимосвязи понятий жизнеспособности и стратегии совладающего поведения. Согласимся с мнением А.И. Лактионовой о том, что «жизнеспособность» отличается от способности «преодолеть трудную жизненную ситуацию» (стратегии совладания), подразумевающей разрешение определенных проблем, но без дальнейшего позитивного развития. Жизнеспособность подразумевает не просто преодоление человеком трудностей и возврат к прежнему состоянию, но и прогресс, движение через трудности к новому этапу жизни. Поэтому «жизнеспособность» является более широким понятием, чем «стратегия совладания с трудными жизненными ситуациями». Однако последняя категория, бесспорно, является одной из самых важных составляющих в структуре жизнеспособности [2].

2. В компетентности в постановке целей и задач профилактической деятельности выявлены следующие компетентности и показатели: умение ставить цели и задачи профилактической деятельности по отношению к коллективу и конкретным учащимся; умение ставить цели профилактической деятельности в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями учащихся.

3. Компетентность в области мотивации поведения учащихся на участие в профилактической деятельности включает: умение создавать ситуации, обеспечивающие успех во время участия в профилактической деятельности; умение создавать условия обеспечения позитивной мотивации для участия воспитанников в профилактической деятельности.

4. Компетентность в области обеспечения информационной основы профилактической деятельности предполагает: компетентность в предмете педагогической профилактики; компетентность в методах и технологиях педагогической профилактики зависимого поведения детей и подростков; компетентность в субъективных условиях профилактической деятельности, знание учеников и учебных коллективов.

5. В компетентность в области разработки программ профилактической деятельности включаются следующие компетентности: умение выбрать и реализовать программу профилактики, использовать методические и дидактические материалы; умение самостоятельно разработать собственную программу профилактики, методические и дидактические материалы для профилактики зависимого поведения детей и молодежи.

6. К компетентности в области организации профилактической деятельности были отнесены: умение устанавливать субъект-субъектные отношения с учащимися; умение организовать профилактическую деятельность учащихся [7].

Эта работа позволила нам провести анализ эффективности подготовки студентов педагогического вуза по профилю «Психология и социальная педагогика» и проанализировать успешность реализации ими профилактической деятельности в образовательной среде во время социально-педагогической практики.

В данной статье мы представим результаты изучения стратегий совладающего поведения будущих социальных педагогов. В экспериментальной работе приняли участие 19 студентов 3 курса психолого-педагогического факультета, которые обучались по направлению «Психолого-педагогическое образование» по профилю «Психология и социальная педагогика». Средний возраст испытуемых 20,5 лет. И.В. Шаповаленко относит этот возраст к периоду ранней зрелости [6].

На этапе констатирующего эксперимента нашего исследования студенты были обследованы по методике «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях» (КПСС) (адаптированный Т.Л. Крюковой вариант методики Н. Эндлера и Д. Паркера) (Coping Inventory for Stressful Situations (CISS)) [1], так как копинг-стратегии, как мы показали выше, являются важным составляющим элементом жизнеспособности.

Нами было выявлено, что в группе только 5 студентов (26,3 % респондентов) имеют высокий показатель по проблемно-ориентированному копингу (ПОК). Это будущие педагоги, которые стараются использовать все имеющиеся у них личностные ресурсы для поиска эффективных способов разрешения проблемы. Они активны при решении жизненных проблем. Остальные 9 студентов имеют средний (47,4 % опрошенных) и низкий показатель (26,3 % респондентов) копинга, ориентированного на решение проблем. Последние стараются в сложных ситуациях от молчаться, переждать.

Высокие показатели по эмоционально-ориентированному копингу (ЭОИ) имеют 7 студентов (36,8 % опрошенных), что говорит об их высокой импульсивности при конфликтах и при решении проблем. Большинство же респондентов в сложных ситуациях сдержанны. Эти студенты имеют средний (57,8 % опрошенных) и низкий (5,4 % респондентов) показатель эмоционально-ориентированного копинга.

9 студентов, то есть 47,4 % обучающихся, имеют высокий показатель по копингу, ориентированному на избегание (КОИ). Эти студенты при проблемах стараются уклониться от решения проблем, они не предпринимают никаких действий для решения проблем, ждут, когда проблемы разрешатся сами собой. 10 будущих педагогов (52,6 % опрошенных) имеют средний показатель по КОИ. В группе не выявлено студентов с низким уровнем копинга, ориентированного на избегание.

В рамках нашего исследования мы проанализировали и выявили на основе полученных результатов склонность студентов к использованию адаптивных или дезадаптивных моделей преодолевающего поведения на основе следующих показателей.

1. Испытуемые, имеющие средний или высокий уровень копинга, ориентированного на решение проблем, средний уровень копинга, ориентированного на эмоции и низкий уровень копинга, ориентированного на избегание, склонны к выбору адаптивной модели копинг-поведения.
2. Студенты, имеющие низкий уровень проблемно-ориентированного копинга или высокий уровень копинга, ориентированного на избегание, придерживаются псевдоадаптивной модели поведения.
3. Если же выявлены и низкий уровень проблемно-ориентированного копинга, и одновременно высокий уровень копинга, ориентированного на избегание, то в этом случае имеет место склонность к выбору дезадаптивной модели копинг-поведения.

После анализа результатов было выявлено, что только 7 студентов (36,8 % респондентов) имеют модель адаптированного копинг-поведения. Для них характерно сбалансированное использование соответствующих возрасту копинг-стратегий с преобладанием мотивации на достижение успеха над мотивацией избегания неудач, готовность к активному противостоянию среде.

9 человек в группе (47,5 % студентов) используют модель псевдоадаптивного копинг-поведения. Эти студенты используют как пассивные, так и активные базисные копинг-стратегии. В проблемных ситуациях они чаще всего обращаются за помощью к близким людям, ищут поддержки у окружающих.

3 студента в группе (15,7 % респондентов) имеют модель дезадаптивного копинг-поведения. Эти обучающиеся чаще используют пассивные копинг-стратегии, чем активные. Они не готовы к активному противостоянию среде; у них преобладает мотивация избегания неудачи, негативное отношение к проблеме, оценка ее как угрозы; защитный характер поведения. В качестве ведущей используется копинг-стратегия «Избегание».

Таким образом, было выявлено, что из числа опрошенных только 36,8 % будущих социальных педагогов имеют адаптивные модели совладающего поведения.

На этапе формирующего эксперимента были разработаны и проведены в рамках работы «Центра обучения здоровью» ФГБОУ ВПО «ЧГПУ им. И.Я. Яковлева» занятия «Школы волонтера-тренера». Со студентами были проведены занятия по следующим темам: «Как начать тренинг по профилактике зависимостей?», «Структура тренингового занятия по профилактике», «Как провести тренинговое занятие по профилактике», «Сумка тренера», «Как завершить тренинг?». По результатам этой работы студенты прошли посвящение в волонтеры и стали членами волонтерской организации психолого-педагогического факультета «Притяжение».

В продолжение этой работы со студентами 3 курса психолого-педагогического факультета нами были проведены тренинговые занятия по разработанной нами программе «Педагогическая профилактика зависимого поведения детей и молодежи» [7].

Анализ только первого блока компетентностей в области профилактической деятельности показывает, что студенты педагогических вузов часто сами используют псевдоадаптивные и неадаптивные модели совладающего поведения, не обладая высоким уровнем жизнеспособности. Часто это впоследствии способствует риску развития синдрома профессионального выгорания педагогов, их дезадаптации. Полученные результаты необходимо учитывать в процессе подготовки будущих педагогов к профилактике аддиктивного поведения детей.

Литература

1. *Крюкова Т.Л.* Методология исследования и адаптация опросника диагностики совладающего (копинг) поведения // Журнал практического психолога. 2007. № 3.
2. *Лактионова А.И.* Взаимосвязь жизнеспособности и социальной адаптации подростков: Дис. ... канд. психол. наук. М., 2010.
3. *Нестерова А.А.* Социально-психологическая концепция жизнеспособности молодежи в ситуации потери работы. Автореф. дис. ... докт. психол. наук. М., 2011.
4. *Сирота Н.А., Ялтонский В.М., Хажиллина И.И., Видерман Н.С.* Профилактика наркомании у подростков: от теории к практике. М., 2001.
5. *Шадриков В.Д.* Психология деятельности человека. М., 2013.
6. *Шаповаленко И.В.* Возрастная психология (психология развития и возрастная психология). М., 2005.
7. *Шубникова Е.Г.* Подготовка студентов педагогического вуза к профилактике зависимого поведения детей и молодежи. М., 2014.
8. *Шубникова Е.Г.* Теоретические подходы к изучению структурных компонентов жизнеспособности личности как основы профилактики зависимого поведения // Российский гуманитарный журнал. 2013. Т. 2. № 1.

Раздел II *Зрелость*

Часть 1

Зрелость: новые жизненные стратегии

Эмпатия – один из факторов, предопределяющий эффективность управленческой деятельности

Абдуллаева И.Д.

Деятельность руководителей – сложный по функциональной структуре и психологическому содержанию труд. Для эффективной управленческой работы особенно важно умение понимать состояние и мотивы поведения другого человека, поэтому управленцу необходимо обладать не только общей положительной установкой к общению с другими людьми, но и такой социально-психологической составляющей успешности управленческой деятельности, как эмпатия. Он не просто сочувствует, сопереживает и соучаствует, но и самым способом своего переживания конструктивно воздействует на человека. Как отмечал Карл Роджерс (1984): «Быть эмпатичным трудно. Это означает быть ответственным, активным, сильным и в то же время – тонким и чутким» [6].

К числу трудов, раскрывающих сущностные аспекты эмпатии в профессиональной деятельности, относятся исследования: О.Ю. Богачевой (Эмпатия как профессионально важное качество врача, 2014), И.В. Дементьева (Влияние эмпатии на профессиональную успешность офицеров-психологов пограничных органов, 2013), Е.В. Мельник (Влияние эмпатии на формирование профессиональной коммуникативной компетенции будущих педагогов-психологов, 2007).

Целью нашего исследования является изучение и выявление факторов, предопределяющих эффективность управленческой деятельности, и в данной публикации рассматривается один из них – эмпатия. И поскольку одними из основных и важных навыков в управленческой деятельности, обеспечивающими ее эффективность, являются способность регулировать конфликтные ситуации и наличие сформированности организаторских способностей, задачей является выявить, определяются ли вышеизложенные профессионально важные навыки эмпатией.

Нами было проведено исследование, в котором участвовали 52 респондента, занимающиеся предпринимательской деятельностью. Были использованы следующие методики: методика К. Томаса «Стили управления конфликтными ситуациями»; опросник «Особенности духовно-нравственной сферы личности» (Р.И. Суннатова и И.Д. Абдуллаева); методика Л.И. Уманского, А.Н. Лутошкина, А.С. Чернышова, Н.П. Фетискина «Психологическая оценка организаторских способностей личности» [7].

Полученные данные подлежали математической обработке и качественному анализу. Математическая обработка заключалась в проведении дескриптивной статистики для определения надежности анализируемых данных (табл. 1).

Таблица 1

Надежность методик и шкал по Альфа-Кронбах

Методика «Особенности духовно-нравственной сферы личности»	0,791
Шкала «Эмпатия»	0,755
Методика «Психологическая оценка организаторских способностей личности»	0,948
Шкала «Психологическая избирательность»	0,844
Шкала «Владение практической психологией»	0,868
Шкала «Психологический такт»	0,881
Шкала «Склонность к организаторской деятельности»	0,855

Цель качественного анализа заключалась в доказательстве, что между оптимальным профилем стилей управления конфликтными ситуациями и эмпатией имеется связь. По каждому респонденту были проанализированы результаты по всем шкалам методики К. Томаса для того, чтобы выявить группы с конструктивными и деструктивными типами управления конфликтными ситуациями. Из всей группы респондентов, в первую очередь, была выделена группа, у которой доминирующими стилями управления конфликтами были сотрудничество, компромисс и соперничество. Такой профиль свойственных управленцу стилей регулирования конфликтами может рассматриваться как конструктивный для эффективности управленческой деятельности. Поэтому эту группу мы определили как группу «Конструктивные». Тех респондентов, у которых доминировали такие стили управления конфликтами, как избегание, приспособление, соперничество и компромисс, а стиль «сотрудничество» получил низкие баллы, т.е. был на последнем месте в профиле стилей, мы определили, как группу «Деструктивные». Иными словами, на основе качественного анализа были выделены три группы респондентов: крайние две группы («Конструктивные» и «Деструктивные») и одна смешанная, в которую вошли респонденты, имеющие доминирование двух противоположных стилей, например, соперничество и приспособление. Группа с конструктивным набором стилей управления конфликтами составляет около 34 % от общего числа респондентов. В этой группе доминирующими типами управления конфликтными ситуациями были сотрудничество, соперничество и компромисс.

Результаты сравнительного анализа показали, что у 94,4 % респондентов с конструктивным набором стилей управления конфликтами показатели по шкале «эмпатия» являются средними. Это дает нам основание делать выводы о том, что средний уровень сформированности эмпатии взаимосвязан с конструктивным профилем стилей регулирования конфликтными ситуациями. Таким образом, наше предположение о том, что в основе такого профес-

сионально важного качества предпринимателя, как управление конфликтами, лежит средний уровень сформированности эмпатии, подтверждается.

Как мы и предполагали, высокий и низкий уровни сформированности эмпатии не могут способствовать выбору адекватного стиля управления конфликтными ситуациями в предпринимательской деятельности. Для людей, проявляющих высокую степень эмпатии, характерны мягкость и доброжелательность, общительность и эмоциональность. У управленцев доминирует направленность внимания на «отношения», а профессиональное внимание на «дело – решение профессиональных задач», соответственно, снижается, тем самым блокируется успешность деятельности. Для предпринимателей с низким уровнем сформированности эмпатии характерно отсутствие эмоционального проявления доброжелательности, выражающееся зачастую в холодности и некоторой жесткости в общении. Очевидно, что такая атмосфера взаимодействия, тем более в конфликтной ситуации, не может способствовать управлению ею, а также достижению своих интересов, в частности, предпринимательских.

Качественный анализ для доказательства того, что сформированность организаторских способностей в предпринимательской деятельности предопределяется эмпатией, заключался в следующем: по каждому респонденту были проанализированы результаты шкал по методике Л.И. Уманского и А.Н. Лутоткина. В первую группу вошли управленцы, у которых доминирующими (т.е. средние и высокие баллы) были организаторские способности по четырем отобраным шкалам. Первая группа со сформированным набором организаторских способностей составила около 35 % от общего числа респондентов. Во вторую группу вошли те респонденты, у которых организаторские способности по четырем шкалам получили низкие баллы. Иными словами, на основе качественного анализа были выделены две группы респондентов. У управленцев со средними и высокими показателями по четырем выделенным шкалам организаторских способностей показатели по шкале «эмпатия» также являются средними и высокими. Это позволяет нам делать вывод о том, что сформированность эмпатийных способностей предопределяет сформированность организаторских способностей.

Результаты нашего исследования подтверждают, что между эмпатией и двумя важными навыками управленческой деятельности: регулирование конфликтными ситуациями и организаторские способности, безусловно, взаимосвязь имеется. Причем эмпатия, предопределяющая эффективность управленческой деятельности, обеспечивается не столько сопереживанием как сочувствие человеку, сколько сформированностью ее действенного уровня.

Литература

1. *Абдуллаева И.Д.* Духовно-нравственный ресурс успешности жизнедеятельности человека. – Т.: «Fan va texnologiya», 2014, 10,5 п.л.

2. *Богачева О.Ю.* Эмпатия как профессионально важное качество врача (на примере врачей терапевтов и врачей хирургов). Дисс. ... канд. психол. наук: Ярославль, 2014.
3. *Дементьев И.В.* Влияние эмпатии на профессиональную успешность офицеров-психологов пограничных органов. Дисс. ... канд. психол. наук: Москва, 2013.
4. *Карпов А.В., Петровская А.С.* Исследование влияния эмоционального интеллекта на управленческую деятельность // Вестник интегративной психологии. Вып. 2, 2007.
5. *Мельник Е.В.* Влияние эмпатии на формирование профессиональной коммуникативной компетентности будущих педагогов-психологов. Дисс. ... канд. психол. наук: Казань, 2007.
6. *Роджерс К.* Эмпатия // Психология эмоций / Под ред. В.К. Виллонаса, Ю.Б. Гиппенрейтер. – М., 1984.
7. *Уманский Л.И.* Личность. Организаторская деятельность. Коллектив // Избранные труды. Кострома, 2001.

Человек ищущий: альтернативные формы профессиональной самореализации взрослой личности

Айсина Р.М., Коньков С.А.

Повсеместное распространение информационных технологий привело к образованию пространства возможностей для появления новых форм трудовой активности, значительно отличающихся от стандартной занятости на полный рабочий день у одного работодателя. К ним можно отнести, прежде всего, дистанционную (удаленную) работу, а также самозанятость, или фриланс. Причем нередко эти формы труда сочетаются друг с другом, так как большинство фрилансеров работают именно дистанционно.

Д.О. Стребков и А.В. Шевчук определяют фрилансеров как *«независимых профессионалов высокой квалификации, которые не состоят в штате организаций и не включены в традиционные трудовые отношения, а самостоятельно реализуют свои услуги на рынке различным клиентам, не являясь субподрядчиками единственного заказчика»* [2].

Фриланс как модель занятости предполагает в качестве необходимой основы способность профессионала к самоорганизации своего труда на всех его этапах и характеризуется следующими особенностями: проектный режим работы, неравномерность рабочей нагрузки (в один период времени фрилансер может работать над несколькими проектами, а в другой – не иметь ни одного проекта), полизанятость (возможность одновременно выполнять заказы, полученные от нескольких работодателей), дистанционный характер работы и использование электронных средств труда: в большинстве случаев фрилансер выполняет свою работу с помощью компьютера и широкополосного интернета – для получения и передачи больших объемов информации, поддерживает связь с заказчиком заочно (опять же – через интернет) и получает оплату с помощью электронных платежных систем.

Виртуальное пространство, формируемое и осваиваемое фрилансерами, привело к появлению виртуальных рынков труда (ВРТ) – специфических сетевых сообществ, которые позволяют организовать не только взаимодействие работодателей и соискателей проектной работы, но и способствуют обмену опытом, получению новых знаний, повышению квалификации независимых профессионалов, а также совершенствованию механизмов регулирования контрактных отношений.

В указанных условиях информатизации рынка труда и открывающихся перспектив нестандартной занятости постепенно происходят изменения в трудовых ценностях профессионалов, а их карьерные амбиции порой претерпевают интересные метаморфозы.

Одно из объяснений происходящему можно найти в книге британского социолога З. Баумана «Текущая современность». Автор отмечает, что в современном мире пространство все больше утрачивает свою ценность, тогда как ценность времени, напротив, возрастает [1]. Достижения научно-технического прогресса привели к тому, что человек в течение нескольких часов может пересечь полмира и может с легкостью общаться через интернет с людьми, находящимися за тысячи километров от той точки, в которой он находится. Конечно, возможности беспрепятственного перемещения из города в город и из страны в страну доступны не всем: они требуют определенного уровня финансового дохода и определенной доли свободы в распределении собственного жизненного, в том числе и рабочего, времени.

Но часть современных профессионалов во многих странах мира обладают такими возможностями. В особенности это относится к самозанятым профессионалам (фрилансерам), занимающимся программированием, веб-дизайном, переводческой деятельностью, журналистикой, фотографией, аудио- и видеосъемкой и монтажом, написанием рекламных и информационных текстов, а также работающим в сфере консультативных услуг различного рода (кадровый, финансовый, управленческий консалтинг и др.). Для них характерны космополитические воззрения, и они с легкостью оставляют свое местожительство, если переезд в другой город, сельскую местность или даже в другую страну представляется им более перспективным. При этом одни определяют перспективу в контексте профессионального роста, другие – в плане личного развития, а третьи считают наиболее перспективным для себя саму возможность более комфортной и удобной жизни. Профессионалы данной категории на сегодняшний день есть и в России [2].

Итак, проблема пространственной удаленности стала весьма относительной и достаточно легко преодолимой. Сегодня время и скорость гораздо более значимы, чем расстояние. По мнению З. Баумана, определяющей для экономической активности и личностной эффективности человека стала скорость его мышления, ведь именно она способствует появлению новых идей и обеспечивает принятие решений, которые наиболее адекватны текущим обстоятельствам.

Бауман вводит понятие «flexibility», обозначая им наиболее востребованную стратегию современной жизни – *гибкость и готовность к переменам*. В мире высоких скоростей нужно не только быстро мыслить, но и быстро действовать, ориентируясь на краткосрочную перспективу, тогда как делать долгосрочные прогнозы – неблагодарное дело, ведь в условиях «текущей современности» изменения не имеют ясных последствий. Поэтому наиболее успешен в жизни будет тот, кто «не привязывает» себя к определенному месту, обладает мобильностью и сам распоряжается своим временем [1].

Как следствие, господствовавшая долгое время традиционная форма организации труда: работы с полным рабочим днем, стабильной оплатой и пакетом социальных гарантий – перестает быть единственно возможной. Часть современных профессионалов движется по пути индивидуализации карьеры, изменяя привычный порядок, распространенный среди большинства работников.

Нередко пусковым механизмом для поворота в карьере, отказа от традиционного движения вверх по ступеням служебной иерархии становится кризис среднего возраста, характеризующийся переоценкой жизненного и профессионального пути.

Впервые в психологии на личностные трансформации взрослой личности, переживающей кризис середины жизни, обратил внимание К.Г. Юнг. Период, следующий за 35–40-летием, он считал чрезвычайно важным для каждого человека, так как только перешагнув этот рубеж, индивидуум начинает всерьез заглядывать вглубь себя, постепенно продвигаясь по пути личностного роста, который Юнг обозначил понятием «индивидуация». В процессе индивидуации психика человека способна выработать новый центр – Самость, который занимает место первичного центра – Эго. Формирование Самости предполагает максимально полную, завершенную дифференциацию и гармоничное сочетание всех аспектов личности, интеграцию содержания личного и коллективного бессознательного. Этот процесс представляет два основных этапа.

Первый этап заключается в посвящении во внешний мир и завершается формированием Персоны или структуры «Эго», т.е. такого склада личности, который воспринимается самим носителем и людьми его окружения как подлинная и единственная личность. Однако, по убеждению К.Г. Юнга, Персона не является истинной личностью человека. Она воплощает собой лишь привычное ролевое поведение, которое строится на основе социальных стереотипов. Второй этап – посвящение во внутренний мир в процессе дифференциации и отмежевания психологии индивидуальной от психологии коллективной, словами К.Г. Юнга – процесс восамления. Как правило, началу процесса восамления предшествует кризис или момент отчаяния, переживания, просветляющий сознание человека и направляющий его по этому пути. Обычно это происходит именно в период среднего

возраста, но при этом диапазон индивидуальных вариаций здесь весьма значителен, такой опыт человек может пережить и 30, и в 40, и в 50 лет, и в более позднем возрасте. Восамление начинается с отделения от псевдоличности – Персоны – и продлевается углублением в бессознательные сферы, которые надлежит поднять в сознание. В результате происходит осознание человеком себя *тем, чем он является от природы, в отличие от того образа, который воплощает Персона* и за который человеку хочется себя выдавать. Другими словами, в период взрослости для личности становится актуальным пересмотр прежних отношений с социумом, прежних ценностей, установок и стереотипов.

Юнгианский аналитик Дж. Холлис, обобщая свой опыт многолетней работы с людьми среднего возраста, предлагает точную метафору для описания этого поворотного момента в жизни. *«Многие из нас относятся к жизни, как к роману, – пишет он. Мы спокойно переходим с одной его страницы на другую, ожидая, что на самой последней автора, наконец, раскроет нам весь смысл произведения... Так вот, на последней странице мы умрем, независимо от того, поймем мы или не поймем логику всего происходящего до этого»* [3]. Некоторые люди пытаются *понять* и имеют смелость признаться себе, что движутся «куда-то-не-туда-и-непонятно-зачем», а затем прислушаться к своим истинным потребностям и желаниям, которые ранее были заглушены требованиями и ценностями общества. В этом случае нередко происходит переоценка карьерных амбиций и профессионал начинает осознавать, что работа, которая занимала большую часть его жизни и привела к финансовому и социальному успеху, не соответствует системе индивидуальных ценностей и не приносит внутреннего удовлетворения.

Стратегией изменения жизненного пути в целом, и карьеры в частности для определенной части состоявшихся профессионалов среднего возраста становится дауншифтинг. Это понятие (от англ. «downshifting» – буквально «сдвиг вниз»), впервые использованное в 1991 году американской журналисткой Sarah Van Breathnach, обозначает социальный феномен, состоящий в добровольном отказе от универсальных ценностей общества потребления, высоко-го социально-профессионального статуса и дохода в пользу высвобождения времени и сил для поиска своей индивидуальности. Чаще всего профессионалы интересующей нас категории реализуют дауншифтинг посредством перехода от вертикальной карьеры к упомянутым ранее альтернативным формам труда, а именно к удаленной работе на условиях фриланса.

Оценки дауншифтинга как социокультурного феномена на сегодняшний день неоднозначны. Ряд авторов рассматривают его как, в большей степени, дезадаптивное явление, другие подчеркивают положительные стороны дауншифтинга и относят его к одной из разновидностей современных форм личностной и профессиональной самореализации. Обобщая результаты ис-

следований, проведенных в России и за рубежом, следует признать, что дауншифтинг – явление крайне сложное и противоречивое, таящее в себе не только возможности для актуализации подлинного «Я», обретения Самости, но и значительные опасности. Во многих случаях отказ от привычного, стабильного образа жизни, хотя и не приносящего удовлетворения и радости, но обеспечивающего высокий статус и не менее высокий материальный доход, приводит к дезадаптивным последствиям, причем не только на социальном, но и на личностном уровне. Не секрет, что сам по себе отказ от прежней жизни не приводит к автоматическому получению новой, более привлекательной и желанной. Внутренние проблемы и конфликты не покидают человека вместе с оставленной «ненавистной» работой, а нередко, наоборот, обостряются, выступают на первый план.

В результате, велика вероятность того, что дискомфортные переживания, эмоциональная напряженность, хроническая усталость, которые прежде связывались с избыточными стрессами, перегрузками и высокой ответственностью на работе, не исчезнут волшебным образом, так как причины этих состояний заключены не в работе и связанным с ней образом жизни, а в неразрешенной проблематике глубинно-личностного характера. Скоротечная «эйфория» от обретенной свободы вполне может смениться ощущением хаотичности существования, которое ранее было структурировано работой.

Свобода – ноша, которая по силам не каждому. Построение нового жизненного пространства требует высокой ответственности, серьезных волевых усилий, предприимчивости, самоорганизации и, как это ни парадоксально в таком контексте, большого труда. Человеку, проживающему кризис среднего возраста, важно осознать: неэффективно и небезопасно рассматривать фриланс и дауншифтинг как план побега. Ведь от *Себя* не убежать. Эти стратегии могут привести к успеху только в том случае, если они реализуют не побег, а поиск. И тогда – «дорогу осилит идущий...».

Литература

1. Бауман З. Текучая современность. СПб., 2008.
2. Стребков Д.О., Шевчук А.В. Фрилансеры на российском рынке труда // Социологические исследования. 2010. № 2.
3. Холлис Дж. Перевал в середине пути: Как преодолеть кризис среднего возраста и найти новый смысл жизни. М., 2009.

Психолого-педагогические вопросы образования людей в период зрелости

Алехнович Е.Ч.

Динамичность процессов, происходящих в современном обществе, сопровождаемая информационной насыщенностью, активным внедрением новых

технологий во все сферы жизнедеятельности предполагает высокий уровень как интеллектуальной, так и поведенческой мобильности человека, высокое развитие у него способности к отбору и обработке нужной информации. К сожалению, не каждый человек, особенно человек, вышедший из периода активного обучения, может безболезненно адаптироваться к этим условиям, найти себя в стремительно меняющемся мире, в полной мере отвечать новым, все более усложняющимся запросам.

Сложность текущего этапа для взрослого человека обусловлена также и возрастающими требованиями к нему как к профессионалу. Необходимость в постоянном совершенствовании личности как субъекта профессиональной деятельности становится очевидным фактом.

В связи с этим необходимость непрерывного образования на протяжении всего продуктивного периода жизни взрослого человека не вызывает сомнений.

Круг вопросов, интересующих исследователей в сфере образования взрослых, достаточно широк. Так, например, вопросы теории и практики обучения взрослых широко представлены в трудах С.И. Змеева, И.А. Колесниковой, Н.И. Бычкова и др.; специфика познавательной деятельности взрослого человека в процессе образования и самообразования, а также вопросы мотивации обучения людей данной возрастной группы затрагивается Ю.Н. Кулюткиным, Г.С. Сухобской, С.Г. Вершловским; проблемы ускоренного образования взрослых изучает Б.Ц. Бадмаев и др.

Сравнивая психологические особенности взрослых и незрелых обучающихся, Дж. Бернардин и Дж. Расселл выделяют следующие отличия: взрослые, в отличие от незрелых, считают себя способными самостоятельно определять направления собственного развития и хотят, чтобы окружающие признавали за ними такое право; они обладают практическим опытом, который непременно привносят в учебный процесс и именно этот опыт позволяет им сделать самостоятельный выбор относительно того, что и как они хотят изучать. Взрослые осознают свои потребности в обучении и поэтому могут определить сами, что и в каком порядке они хотят изучать. Они активно заинтересованы в немедленном применении изучаемого для решения своих актуальных практических проблем. Кроме того, взрослые обучаемые имеют определенный внутренний эталон обучения и могут отдавать предпочтение определенному стилю обучения. Отметим также, что в процессе образования взрослых, на наш взгляд, важно учитывать также и факт того, что человека данного возраста можно рассматривать в качестве субъекта собственной жизни. Он осознанно принимает решения, связанные с дальнейшим развитием, профессиональным совершенствованием, жизненными выборами и т.п., занимает активную и ответственную позицию относительно всего, что происходит в его жизни.

Поэтому общение педагога и ученика данной возрастной группы может и должно строиться исключительно в русле равно партнерских, субъект-субъектных отношений.

На основании вышеперечисленных отличий С.И. Змеев выделяет ряд принципов образования взрослых. К числу основных из них можно отнести: приоритет самостоятельного обучения; принцип совместной деятельности, предусматривающий совместную деятельность обучающегося с обучающим, а также с другими обучающимися по планированию, реализации, оцениванию и коррекции процесса обучения; принцип опоры на опыт обучающегося, согласно которому жизненный (бытовой, социальный, профессиональный) опыт обучающегося используется в качестве одного из источников обучения как самого обучающегося, так и его товарищей; принцип индивидуализации обучения, предполагающий создание индивидуальной программы обучения, ориентированной на конкретные образовательные потребности и цели обучения; принцип системности обучения, ориентирующий на соблюдение соответствия целей, содержания, форм, методов, средств обучения и оценивания результатов обучения; принцип актуализации результатов обучения, предполагающий безотлагательное применение на практике приобретенных обучающимся знаний, умений, навыков, качеств; принцип осознанности обучения, означающий осознание, осмысление обучающимся и обучающим всех параметров процесса обучения и своих действий по организации процесса обучения [3].

Анализ исследований по данной проблеме показывает, что исследователи едины во мнении о том, что с психологической точки зрения образование взрослых сопряжено с рядом противоречий. Прежде всего, они проявляются в несовпадении статусов взрослого человека, находящегося в ситуации обучения. С одной стороны он имеет вполне четкий социальный, возрастной статус, а с другой – должен выступать в роли ученика. Кроме того, каждый взрослый человек рассматривает себя как вполне зрелого профессионала, и в то же время перед ним возникает необходимость повышать свой профессиональный уровень, изменять определенные профессиональные стереотипы, принимать и признавать факт недостаточности своих профессиональных (и не только) знаний и стремиться к их восполнению.

Бесспорно, возрастные особенности зрелого человека, возраст которого определяется 35–55 (60) годами, во многом определяют специфику его обучения. К числу основных из этих особенностей исследователи относят как физические изменения, которые, прежде всего, затрагивают людей старше 50-ти лет, и проявляются в уменьшении выносливости и работоспособности, появлении сенсомоторных изменений (ухудшение слуха, снижение зрения), притуплении нервной чувствительности, так и изменения, затраги-

вающие познавательные возможности человека, в частности, его мнемические характеристики.

Однако наличие жизненного опыта, умение грамотно организовывать свою деятельность, четко расставлять приоритеты, способность в неблагоприятных условиях концентрировать внимание, высокий уровень владения логическими операциями, развитые рефлексивные навыки позволяют людям зрелого возраста компенсировать вышеуказанные издержки и достигать значительных результатов деятельности, оставаться конкурентоспособными, а при условии образования и самообразования и далее продолжать свое профессиональное совершенствование.

Данный факт выявил в своих исследованиях еще Б.Г. Ананьев, обращал внимание на то, что в процесс обучения взрослого человека сопряжен с замедлением скорости его интеллектуальных реакций, но в то же время степень его обучаемости возрастает [1].

Бесспорно, эти факты влияют на специфику организации процесса обучения представителей данной возрастной группы. Полагаем, что учет вышеперечисленных психологических особенностей взрослых людей и соблюдение принципов их обучения позволят оптимизировать процесс их обучения, послужат условием их личностного и профессионального развития.

Литература

1. *Ананьев Б.Г.* О проблемах современного человекознания. – СПб., 2001.
2. *Андреев А.А.* Педагогика высшей школы. Новый курс. – М., 2002.
3. *Змеев С.И.* Андрагогика: основы теории и технологии обучения взрослых. – М., 2003.
4. *Образование взрослых: социально-психологические проблемы, поиски, решения /* Под ред. Ю.Н. Кулюткина, Г.С. Сухобской. – СПб., 2000.

Временная перспектива жизни женщин периода перехода 30-летия с разным семейным положением

Бачурина О.В., Шаповаленко И.В.

Постоянно повышающийся темп жизни, турбулентность общественной жизни погружают современного человека в каждодневные ситуации выбора. С этим связано увеличение в последнее время числа исследований, посвященных проблематике целеполагания, создания образа будущего, жизненного плана, «временной перспективы» Отношение человека к будущему выражается во временной перспективе будущего, в ее когнитивном, эмоциональном, аффективном измерениях.

Особый интерес представляет исследование специфики временной перспективы в переходные возрастные периоды жизни личности. Именно в такие

периоды временная перспектива приобретает наиболее выраженные характеристики. Одним из выделяемых многими авторами критических периодов в жизни взрослого человека является период перехода 30-летия. В целом он характеризуется стремлением к снятию напряжения, возникающего от осознания личностью несовпадения целей, устремлений и задач, определенных в молодости, с реальными возможностями и способностями. Помимо этих противоречий, проживание и разрешение данного кризиса у женщины усугубляется наличием дополнительных источников напряжения. К ним относят – соблюдение баланса «семья-работа», осознание уходящей молодости. При отсутствии детей возникает необходимость субъективного решения этого вопроса, которая обусловлена физиологическими изменениями детородной функции женщины, соблюдения баланса женственность – карьерный рост, который часто связан с присвоением большей части мужских компетенций. Учитывая, что создание семьи является одной из важных задач возраста, возникает вопрос, насколько конструктивное решение этой задачи оказывает влияние на характер проживания рассматриваемого периода женщинами.

Цель исследования заключалась в сравнении характеристик временной перспективы жизни у женщин периода перехода 30-летия, состоящих в браке и имеющих хотя бы одного ребенка, и женщин, не состоящих в браке и не имеющих детей.

Предметом исследования стали содержание, глубина, эмоциональное отношение к прошлому, настоящему и будущему у женщин периода перехода 30-летия.

Общая гипотеза исследования

Временная перспектива жизни различается у женщин, состоящих в браке и имеющих хотя бы одного ребенка, и незамужних и не имеющих детей женщин периода перехода 30-летия.

Частные гипотезы

1. Существуют различия в эмоциональном отношении к прошлому, настоящему и будущему у замужних и незамужних женщин периода перехода 30-летия.
2. Существуют различия в содержательном наполнении временной перспективы.
3. Существуют различия в глубине планирования и протяженности временной перспективы у замужних и незамужних женщин.
4. Существуют различия в уровне самоактуализации женщин, состоящих в браке и имеющих ребенка/детей и не состоящих в браке и не имеющих детей. Уровень самоактуализации личности взаимосвязан с характеристиками временной перспективы у женщин периода 30-летия.

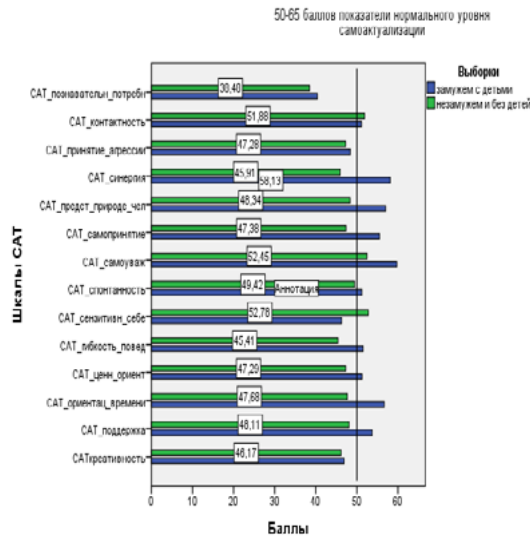
В эмпирическом исследовании приняли участие 72 работающие женщины в возрасте от 28 до 35 лет, из них 50 % женщин замужем и имеют хотя бы

одного ребенка (первая подгруппа), и 50 % женщин – не замужем и не имеют детей (вторая подгруппа).

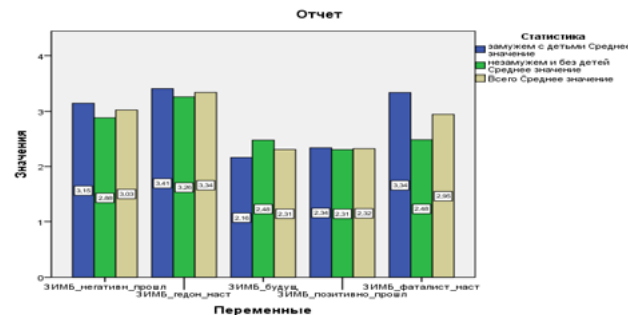
Использованы следующие методики: самоактуализационный тест (САТ) Э. Шострома; методика мотивационной индукции (ММИ) Ж. Нюттена; опросник временной перспективы Ф. Зимбардо.

В результате исследования получены данные, позволяющие установить взаимосвязь уровня самоактуализации личности с такими характеристиками временной перспективы как эмоциональное отношение к прошлому, настоящему и будущему, глубина и насыщенность, содержательное наполнению временной перспективы будущего у женщин периода перехода 30-летия. Удалось выявить различия в уровне самоактуализации женщин периода перехода 30-летия, состоящих в браке и воспитывающих хотя бы одного ребенка, и не состоящих в браке и не имеющих детей.

Основные выводы:



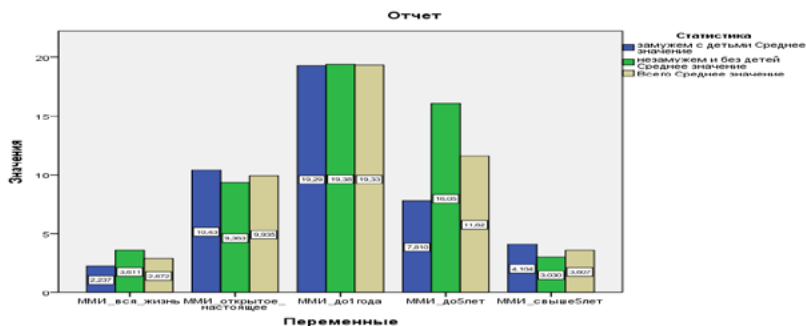
1. В ходе эмпирического исследования был измерен уровень самоактуализации женщин периода 30-летия. В среднем по всей выборке этот уровень характеризуется невысокими средними показателями, со значимыми различиями по сравниваемым выборкам: в первой группе средние показатели значимо выше (кроме шкалы Сензитивность к себе), чем во второй. Таким образом, на общем фоне невысокой степени развития личностных характеристик, уровень самоактуализации у замужних женщин значимо выше, чем у одиночек.



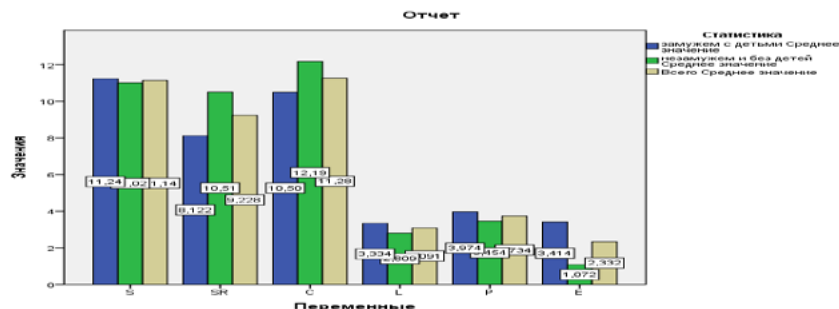
2. Выявлены значимые различия между группами по преобладающим временным ориентациям и сбалансированности временной перспективы. Временная перспектива женщин первой группы характеризуется несбалансиро-

ванностью с выраженной ориентацией на фаталистическое настоящее, негативное прошлое и гедонистическое настоящее с пониженным вниманием к будущему и позитивному прошлому. Женщины второй группы демонстрируют более сбалансированную и позитивную временную перспективу с выраженной ориентацией на позитивное прошлое и будущее.

3. Женщины обеих групп размещают много мотивационных объектов в диапазоне планирования «До 1 года» с явной тенденцией к сужению планирования будущего в зависимости от отдаленности события: чем дальше срок события, тем насыщенность временной перспективы меньше. Различия наблюдаются в планировании сроком до 5 лет, этот параметр у женщин второй группы выражен более явно, нежели в первой. В то же время, испытуемые первой группы имеют больше мотивационных объектов, размещенных в отдаленной перспективе (на срок свыше 5 лет). Таким образом, основной горизонт планирования женщин перехода 30-летия – настоящее и самое ближайшее будущее.



4. Содержание и мотивационное наполнение временной перспективы у по обеим группам различно: женщины первой группы больше аккумулируют усилия на укреплении материального положения и организации свободного времени; женщины второй группы сконцентрированы на самореализации, стремлении выйти замуж, обрести собственную семью. У женщин первой группы среди мотиваторов, расположенных в отдаленном будущем (свыше 5 лет), встречались такие как старость, смерть, конечность, что является показателем качественно иного отношения ко времени жизни в сравнении со второй группой.



Структура мотивационного содержания временной перспективы будущего S-личность SR-самореализация C-коммуникации L – свободное время P-материальные блага E – познание.

5. Корреляционный анализ продемонстрировал множественные связи между измеряемыми параметрами. Шкалы самоактуализационного теста коррелируют практически со всеми параметрами, измеряющими характеристики временной перспективы: с результатами опросника Ф. Зимбардо на 88 %, с данными ММИ – на 82 %. Таким образом, степень сбалансированности временной перспективы, размах ее планирования, насыщенность и содержание связаны с уровнем личностного развития.

	Корреляции													
	По Спирману													
	SAT_поддержка	SAT_ориент_время	SAT_ценн_о_времени	SAT_либод_о_повед	SAT_сезниитв_себе	SAT_спонтанность	SAT_самовуак	SAT_самогрятие	SAT_предд_природе_чел	SAT_смерние	SAT_принятие_агрессии	SAT_контактность	SAT_познавательн_потребн	SAT_креативность
	Коэффициент корреляции	Коэффициент корреляции	Коэффициент корреляции	Коэффициент корреляции	Коэффициент корреляции	Коэффициент корреляции	Коэффициент корреляции	Коэффициент корреляции	Коэффициент корреляции	Коэффициент корреляции	Коэффициент корреляции	Коэффициент корреляции	Коэффициент корреляции	Коэффициент корреляции
SAT_поддержка	1,000	.486	.032	.827	.236	.520	.448	.883	.192	.337	.310	.527	.428	.201
SAT_ориент_время	.486	1,000	-.010	.853	-.083	.164	.495	.480	.315	.535	-.268	-.124	.339	-.278
SAT_ценн_о_времени	.032	-.010	1,000	-.144	.029	.592	.228	-.298	.575	.676	.091	-.140	.422	-.178
SAT_либод_о_повед	.827	.853	-.144	1,000	.013	.285	.365	.836	-.100	-.318	.092	.453	.311	-.108
SAT_сезниитв_себе	.236	-.083	.029	.013	1,000	.427	.271	-.106	-.285	-.346	.860	.258	-.052	-.126
SAT_спонтанность	.520	.164	.592	.285	.427	1,000	.501	.102	.322	.483	.302	.219	.626	.288
SAT_самовуак	.448	.495	.228	.365	.271	.501	1,000	.483	.224	-.301	-.331	-.300	.407	-.346
SAT_самогрятие	.883	.480	-.298	.839	-.100	.102	.483	1,000	.114	-.169	-.377	.211	.262	-.041
SAT_предд_природе_чел	.192	.315	.575	.100	-.295	.322	.224	.114	1,000	.886	-.980	.262	.380	.202
SAT_смерние	.337	.535	.676	.318	-.346	.483	.301	.169	.596	1,000	-.331	-.012	.403	.371
SAT_принятие_агрессии	.310	-.268	.091	.092	.860	.302	-.331	-.377	-.030	-.331	1,000	.276	-.698	.321
SAT_контактность	.527	.124	-.169	.453	.258	.219	-.100	.211	-.262	-.012	.276	1,000	.334	-.152
SAT_познавательн_потребн	.428	.339	.422	.311	-.052	.626	.407	.262	.180	.403	-.698	.334	1,000	-.039
SAT_креативность	.201	-.278	-.175	-.028	.105	.288	-.145	-.041	.202	.171	.321	-.152	-.039	1,000
ММИ_негатив_прошл	-.192	-.177	.259	-.021	.007	.255	.006	-.042	-.077	.276	.296	.254	.241	.210
ММИ_гедон_наст	.359	.080	.367	.230	-.322	.867	.505	.134	.122	.229	.442	.072	.423	.353
ММИ_будущ	-.387	-.218	.231	-.325	.028	.085	.106	-.220	-.139	-.132	-.262	.136	-.249	
ММИ_позитив_прошл	-.267	-.188	.091	-.045	-.461	-.060	-.176	-.078	.027	-.072	-.521	-.452	.167	.267
ММИ_фаталит_наст	.474	.338	.236	.344	-.028	.390	.424	.303	.088	.531	-.009	.284	.338	.121
ММИ_вся_жизнь	-.192	-.048	-.324	-.077	.091	-.193	-.112	-.590	-.213	-.386	.002	.449	-.224	-.491
ММИ_открыто_настояще	.233	.135	.256	.074	.120	.294	.446	.259	.474	.215	.348	-.290	-.019	.458
ММИ_до_года	.012	-.026	.328	.136	-.170	.241	-.245	-.235	.040	-.117	-.023	.260	.321	.112
ММИ_доблет	-.038	.257	-.025	.146	-.110	.120	-.133	-.690	-.230	-.021	-.052	-.037	.241	.058
ММИ_смышлет	.335	.390	-.146	.200	-.052	-.034	.223	.590	.216	.145	-.278	-.071	.192	-.293

Итак, проживание периода перехода 30-летия у замужних и незамужних женщин протекает различно.

– У незамужних женщин этот период не характеризуется наличием ярко выраженных кризисных проявлений, что, однако, с учетом других показателей, скорее может свидетельствовать о застревании в нерешенных задачах возраста, о жизни целями, ориентирами и приоритетами молодости, о нечуткости к реальному возрасту и слабому осознанию себя во времени жизни.

– У замужних женщин, имеющих хотя бы одного ребенка, проживание указанного периода неоднозначно и противоречиво, феноменологически ближе к общим закономерностям этого кризисного возрастного периода. Основная трудность этого периода для них – стремление быть эффективной на двух поприщах: профессиональном и семейном.

Интересной особенностью является мотивационное содержание будущего замужних женщин, имеющих детей. В структуре их мотивационных объектов обнаруживаются такие экзистенциальные данности как конечность, старость,

неизбежность болезней и встречи со своей немощью, смерть. Наличие этих объектов является характеристикой более зрелой личности, целостно ощущающей время своей жизни. Из этого сделать косвенный вывод о позитивной роли семьи в психологическом росте и развитии личности.

Субъективная готовность к браку и родительству у мужчин и женщин в возрасте ранней зрелости

Белановская М.Л.

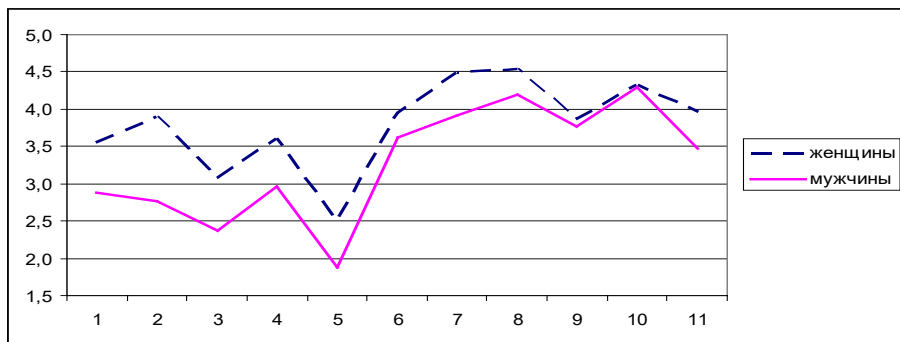
Современные изменения в институте брака и семьи требуют своевременного и целенаправленного изучения. В условиях переживания современной семьей кризиса, выражающегося в снижении ее стабильности и уровня рождаемости, увеличении количества разводов и альтернативных форм брака, все большую значимость приобретает проблема психологической готовности людей к браку и семейной жизни. Трансформация брачно-семейного и, в частности, репродуктивного поведения современных молодых людей оказывает влияние на состояние демографической устойчивости общества, определяет наличие трудовых ресурсов, влияет на обеспечение интеллектуального, научного, культурного потенциала и на сохранение историко-генетической памяти социума [2; 3]. Детальное изучение психологической готовности к браку, позволит объяснить брачное поведение молодых людей, их готовность к родительству, даст возможность увидеть и актуализировать проблемы современного брака.

Психологическая готовность к браку может рассматриваться как многофакторное личностное образование, которое опосредуется особенностями личностных компонентов [1]. На основе анализа литературы, были выделены наиболее значимые структурные компоненты психологической готовности к браку, в качестве которых выступают ценностные ориентации, жизненные потребности, мотивы готовности к браку, брачно-семейные установки. В качестве дополнительного компонента значимо выделить субъективную готовность людей к браку. Правомочность выделения данного конструкта обусловлена осознанностью вступления человека в брак. В связи с этим, изучение психологической готовности к браку требует учета не только «объективной реальности» выделенных личностных компонентов, но и исследования субъективного восприятия молодыми людьми их уровня подготовки к браку и всем его аспектам.

Целью исследования являлось выявление уровня субъективной психологической готовности людей к браку и семье. В исследовании приняли участие 110 не состоящих в браке респондентов (59 женщин и 51 мужчина) в возрасте ранней зрелости (20–30 лет). Диагностика осуществлялась при помощи экспериментальной методики «Субъективная готовность к браку», включающей вопросы, касающиеся мнения респондентов об их готовности к браку и

всем его аспектам. Диагностика дала возможность определить уровень субъективной готовности людей к браку на основе выявления готовности индивидов к выполнению каждой из основных функций семьи (по М.С. Мацковскому). Ответы фиксировались по пятибалльной шкале (от 1, как «совершенно не готов», до 5, как «полностью готов») по методу фиксированных оценок, с помощью «шкалы Лайкерта» (Likert, 1932).

Проведенный двухфакторный дисперсионный анализ субъективной готовности к браку у мужчин и женщин показал наличие значимых различий в представлениях респондентов по многим параметрам. Статистически значимые различия обнаружены в таких параметрах, как «Готовность к семейной жизни» ($F=10,76$, при $p<0,05$), «Готовность к юридической регистрации отношений» ($F=19,31$, при $p<0,05$), «Готовность к рождению детей» ($F=7,95$, при $p<0,05$), «Готовность к воспитанию детей» ($F=8,54$, при $p<0,05$), «Материальная готовность к семейной жизни» ($F=8,51$, при $p<0,05$), «Готовность к совместному досугу» ($F=9,95$, при $p<0,05$), «Субъективное желание вступать в брак» ($F=5,31$, при $p<0,05$). Факт наличия большого количества параметров, имеющих значимые статистические различия, позволяет утверждать, что субъективная готовность к браку в возрасте ранней взрослости, значимо отличается у мужчин и женщин. Полученные данные позволяют построить график распределения субъективной готовности к браку у мужчин и женщин (Рисунок 1).



1 – субъективная готовность к семейной жизни; 2 – субъективная готовность к регистрации отношений в органе ЗАГС; 3 – субъективная готовность к рождению детей; 4 – субъективная готовность к воспитанию детей; 5 – субъективная материальная готовность к семейной жизни; 6 – субъективная готовность к выполнению хозяйственно-бытовых обязанностей; 7 – субъективная готовность к проведению совместного досуга; 8 – субъективная готовность к заботе о семье и близких; 9 – субъективная оценка коммуникативных навыков; 10 – субъективная готовность удовлетворять сексуальные потребности супруга; 11 – оценка своего желания вступить в брак.

Рис. 1. Субъективная готовность к браку мужчин и женщин

Анализ полученных результатов показывает, что женщины в большей степени субъективно готовы к браку, по сравнению с мужчинами. Практически по всем исследуемым показателям субъективной готовности к браку у женщин отмечались более высокие баллы по сравнению с мужчинами (Табл. 1).

Таблица 1

Параметры субъективной готовности к браку у мужчин и женщин

Параметры субъективной готовности к браку	вся выборка, средний балл	женщины, средний балл	мужчины, средний балл
Готовы ли вы к семейной жизни?	3,2	3,6	2,9
Готовы ли вы к регистрации отношений в ЗАГСе?	3,4	3,9	2,8
Готовы ли вы к рождению детей?	2,8	3,1	2,4
Готовы ли вы к воспитанию детей?	3,3	3,6	3,0
Готовы ли вы материально к семейной жизни?	2,2	2,5	1,9
Готовы ли вы к выполнению хозяйственно-бытовых обязанностей?	3,8	3,9	3,6
Готовы ли вы к совместному досугу?	4,2	4,5	3,9
Готовы ли вы заботиться о семье и близких?	4,4	4,5	4,2
Оцените степень ваших коммуникативных навыков?	3,8	3,9	3,8
Готовы ли вы удовлетворять сексуальные потребности супруга?	4,3	4,3	4,3
Есть ли у вас желание вступить в брак?	3,7	4,0	3,5
Считаете ли вы, что каждый должен вступать в брак?	2,4	2,6	2,3
Средний балл	3,5	3,7	3,2

Анализируя общие тенденции субъективной готовности к браку, необходимо отметить низкие баллы при оценке своей материальной готовности, а также довольно низкую оценку своей готовности к рождению детей. Интересным представляется соотношение достаточно высокого субъективного желания респондентов вступать в брак и низкой оценке мнения о том, что каждый человек должен вступать в брак. Исходя из суждения о том, что каждый отдельный человек является частью общества, мнение о том, что допустимо для любого члена общества определяет рамки допустимого поведения для отдельного человека. Последний параметр свидетельствует о наличии в сознании людей мнения, что брак сегодня не обязателен.

В рамках исследования каждый из параметров рассматривался как часть субъективной готовности к браку, совокупность элементов которой определяет уровень восприятия субъекта себя как готового или не готового к вступлению в брак и выполнению определенных функций супруга. Было выявлено, что средний уровень субъективной готовности к браку у женщин составил 3,7 балла, что можно соотнести с уровнем «готов к браку», а средний уровень

субъективной готовности к браку у мужчин составил 3,2 балла, что соотносится с неопределенным уровнем готовности к браку.

Исходя из полученных данных, можно сделать вывод, что на современном этапе, как мужчины, так и женщины не проявляют высокого уровня субъективной готовности к браку. При этом женщины обладают значимо более высокими показателями по параметрам субъективной готовности к браку по сравнению с мужчинами. Наименьшие баллы при оценке параметров своей готовности к браку у всех респондентов, независимо от пола, были выявлены по материальной готовности к браку, а также по параметру субъективной готовности к рождению детей. Наибольшие баллы при оценке параметров готовности к браку были выявлены по готовности респондентов к проведению совместного досуга, готовности удовлетворять сексуальные потребности партнера, а также готовности к заботе о семье и близких.

Полученные данные актуализируют проблему подготовки мужчин и женщин к браку, семейной жизни и родительству. Выявление проблем в области психологической готовности к браку свидетельствует о необходимости планирования и осуществления возможной коррекционно-развивающую работы с молодыми людьми по сохранению и укреплению института брака и авторитета семьи, что является в настоящее время приоритетной задачей, стоящей перед обществом.

Литература

1. Жолудева С.В. Психологическая готовность к браку на разных этапах периода взрослости: Дис. ... канд. психол. наук: 19.00.13. Ростов-на-Дону, 2009.
2. Лисовский В.Т. Молодежь: любовь, брак, семья: Социологические исследования. СПб., 2003.
3. Тырнова Н.А. Молодая семья в современной России: проблемы и тенденции развития: Автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05. М., 2005.

Становление родительского поведения в контексте гармонизации эмоционального развития ребенка

Бабылева О.Н.

В литературе известны различные подходы к описанию социально-культурного пространства ребенка, которое мы можем рассматривать как системный фактор его развития. Некоторые исследования, при этом, дают нам его понимание как совокупности и взаимосвязи событий («со-бытие» родителей и детей) [1]. С одной стороны, это целесообразно и педагогически ориентированная среда жизнедеятельности, с другой – часть модели идеального образа жизни.

Семейное воспитание, по своей сути, как одна из наиболее древних форм социализации и воспитания детей, объединяет, помимо влияния культуры, семейно-бытовых условий, также и взаимодействие родителей с детьми, основанное на эмоциональной близости, любви, заботе, уважении и защищен-

ности ребенка, содействует созданию благоприятных условий для полноценного развития его личности.

По мнению чешского психолога З. Матейчека (1992), важно, чтобы духовное развитие ребенка гармонизировало с жизненным созреванием его родителей. Становление родительского поведения является одним из главных направлений личностного развития взрослого человека. Характеристиками оптимальной родительской позиции, в этой связи, считаются адекватность, гибкость и прогностичность. Для поиска путей ее достижения можно обратиться к понятиям взрослость и образование, описанным в русле андрагогики М.Т. Громковой [2] с точки зрения системных представлений сознания, как соответствие «хочу» и «могу». При этом важно понимать, что если биологическая взрослость представляет собой способности человека, то социальная содержит нормы, духовная основывается на потребностях. Необходимо, в этой связи, разбудить потребности, создать условия для их осознания, помочь увидеть привлекательность результата, учить доверию родителей своим способностям, укреплять их навыки легкими действиями и, развивать способности сложными, учитывая, что каждая новая способность расширяет сферу потребностей.

Согласно нормативным документам, регулирующим деятельность учреждений дошкольного образования РФ, актуальными вопросами, требующими решения, являются: мотивация родителей к активному взаимодействию с педагогами дошкольных учреждений; воспитательный потенциал семей, имеющих детей дошкольного возраста; семейная авторитарность, способность родителей увидеть мир с позиции ребенка, желание узнать сильные и слабые стороны его развития.

Проблемное поле составляют и различия в представлениях родителей и педагогов об их функциях в воспитании детей, о чем свидетельствуют результаты исследований по проблеме взаимодействия социальных институтов «дошкольное учреждение – семья – школа» (В.Т. Кабуш, 1995; Л.Е. Никонова, 2003; В.В. Чечет, 2004; Т.М. Коростелева, 2006; Я.Л. Коломинский, Е.А. Панько, 2007 и др.). Функцию сотрудничества родители считают значимой для педагогов, отводя себе минимальную роль в этом процессе. В то же время, каждая семья заинтересована в том, чтобы их ребенок успешно развивался и комфортно себя чувствовал. Разрешение данного противоречия требует организации взаимодействия, призванного обеспечивать новые формы взаимоотношений.

В основу задач, решаемых в данных условиях, может быть положена точка зрения В. Сатир [3] о необходимости построения родительско-детских отношений по законам эффективного личностного общения, где родитель принимает позицию лидера, призванного научить ребенка адекватно оценивать и идентифицировать информацию, поступающую из окружающей среды, в первую очередь, формирующую эмоциональный опыт. При этом позитивная модель поведения должна быть гибкой и уравновешенной, где различные приемы используются с учетом последствий своих действий.

Для анализа родительского отношения в психолого-педагогических исследованиях [4] используются критерии степени эмоциональной близости и степени контроля над поведением, которые связаны с мотивацией аффилиации. При этом желательной является родительская власть эксперта, основанная на большей компетентности родителей. Она же и понимается нами как способствующая гармонизированному развитию ребенка.

Психологическая близость обычно отрицательно коррелирует с отношениями «доминирования-подчинения», имеющими социокультурную специфику. Характеризуя этот тип отношений между ребенком и взрослыми в семье, как правило, выделяют власть вознаграждения, при которой награда следует за социально-одобряемым поступком, и наказания – за социально-порицаемым. В основе власти принуждения лежит жесткий контроль над поведением ребенка. В противоположность отмеченным, власть эксперта основана на большей компетентности родителей и будет в дальнейшем пониматься как способствующая гармонизированному развитию ребенка. В основе власти авторитета лежит уважение ребенка к близкому взрослому, который воспринимается как носитель социально-одобряемого поведения.

Как правило, психологи связывают доминирование также и с принятием социальной ответственности. Предполагая, что стабильной является семья, в которой ее члены психологически ближе к субъекту ответственности, представляется возможным создание условий интерактивного общения, способных оказать влияние на внутрисемейные отношения как социокультурное пространство ребенка именно путем взаимодействия с родителем, принимающим на себя такого рода ответственность.

Обобщая теоретические положения, можно выделить некоторые возможные направления повышения социально-психологической компетентности родителей. Главным объектом воздействия должна стать система педагогических, воспитательных стереотипов в семье и способы взаимодействия с детьми, при которых эффективная коммуникация покоится на безусловном принятии; признании того, что ребенок чувствует; на предоставлении ему выбора. Это важнейшее открытие гуманистической и психоаналитической психологии (К. Роджерс, 1961; Х. Джайнотт, 1986 и др.) является актуальным для решения проблемы гармоничного развития ребенка.

Так, на первом этапе внешнее управление должно осуществляться за счет носителя педагогического образца. Элементом самоуправления здесь будет являться интерес. На втором этапе важна актуализация уже сложившегося мотива и осуществление его коррекции. Самоуправление должно проявляться в саморегуляции выбора мотивов из уже имеющихся. Третий этап предполагает выбор формы поведения на основе мотива. Саморегуляция – в соотношении адекватности мотивации и формы поведения. На четвертом этапе внешнее управление должно создать условия для успешного неоднократного

го выполнения избранного действия и его корректировки, а также положительный эмоциональный настрой по отношению к действию. На пятом этапе происходит превращение привычной формы поведения в свойство личности. Здесь внешнее управление и самоуправление нивелируются.

При определении конкретных задач, способных содействовать развитию компетенций родителей в сфере позитивного взаимодействия с детьми как условий их гармонизированного эмоционального развития, важно учитывать необходимость оптимизации умений родителей слышать, что ребенок хочет сказать (что подразумевает, в том числе, и эмоциональную информацию), выражать собственные мысли и чувства доступно для понимания ребенка и благополучно разрешать спорные вопросы. Т. Гордон [5] подчеркивает, что эффективными при этом являются методы моделирования, поощрения и поддержки.

Оказание практической помощи родителям в познании себя, принятии и одобрительном отношении к личности и чувствам ребенка, сензитивности родителей к эмоциональным состояниям и переживаниям ребенка, выработку их уверенности в собственных силах можно планировать исходя из основных идей и ключевых понятий теории семейного воспитания, разработанной Х. Джайноттом (1986). В рамках своей теории Х. Джайнотт отрицал универсальные методы и готовые формулы, акцентировал оттачивание коммуникативных навыков и способов проникновения в чувства ребенка, призывая открыто и искренне выражать свои чувства и эмоции в ответ на поведение и поступки детей [6].

Признание неудовлетворенности ребенка общением с родителями как одной из главных причин эмоционального неблагополучия и понимание функций дошкольного учреждения как образовательного пространства, призванного способствовать повышению социально-психологической компетентности родителей, предполагает поиск эффективных условий взаимодействия в интересах гармоничного развития личности ребенка. Для достижения эффективности процесса гармонизации необходимо использования в работе принципов системности задач, единства диагностики и коррекции, целостного подхода к процессу оказания психолого-педагогической помощи семье, деятельностного принципа.

Литература

1. *Панченко, С.В.* Социокультурное пространство ребенка: Автореф. дис. ... канд. психол. наук / С.В. Панченко. – Ростов-на Дону, 2005.
2. *Громкова, М.Т.* Андрагогика: теория и практика образования взрослых: учеб. пособие для студентов вузов / М.Т. Громкова. М., 2005.
3. *Сатир, В.* Вы и ваша семья: руководство по личностному росту / В. Сатир. М., 2000.
4. *Дружинин, В.Я.* Психология семьи / В.Я. Дружинин. М., 1996.
5. *Гордон, Т.* Курс эффективного родителя / Т. Гордон. М., 2010.
6. *Психология семейных отношений с основами семейного консультирования / Е.И. Артамонова [и др.]; под. общ. ред. Е.Г. Силиева. М., 2002.*

Возрастная динамика развития креативности в студенческом возрасте

Вайберт М.И.

Интенсивное социально-экономическое, политическое развитие невозможно без роста творческого потенциала, развития активности, инициативности людей, что лежит в основе креативности.

На сегодняшний день накоплен ряд экспериментальных и теоретических исследований, посвященных изучению особенности творческого мышления и условий его формирования на разных этапах онтогенеза.

Среди отечественных психологов, так или иначе затрагивающих закономерности вопроса творческого процесса можно отметить Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьева, Н.Н. Поддьякова В.Н. Дружинина, О.К. Тихомирова, Д.Б. Богоявленскую, А.М. Матюшкина и др. Они исследовали различные аспекты специфики творческого мышления. Так, А.М. Матюшкин подчеркивал, что специфика творческого мышления состоит в обнаружении субъективно нового, которое ведет к формированию психических новообразований личности [1].

За рубежом этой проблемой занимались известные психологи: Дж. Гилфорд, Ж. Пиаже, Е.П. Торренс и др. Американский психолог Дж. Гилфорд различает дивергентное – поиска и генерирования новых объектов; конвергент продукции – поиск вполне определенных, однозначных ответов [4].

В большинстве современных исследований творческая деятельность рассматривается как взаимодействие двух мыслительных процессов дивергентного и конвергентного. Также подчеркивается важность первого.

Креативность – интегративное качество, это устойчивая совокупность черт, способствующих поиску нового, оригинального, нестереотипного. Одним из компонентов креативности является способность личности к дивергентному мышлению [2].

Несмотря на актуальность проблемы, наблюдения практиков показали, что во многих образовательных учреждениях формированию креативного мышления уделяется недостаточно внимания. В частности, отсутствует целенаправленная специально организованная деятельность для развития творческого мышления в процессе обучения. Все эти вопросы связаны с недостаточной изученностью акмеологических особенностей творческих способностей, креативного мышления на разных возрастных периодах.

В своем исследовании мы пытаемся рассмотреть возрастную динамику проявления креативности студентов на разных этапах обучения.

Можно выделить четыре направления исследований креативности. Первое направление рассматривает креативность как продукт. Существуют три характеристики продукта: количество, качество, значимость. Продукт творческого мышления можно оценить по его оригинальности и значению, креатив-

ный процесс – по чувствительности к проблеме, способности к воссозданию недостающих деталей, по беглости, гибкости мысли и т.д. Эти компоненты креативности являются общими как для науки, так и для искусства.

Во втором направлении креативность рассматривается как процесс, выделяются стадии, уровни и типы творческого мышления.

Третье направление понимает под креативностью способ. Дж. Гилфорд выделяет систему качественно различных факторов (способностей), которые располагаются внутри общей модели интеллекта. По его мнению креативность проявляется в доминировании четырех особенностей [4]:

- оригинальностью, необычностью идей, ярко выраженным стремлением к интеллектуальной новизне;
- семантической гибкостью, т.е. способностью видеть объект с различных сторон, расширять его функциональное применение;
- образной адаптивной гибкостью – способностью видеть его новые, скрытые от наблюдения стороны;
- семантической спонтанной гибкостью – способностью продуцировать разнообразные идеи в неопределенной ситуации.

Креативностью Е.П. Торренс называет способность к обостренному восприятию недостатков, недостающих элементов, дисгармонии [2].

Четвертое направление рассматривает креативность, связанную с личностными и мотивационными чертами [2].

Мы провели эмпирическое исследование сформированности креативности студентов ранних возрастных групп. В экспериментальном исследовании участвовали 80 респондентов: 29 человек в возрасте 18–20 лет, 31 человек в возрасте 21–22 года, 20 человек в возрасте 23–24 года.

В нашей работе были использованы методика ARP Дж. Гилфорда и методика «Пиктограмма». По первой определяются такие показатели, как легкость, гибкость, оригинальность и точность. По методике «Пиктограмма» определяется характер мыслительной деятельности, лежащей в основе креативности.

При проведении теста на легкость словоупотребления выяснилось, что оригинальностью и легкостью в воспроизведении идей обладают 87 % испытуемых, 13 % не смогли уложиться во времени (они написали только 8–12 слов).

При проведении теста на легкость воспроизведения идей, надо было испытуемым закончить предложение. 87,5 % испытуемых предложили 10 вариантов оригинальных вариантов.

При исследовании дивергентной продуктивности семантических отношений предлагалось задание на легкость использования ассоциаций, было установлено, что 55,8 % испытуемых обладают гибкостью и нестандартностью мышления и остальные в течении двух минут не могли справиться с заданием.

В тесте на дивергентную продуктивность семантических классов предлагалось задание на легкость предложенных вариантов употребления обычных

предметов, отличающихся от обычного употребления – 77 % справились с поставленным заданием и 23 % дали не удовлетворительные ответы.

В исследовании на дивергентную продуктивность семантических преобразований были предложены задания на интерпретацию сравнений: надо было придумать заглавие для небольшого отрывка текста. Эти тесты позволили узнать, насколько оригинально и легко испытуемые справятся с заданиями. Оценивалась идея воспроизведения и поиск ответов. Получились следующие результаты: 55 % справились с заданиями, 45 % не проявили оригинальности мышления, не смогли продуцировать новые идеи.

В тестах на определение дивергентной продуктивности семантических выводов предлагалось задание написание заключения, перечислить род занятий, которые символизировались бы предложенной эмблемой. 52 % испытуемых с легкостью воспроизвели идею.

Дивергентная продуктивность изобразительных систем показала: 60 % испытуемых нарисовали заданные объекты, пользуясь набором фигур, составленных из кругов, треугольников и прямоугольников. Учитывалась фантазия, воображение и оригинальность мышления, а также оценивалась идея. Но все же почти 30 % с заданиями не справились.

В тесте на определение дивергентной продуктивности изобразительных преобразований предлагалось задание со спичками. Выявились у 48 % испытуемых точность выполнения задания, легкость мышления, учитывалась оригинальность построения фигур.

При проведении эксперимента учитывались, образование, что позволило сделать следующие выводы.

В возрасте от 18 до 20 лет с заданием по тестам Гилфорда из 29 человек справились 70 %, со средним результатов – 22 %, совсем не справились с заданием – 3,4 %. В возрасте от 21 до 22 лет с заданием на легкость, гибкость и точность мышления из 31 респондента справились 21 человек, средний результат у 11 %. В возрасте от 23 до 24 лет справились с заданием из 20 человек – 10 % – со средним результатом и 2 % показали низкий результат.

При анализе выявилась такая корреляционная зависимость: возраст коррелирует $r=0,65$ с образованием и с курсом обучения $r=0,50$. Из этого следует вывод, что испытуемые от 21 до 24 лет со средним специальным и высшим образованием справляются легче с заданиями, чем обучающиеся после школы, со средним образованием и на младших курсах, чем обучающиеся на последних курсах.

В зависимости от образования с заданиями по методике Дж. Гилфорда со средним образованием справились 22 %, со средним специальным 20 % и с высшим образованием 68 %. Из корреляционного анализа установлена зависимость образования от курса обучения $r=0,43$, значит на последних курсах результаты тестов лучше, что свидетельствует о более высоком развитии креативности.

Сюжетное и метафорическое изображения позволяют нам сделать вывод о преобладании творческого мышления.

У 21 % испытуемых преобладает конвергентное мышление, направленное на разрешение конкретных задач, на оперирование воспринимаемыми объектами и связями.

Выводы:

1. Творчество предполагает наличие у личности способностей, мотивов, знаний и умений, благодаря которым создается продукт, отличающийся новизной, оригинальностью и уникальностью.
2. Творческая личность в своей основе чужда конформизму, именно независимость суждений позволяет ей исследовать новые пути, на которые не осмеливаются вступить другие люди, боясь выглядеть смешными.
3. Анализ рисунков пиктограммы показал, что для 24 % из всей совокупности характерно преобладание абстрактно-логического мышления, что позволяет нам отнести группу испытуемых к мыслительному типу, 26 % характерно преобладание конкретно-действенного мышления и 50 % характерно проявление сюжетного и метафорического «изображения», что является характерным для лиц с преобладанием креативности.

Литература

1. *Богоявленская Д.Б.* Интеллектуальная активность как проблема творчества. Ростов н/Д., 1983.
2. *Вайберт М.И.* Акмеологические особенности проявления творческих способностей студентов. Чебоксары, 2013.
3. *Матюшкин А.М.* Загадки одаренности: проблемы практической диагностики. М., 1993.
4. *Guilford Y.P.* The nature of human intelligence. N.Y.: Mc-GawHill, 1967.

Психологическое время и саморегуляция поведения личности: гендерный и возрастной аспекты

Василенко В.Е., Лебедева А.А.

Психологическое время личности обуславливает процессы целеполагания, планирования и достижения человека в разных жизненных сферах. Его можно рассматривать как связующее звено между событийным и личностным планами жизненного пути. Изучением темы времени занимались еще В. Вундт, У. Джеймс, Л. Франк, К. Левин, и количество ее исследователей постоянно растет. Более поздние и современные исследования на эту тему в зарубежной психологии связаны прежде всего с именами Ж. Нюттена и Ф. Зимбардо, в отечественной – Е. И. Головахи, А. А. Кроника, Л. И. Вассермана. В нашем исследовании мы употребляем термин «психологическое время личности» в качестве обобщающего конструкта для понятий «временная перспектива личности», «субъективное восприятие времени» и «психологический возраст».

При исследовании временной перспективы мы опирались на подход Ф. Зимбардо и Дж. Бойда. Они определяют временную перспективу личности

как «зачастую неосознанное отношение личности ко времени и это процесс, при помощи которого длительный поток существования объединяется во временные категории, что помогает упорядочить нашу жизнь, структурировать ее и придать ей смысл» [3]. Авторы выделяют 6 временных перспектив: негативное прошлое, позитивное прошлое, фаталистическое настоящее, гедонистическое настоящее, будущее и трансцендентное будущее. Восприятие времени – «образно-когнитивное отражение таких характеристик существования человека, как его длительность, содержательная и качественная наполненность, скорость протекания, последовательность составляющих жизнь происшествий, случаев, событий» [7]. При изучении психологического возраста мы опирались на концепцию Е.И. Головахи и А.А. Кроника, рассматривающих его как «меру психологического прошлого личности, подобно тому, как хронологический возраст – мера ее хронологического прошлого» [2]. Психологический возраст индивидуален, обратим и многомерен.

Что касается саморегуляции, то она пронизывает все уровни поведения и деятельности человека. В настоящее время наиболее разработана концепция В.И. Моросановой, где саморегуляция определяется как «целесообразная активность по организации и управлению поведением, деятельностью, психическими состояниями и процессами» [5]. В своем исследовании мы сочетаем этот подход с концепцией локуса контроля Дж. Роттера как субъективного отношения к влиянию собственной деятельности на последующие события с выделением интернального и экстернального локусов контроля и используем введенное Е. Ф. Бажиным, Е. А. Голынкиной, А. М. Эткиндоном понятие уровня субъективного контроля [1].

Основной целью исследования было выявление взаимосвязей между характеристиками психологического времени личности и особенностями саморегуляции поведения в разные периоды взрослости. **Гипотеза исследования** заключалась в том, что структура этих взаимосвязей имеет свою специфику в разные периоды взрослости. В задачи исследования входило также выявление различий в характеристиках психологического времени и саморегуляции поведения у мужчин и женщин, а также у представителей разных периодов взрослости. В данной статье мы сделаем акцент именно на этих результатах исследования, т.е. раскроем гендерный и возрастной аспекты исследуемой проблемы.

В исследовании приняло участие 122 человека: 47 мужчин и 75 женщин от 18 лет до 55 лет. Было выделено 3 возрастных группы: «ранняя взрослость» (от 18 до 24 лет – 63 человека: 21 мужчина и 42 женщины); «средняя взрослость» (от 25 до 39 лет – 31 человек: 17 мужчин и 14 женщин) и «поздняя взрослость» (от 40 до 55 лет – 28 человек: 9 мужчин и 19 женщин). Большинство респондентов имели высшее образование (66 человек: 28 мужчин и 38 женщин) или неоконченное высшее (39 человек: 10 мужчин и 29 женщин). 88 респондентов на момент исследования работали (40 мужчин и 48 женщин), а

34 – нет (7 мужчин и 27 женщин). 36 респондентов состояли в официальном браке (16 мужчин и 20 женщин), 7 женщин отметили гражданский брак и 79 человек не состояли в браке (31 мужчина и 48 женщин).

Методы исследования: опросники временной перспективы и временной перспективы трансцендентного будущего Ф. Зимбардо, «Семантический дифференциал времени» (СДВ) Л.И. Вассермана, Е.А. Трифоновой и К.Р. Червинской, методика самооценки реализованности психологического времени личности через оценивание пятилетних интервалов Е.И. Головахи и А.А. Кроника, опросник «Стиль саморегуляции поведения» (ССП-М) В.И. Моросановой, методика «Уровень субъективного контроля» (УСК) Е.Ф. Бажина, Е.А. Голькиной и А.М. Эткинда и анкета для выявления социально-демографических характеристик. Применялись дисперсионный анализ по факторам пола и наличия работы, при изучении возрастного аспекта – метод множественных сравнений Шеффе и корреляционный анализ по Пирсону.

Результаты исследования и их обсуждение.

При изучении показателей психологического времени личности гендерный аспект оказался более значимым в области субъективного восприятия времени. Так, у мужчин более выражены субъективное восприятие прошедшего времени в целом ($p < 0,05$) и в частности такие его аспекты, как осязаемость ($p < 0,05$) и структура ($p < 0,1$) – мужчины более вовлечены в воспоминания о прошедших событиях и они являются для них более ясными и упорядоченными. Сама структура сходна: высокие показатели у величины и эмоциональной окраски будущего времени, низкие – у структуры и осязаемости прошедшего времени. Различия во временных перспективах выявлены только на уровне статистической тенденции: у женщин чаще выражены «фаталистическое настоящее» и «трансцендентное будущее» – они чаще видят свое настоящее predetermined и больше мужчин уделяют внимание таким вопросам как судьба и жизнь после смерти. Структура временных перспектив у мужчин и женщин сходна – преобладают ориентации на позитивное прошлое и будущее. Значимых различий по показателям психологического возраста не выявлено. При этом предполагаемая общая продолжительность жизни у мужчин колеблется в пределах от 58 до 98 лет, а у женщин – от 64 до 98 лет. Показатель реализованности психологического времени у мужчин колеблется от 20 % до 61 %, а у женщин – от 19 % до 57 %. Психологический возраст и у мужчин и у женщин – 29 лет, что соответствует среднему хронологическому возрасту.

Перейдем к возрастному аспекту исследуемых показателей психологического времени личности. Во все периоды взрослости для респондентов характерна значительная смысловая наполненность будущего времени, его оптимистичное видение, ощущение смысловой наполненности и удовлетворенность настоящим, но нет четких представлений о событиях прошлого. В ранней взрослости наиболее выражены ориентации на позитивное прошлое, будущее и гедони-

стическое настоящее. В средней зрелости также более представлены ориентации на позитивное прошлое и будущее, но на третье место выходит ориентация на трансцендентное будущее. В поздней зрелости наиболее выражена ориентация на будущее, затем на трансцендентное будущее и на позитивное прошлое. В разные периоды зрелости средняя разница между психологическим и хронологическим возрастом очень небольшая и примерно одинаковая, т.е. индивидуальные различия в данном случае нивелируют возрастные. Выявлены значимые различия в разные периоды зрелости. В средней и поздней зрелости по сравнению с ранней выше показатели субъективного восприятия настоящего времени в целом ($p < 0,05$ и $p < 0,01$), и в частности таких его аспектов, как эмоциональная окраска ($p < 0,01$) и структура ($p < 0,01$). На уровне статистической тенденции в поздней зрелости по сравнению с ранней также выше ощущаемость настоящего времени. Временные перспективы «негативное прошлое» и «гедонистическое настоящее» более характерны для представителей ранней зрелости, чем поздней зрелости ($p < 0,01$), а последняя из них менее выражена также у представителей средней зрелости ($p < 0,05$). Психологический возраст у большинства испытуемых совпадает с хронологическим, в связи с этим у более молодых респондентов он ниже, чем у старших ($p < 0,01$).

В области изучения саморегуляции гендерные различия проявились в следующем. У мужчин выше показатели гибкости в структуре саморегуляции и интернальности в сфере семейных отношений ($p < 0,05$). Т.е. мужчины выше оценивают свои способности вносить необходимые коррективы в функционирование различных регуляторных блоков и склонны более высоко оценивать свои возможности контроля в семейной сфере. В структуре компонентов саморегуляции у мужчин наиболее выражена гибкость, а у женщин – показатель оценки результатов. И у мужчин, и у женщин наиболее проблемной зоной в структуре саморегуляции оказалась «самостоятельность», связанная со способностью к автономной организации своей деятельности. И у мужчин и у женщин наиболее высокая интернальность отмечается в сфере межличностных отношений, а наименее низкая – в учебной и профессиональной сферах.

В ранней зрелости по сравнению со средней выше гибкость поведения ($p < 0,05$). Аналогичная тенденция наблюдается по показателям интернальности в сфере межличностных отношений ($p < 0,1$). Сравнение структуры разных компонентов саморегуляции показывает, что в ранней зрелости лучше всего развита гибкость поведения, в средней и поздней зрелости – оценка результата. В поздней зрелости по сравнению с другими компонентами несколько снижен показатель самостоятельности. Эти данные согласуются с данными А.И. Канатова [4]. В структуре показателей локуса контроля основное различие связано с более выраженной интернальностью в сфере межличностных отношений в период ранней зрелости.

Корреляционный анализ выявил, что наибольшее количество взаимосвязей между показателями субъективного восприятия времени и саморегуляции поведения личности наблюдается в средней зрелости. Чем более насыщено событиями прошлое и чем более оно структурировано, тем ниже самостоятельность, но выше гибкость поведения. Вовлеченность в будущее в целом связана с более высокой саморегуляцией, а в настоящее – с более низкой. Показатели временных перспектив и саморегуляции наиболее тесно взаимосвязаны в ранней зрелости: системообразующими компонентами являются ориентации на фаталистическое настоящее и на будущее. При этом более высокой саморегуляции соответствуют менее выраженная ориентация на настоящее и более выраженная – на будущее. В средней зрелости преобладают положительные взаимосвязи саморегуляции с ориентацией на будущее, а в поздней на первый план выходят отрицательные взаимосвязи саморегуляции с гедонистическим настоящим. Показатели временных перспектив и интернальности личности наиболее тесно взаимосвязаны в ранней зрелости: системообразующими компонентами являются ориентации на негативное прошлое, на фаталистическое настоящее и на будущее. Чем более они выражены, тем ниже показатели интернальности. В средней зрелости системообразующей остается лишь ориентация на фаталистическое настоящее, в поздней к ней опять добавляется ориентация на негативное прошлое. В ранней зрелости наблюдается очень мало корреляций между показателями психологического возраста и саморегуляции поведения личности. Наиболее тесно они взаимосвязаны в средней зрелости: общая ожидаемая продолжительность жизни имеет положительные корреляции с показателями саморегуляции, а показатель реализованности психологического времени – отрицательные. В поздней зрелости таких корреляций выявлено не было. Наиболее тесно показатели психологического возраста и интернальности личности взаимосвязаны в периоды ранней и средней зрелости: общая ожидаемая продолжительность жизни – положительно, а показатель реализованности психологического времени – отрицательно. Эти данные в определенной степени согласуются с данными В.И. Моросановой и А.В. Ванина [6].

В заключение отметим, что особенности психологического времени и саморегуляции личности в период зрелости оказались в большей степени связаны с возрастными, а не с гендерными различиями. Полученные результаты могут быть использованы в психологическом консультировании с целью оптимизации временного ресурса личности, развития регуляторных процессов и личностно-регуляторных свойств.

Литература

1. Бажин Е.Ф., Голынкина Е.А., Эткинд А.М. Опросник уровня субъективного контроля (УСК). М., 1993.

2. Головаха Е.И., Кроник А.А. Психологическое время личности. М., 2008.
3. Зимбардо Ф., Бойд Дж. Парадокс времени. Новая психология времени, которая улучшит вашу жизнь. СПб., 2010.
4. Канатов А.И. Обучаемость взрослых в различные периоды зрелости // Психология развития. Хрестоматия. СПб., 2011.
5. Моросанова В.И. Саморегуляция и индивидуальность человека. М., 2010.
6. Моросанова В.И., Ванин А.В. Роль индивидуальных особенностей временной перспективы и осознанной саморегуляции при выборе профессии старшеклассниками // Психологические исследования: электрон. науч. журн. 2010. № 5 (13). [URL: <http://psystudy.ru/index.php/num/2010n5-13/384-morosanova-vanin13.html>].
7. Сапогова Е.Е., Дмитриева М.В. Особенности восприятия времени жизни в разных возрастах // Психология жизненного пути личности: методологические, теоретические, методические и прикладные проблемы. Гродно, 2012.

К вопросу психофизиологических особенностей зрелого возраста и роли социальной активности

Ганжа В.В.

Зрелость – самый длительный и самый значимый период в жизни человека, когда он должен раскрыть свой потенциал, реализовать себя во всех сферах, исполнить свое предназначение. В этом смысле зрелость – цель развития, но эта цель не обязательно предполагает его конец. Это достижение расцвета, за которым может следовать не увядание, а дальнейшее развитие. Зрелость окончательно выявляет характер различных линий онтогенеза, доводит их до логического конца. Для одних людей она является лишь чисто хронологическим понятием, ничего не прибавляя к ранее сложившемуся стереотипному существованию. Другие в зрелости исчерпывают себя, достигают определенных целей и снижают свою жизненную активность. Третьи продолжают развиваться, постоянно расширяя свои жизненные перспективы. У части людей в середине периода возникает еще один кризис, происходит еще одна корректировка жизненного пути.

Центральным возрастным новообразованием зрелости является продуктивность – как в профессиональном плане, так и в плане воспитания следующего поколения. Сегодня два поколения наиболее остро чувствуют на себе последствия социально-экономических преобразований: это люди зрелого и пожилого возраста. Чтобы жить, а не выживать, особенно людям пожилого возраста, нужны знания и навыки для налаживания социальных коммуникаций, для того, чтобы реализовать те силы жизни, которые они в себе еще чувствуют. Для этого необходима глубокая работа над собой.

Образцы необычайной работоспособности и творчества демонстрируют люди весьма преклонного возраста. После 70 лет успешно работали многие известные ученые – П. Ламарк, М. Эйлер, К. Лаплас, Г. Галилей, Им. Кант и др. А. Гумбольдт писал «Космос» с 76 до 89 лет, И.П. Павлов создал «Двадцатилетний опыт» в 73 года. « Лекции о работе больших полушарий головного мозга» – в 77 лет. Иван

Петрович Павлов прожил 87 лет. Но жизнь свидетельствует и о том, что в пожилом и позднем возрасте человек может быть глубоко несчастным, одиноким, быть «обузой» для близких, «досадой» для молодых и даже испытывать жестокое к себе обращение. В России первые труды, посвященные вопросам продления активной старости, относятся к середине XVIII века, например, книга русского врача И. Фишера «О старости, ее степенях и болезнях». Анализ литературы по проблемам возрастной психологии показал, что определение понятия старость относится к числу «вечных проблем». Ведутся дискуссии вокруг того, что считать старостью, ее первыми проявлениями, что такое возраст старости и каковы его границы. Основная трудность в определении этого понятия в том, что старение – процесс длительный, плавный, не существует точной границы, которая отделяет старость от среднего возраста. В целом, старение – процесс индивидуальный, у одних людей он начинается раньше, у других позже. А. Толстых отличает, что в старости происходит изменение личности, и картина измерений чрезмерно насыщена разнообразным набором качеств, которые редко встречаются в одном человеке [10, с. 223]. Один из основателей российской психологии Б.Г. Ананьев (Ананьев Б.Г.1980г.) объяснял, что парадокс человеческой жизни заключается в том, что у многих людей «умирание» происходит гораздо раньше, чем физическое одряхление [2, с. 214]. Психиатр Е.С. Авербух выделяет два крайних типа в собственном отношении к своей старости. Одни долго не чувствуют и даже не осознают свой возраст, поэтому в поведении «молодеют», подчас теряя в этом чувство меры; другие – как бы переоценивают свою старость, начинают чрезмерно беречь себя, раньше времени и больше чем это требуется, ограждают себя от жизненных тревог [1, с. 159].

Важные открытия доказали, «что старость – это взаимодействие многих биологических, психологических и социальных процессов, и это оказывает множественный эффект на развитие. В то время, когда активность одних функций ухудшается, в других функциях могут иметь место процессы развития и компенсации» [6, с.10]. Однако, социальные «конструкты для оптимизации возраста старости недоразвиты. Недостаточно социальных ролей, которые общество предлагает пожилым гражданам. Кроме того, привычный акцент на экономической эффективности можно трансформировать в другие формы продуктивности в пожилом возрасте...» [3], например, в активном участии в социальных проектах.

Исследования коллектива, возглавляемого Н.П. Бехтеревой, продемонстрировали, что «наиболее выгодным с точки зрения длительности плодотворных фаз жизни является наличие у индивидуумов программы, цели жизни. Наименее выгодным, как хорошо известно, является внезапное прерывание активности, особенно с переходом на худшие условия обеспечения потребностей» [4, с. 258], а «жизнь человека в большей мере во власти тех задач, которые поставили перед ним его творческие интересы» [4, с. 256].

Современные исследования в области нейронаук доказывают, что мозг продолжает производить новые клетки и формировать внутренние связи из нейронных стволовых клеток (НСК), пожизненного источника нейронов и глии [5]. Любая интеллектуальная деятельность, особенно социальная активность в зрелом возрасте, способствуют здоровью мозга, а вместе с этим и общему физическому и психологическому здоровью. На этой основе существует много методов и ресурсов для замедления старения [9, с. 68–87].

Таким образом, в решении возрастных проблем есть значительный потенциал – развитие творческой активности. Отдельно необходимо дополнить социальную активность, направленную на создание новых социальных взаимосвязей и поддержание взаимопользных отношений. Чувство причастности, ощущение того, что от твоих действий зависит другой человек, сродни любви к ближнему; и как писал М. Монтень, «способной расшевелить отяжелевшие ум и тело; будь я врачом, я бы с такой же готовностью, как и всякие другие лекарства, прописывал ее людям . . . , дабы возбуждать и поддерживать их в пожилом возрасте и тем самым замедлить наступление старости» [7, с. 104], а значит больше самостоятельно обеспечивать свои основные жизненные потребности. Немаловажным фактом является то, что произошел практически полный распад связей в территориальных сообществах: на уровне района, улицы, дома, подъезда, при этом социальные контакты потеряли взаимовыручку, сопереживание и сочувствие. Недостаток общения испытывают практически все пожилые люди. Поэтому представляется перспективным развитие в центрах социального обслуживания онлайн сервисов, способствующих расширению и поддержанию социальных взаимодействий, для создания новых отношений, представляющих взаимный интерес, используя каналы общения, предоставляемые современными технологиями, на основе которых возможно создание:

- Межрайонных онлайн сервисов доступа участников программ нескольких отделений дневного пребывания, расположенных в разных районах, к мероприятиям, проводимым как в одном из районов, так и совместным.
- Индивидуальных онлайн сервисов для доступа жителей обслуживаемых районов, в том числе тех, которым оказываются социальные услуги на дому, к мероприятиям, организованным для участников программ отделений дневного пребывания.

Разработка и внедрение данных онлайн сервисов представлена в программах: «Доктор рядом», «Юрист рядом». Данные программы, опираются на технологии повышения социальной ориентации ценности собственной жизни, ориентированной на широкое применение онлайн ресурсов, которые используются интернет-приложения, опирающиеся на общую теорию психических процессов, применяющей общее и индивидуальное психическое воздействие на детерминанты повышения социальной ориентации ценности собственной жизни [8, с. 122–128].

Актуальность программы «Доктор рядом» заключается в необходимости разрешения существующего противоречия между, новой целью, поставленной 442-ФЗ:

- расширение возможностей получателя социальных услуг самостоятельно обеспечивать свои основные жизненные потребности;
- недостаточная информированность граждан о развитии в себе таких возможностей;
- сложность решения этой задачи, связанной с трудностями преодоления устоявшихся стереотипов среди граждан, нуждающихся в получении социальных услуг, выраженных в привычке получать бесплатные услуги и стремлении расширять возможности их получения, не прилагая собственных усилий, кроме хождения по инстанциям.

Второе противоречие, которое необходимо разрешить, – это возникающая в перспективе конкуренция между поставщиками социальных услуг и необходимость подготовки к работе в этих условиях за счет расширения информированности населения об оказываемых услугах и их эффективности, а также с реформой системы здравоохранения.

Цели данной программы:

- повышение внутренней уверенности получателей социальных услуг в собственных возможностях активно влиять на свое самочувствие, собственной социальной активностью, на основе развития мотивации к познанию основ жизнедеятельности
- развитие критического мышления и получения информации об особенностях психологического и физиологического развития в «третьем возрасте» и зависимости этого развития от социальной активности, с одновременным распространением информации об эффективности работы с населением учреждения социального обслуживания.

Основные задачи программы:

1. Развитие технических и программных средств, для работы с населением, в том числе с получателями социальных услуг, в онлайн формате и подготовка специалистов для работы с ними.
2. Повышение социальной ориентации ценности собственной жизни пожилых людей.
3. Развитие социальной активности и увеличение жизненного и интеллектуального потенциала пожилых людей.
4. Улучшение качества социального взаимодействия пожилых людей.

Целевая группа программы – граждане пожилого возраста и жители обслуживаемых районов. Сроки реализации программы – круглогодично. Территория реализации программы – город Москва, Северо-Восточный административный округ, районы Бибирево, Алтуфьевский, Лианозово, Северный.

Периодичность работы административной группы – ежеквартальные совещания в целях подведения промежуточных итогов реализации программы,

внесения изменений в ход реализации программы в соответствии с анализом и отчетами исполнителей программы.

Этапы реализации программы

№	Название мероприятия	Сроки
Подготовительный этап		
1.1.	Подготовка технических и программных средств для работы в онлайн формате и подготовка специалистов для работы с ними (Видео-интернет конференцсвязь между ОДП ТЦСО).	июль – сентябрь 2015
1.1.2.	Апробация технического и кадрового комплекса на мероприятиях, проводимых одновременно в нескольких ОДП ТЦСО, таких как: 1. Утренняя зарядка с различными ведущими, использующими различные подходы к оздоровлению. 2. Кружки и мастер-классы. 3. Концерты.	июль – сентябрь 2015
1.3.	Разработка профилактических программ в виде лекций, дискуссий и тренингов на значимые темы в рамках программы.	октябрь – декабрь 2015
1.4.	Разработка комплекса психометрических методик для выявления уровня социальной активности пожилых людей.	октябрь – декабрь 2015
Основной этап		
2.1.	Практическая реализация программы повышения социальной активности пожилых людей, состоит из занятий, проводимых в формате онлайн, с получателями социальных услуг в ОДП Бибирево, Алтуфьевский, Лианозово, Северный.	апрель – июнь 2016
2.2.	Подготовка и публикация методической программы и внедрение в практику работы организаций партнеров разработанной программы, с подготовкой в ведущих программу, которыми должны быть специалисты наиболее близкие по возрасту к получателям социальных услуг для увеличения е доверия к поступающей информации.	июль – сентябрь 2016
2.3.	Участие в научных конференциях с целью обмена опытом, и выявления мнений научной общественности о результатах проводимой работы и используемых технологий.	октябрь 2015 – июнь 2016
Заключительный этап		
3.1.	Выход разработанной технологии в режим интернет-вещания мероприятий организованных для жителей обслуживаемых районов, таких как: 1. Встречи со специалистами государственных и общественных организаций, в том числе предвыборные встречи. 2. Дискуссии на значимые темы.	апрель – сентябрь 2016
3.2.	Подготовка к публикации статей, докладов, отчетов, методических пособий и других информационных материалов по теме программы.	октябрь 2015 – декабрь 2016
3.3.	Проведение научно-практической конференции с целью обобщения практического опыта реализации программы.	декабрь 2016

Нормативно-правовая основа программы:

- Федеральный закон от 28.13.2013 г. № 442-ФЗ «Об основах социального обслуживания в Российской Федерации»;
- Закон города Москвы от 09.07.2008 г. № 34 «О социальном обслуживании населения и социальной помощи в городе Москве»;

- Постановление Правительства города Москвы от 26.12.2014 г. № 829 «О социальном обслуживании граждан в городе Москве»;
- Закон города Москвы от 24.12.2014 N 66 О внесении изменений в Закон города Москвы от 9 июля 2008 года N 34.

Реализация мероприятий программы позволит повысить социальную активность граждан пожилого возраста, на основе:

- повышения внутренней мотивации к познанию основ жизнедеятельности,
- повышения уровня критического мышления,
- повышения информированности об особенностях психологического и физиологического развития в «третьем возрасте»,
- получения знаний о зависимости развития организма и психики от социальной активности;

В результате чего: – увеличится их жизненный и интеллектуальный потенциал, улучшится качество социального взаимодействия, что в итоге позволит расширить возможности пожилых людей самостоятельно обеспечивать свои основные жизненные потребности. В результате реализации программы: станет разнообразнее и экономичнее оказание услуг в ОДП, укрепится научно-методическое обеспечение работы с получателями социальных услуг в ОДП, возрастет количество жителей, информированных об эффективности оказания услуг в учреждении социальной защиты, что повысит лояльность граждан к социальной политике правительства Москвы. В итоге – повысится лояльность граждан к социальной политике правительства Москвы.

Оценкой эффективности реализации программы являются следующие показатели:

1. Повышение социальной активности граждан пожилого возраста;
2. Рост количества жителей, информированных об эффективности оказания услуг в учреждении социальной защиты;
3. Реализация творческого потенциала в зрелом возрасте.

Таким образом, можно говорить о большом количестве психологических и физических факторов влияющих на процесс старения. Не существует единого, универсального способа приспособления старости. Влияние оказывает и личность самого человека, его поведения, привычки, потребность в социальных контактах и любимый стиль жизни. Так для одних оптимальным является совместное проживание с детьми и внуками, для других – самостоятельность, независимость, возможность заниматься любимым делом.

Литература

1. *Авербух Е.С.* Неврозы и неврозоподобные состояния в позднем возрасте. Л., 1976. – 159 с.
2. *Ананьев Б.Г.* Избранные психологические труды: В 2 т. – М., 1980. – 214 с.
3. *Baltes P.B., Baltes M.M.* Savoir Vivre in Old Age // National Forum. – Vol. 78, № 2. – Spring. – 1998 – <https://www.questia.com/read/1P3-29924421/savoir-vivre-in-old-age> (дата обращения: 14.04.2015).

4. *Бехтерева Н.П.* Магия мозга и лабиринты жизни / Н.П. Бехтерева. – доп. изд. – М: АСТ; СПб.: Сова, 2007. – 383, с: ил.; 16 л. ил. ISBN 978–5–17–045472–3, С. 256–258.
6. *Ермолаева М.* Практическая психология старости / М. Ермолаева Изд.: Эксмо-Пресс, 2002. С. 320 – ISBN 5–04–009785–9. С. 10.
7. *Монтень М.* Опыты // Мишель Монтень / в 3-х кн. Кн. 3-я. 2-е изд. М.: «Наука», 1979. – С. 104, 535.
8. *Орехов А.Н., Паламонов И.Ю.* Социально-психологическая технология повышения ценности жизни несовершеннолетних 14–17 лет [текст] // Ученые записки Российского государственного социального университета. Изд.: РГСУ (Москва) 2014 – № 1 – С. 122–128.
9. *Salthouse T.A.* Mental exercise and mental aging, evaluating the validity of the “use it or lose it” hypothesis. Perspectives on Psychological Science, 2006. 1 (1). С. 68–87.
10. *Толстых А.* Возрасты жизни. М., 1988. – 223 с.

Зрелое родительство в ситуации воспитания особого ребенка

Галасюк И.Н.

В последнее десятилетие ученые предпринимают попытки развития существующих подходов к психологической помощи родителям, воспитывающим особых детей, с учетом современных реалий, достижений научных исследований и психологической практики. К категории особых детей относятся дети с ментальными нарушениями, в воспитании которых трудности усугубляются особенностями поведенческих проявлений умственной отсталости. Для повышения устойчивости семьи особого ребенка, обеспечения семейной формы его воспитания в противоположность институциональной, требуется реализация принципа необходимости «учитывать не только негативную характеристику ребенка, не только его минусы, но и позитивный снимок с его личности» [1, С. 125], поиск «солнечной стороны» родительства в ситуации инвалидности ребенка [4]. Научный анализ проблемы родительства особого ребенка при таком подходе ставит во главу угла личность родителя, ее самостоятельную активность, субъектность, самодетерминированность.

Внимание ученых и практиков в этой связи должно концентрироваться не на родительской беспомощности, а на оказании помощи в осуществлении жизнотворчества и позитивной реинтерпретации членами семьи События появления умственно отсталого ребенка. В качестве примера здесь можно привести формулирование глобального смысла в изменении человечества в целом – «Эти дети рождаются, чтобы мир стал гуманнее и чище»¹. Именно такого рода проработка родительской боли может помочь человеку сделать шаг к более зрелой личности, способной творчески преобразовать не только свою жизнь, но и жизнь семьи. Само по себе интеллектуальное нарушение, с его тяжелыми, драматическими последствиями неизлечимости и невозможности как-либо существенно изменить состояние ребенка, способно в одном случае фрустрировать и истощать родителя, в другом – содействовать изме-

¹ Из эссе матери ребенка с умственной отсталостью «Мой особый ребенок».

нению взгляда родителей на окружающий мир вплоть до переосмысления всей жизни. Перед родителями такой категории детей стоит задача сохранения своего психологического здоровья в ситуации противостояния трудностям, сопряженным с воспитанием особого ребенка. В свою очередь, перед наукой и практикой встает задача поиска и актуализации индивидуальных и социальных ресурсов, благодаря которым становится возможным позитивное функционирование личности родителя как субъекта собственной жизни, способного принимать «смысложизненные» решения и нести ответственность за свои поступки, в результате чего повышается уровень зрелости родительства.

Родительство является интегральным психологическим образованием личности, наиболее осознаваемым компонентом которого, выступает родительская позиция. Она характеризуется ярко выраженной когнитивной составляющей, ориентирующей родителя на понимание ребенка с нарушениями интеллектуального развития. Вслед за А.С. Спиваковской мы рассматриваем оптимальность родительской позиции с помощью критериев адекватности, гибкости и прогностичности, которые позволили нам описать четыре основных типа родительских позиций по отношению к особому ребенку: партнерская, наставническая, доминирующая и отвергающая [подробнее см. 2, С. 130–131].

Выделенные позиции характеризуются определенным способом реагирования на событие появления в семье умственно отсталого ребенка, начиная от отвержения ребенка, заканчивая преобразованием в оптимальную родительскую позицию (наставническую или партнерскую). Так, для партнерской позиции характерна надсобытийная активность, которая позволяет родителю переосмыслить и переконструировать реальность происходящего, осознать свои аффективные переживания и эмоциональные реакции, ценности и потребности и, как следствие, преобразовать свое отношение к случившемуся событию рождения особого ребенка. Наставническая позиция проявляется через положительную адаптивную активность, которая характеризуется направленностью на преодоление трудностей воспитания, стабилизацию семейной системы. Доминирующая позиция связана с деструктивной активностью, проявляя которую родители тратят значительную часть энергии на противостояние специалистам и поиск высококвалифицированного профессионала, способного «вылечить» ребенка. Отвергающая позиция сопряжена с отрицательной адаптивной активностью, при которой родитель направляет ее на создание комфортных условий лично для себя. В результате этого он или уходит из семьи или отказывается от ребенка, помещая его в социальное учреждение [2, С. 114–121].

Мы предполагаем, что оптимальная позиция родителя особого ребенка, характеризуется такими косвенными индикаторами зрелости как: – самопринятие, лежащее в основе личностного благополучия,

– «осознанная целенаправленность в отношении собственной жизни и жизни тех, за кого человек несет ответственность (дети, престарелые родители),

– осознаваемая как необходимость устремленность к личностному росту, позитивным изменениям [3, С. 378], способность действовать в ситуации неопределенности.

Руководствуясь данными положениями, нами было организовано исследование с целью изучения личностных ресурсов родителей с различными типами родительского позиционирования.

Описание выборки. В исследовании приняли участие 137 родителей, воспитывающих детей с ментальными нарушениями, в том числе 43 отца и 94 матери в возрасте от 25 до 62 лет ($M=41,6$, $\sigma = 8,8$). Все испытуемые являются родителями детей, прикрепленных к специализированным центрам и детским домам г. Москвы ГБУ ДДИ «Южное Бутово», ГБУ ЦССВ «Вера. Надежда. Любовь», и родители детей, проходивших лечение в ГБОУ ВПО РНИМУ им. Н.И. Пирогова «Научно-исследовательском клиническом институте педиатрии».

Методики: Основным измерительным инструментом являлась специальная исследовательская методика «Родительские позиции в семье умственно отсталого ребенка» [2, С. 201]. Личностные характеристики родителей ребенка с умственной отсталостью, измерялись с помощью личностных опросников, направленных на изучение смысложизненных ориентаций: «Тест смысложизненных ориентаций» Д.А. Леонтьева, жизнестойкости «Тест жизнестойкости» С. Мадди (в адаптации Д.А. Леонтьева, Е.И. Рассказовой), психологического благополучия «Шкала психологического благополучия» К. Рифф (в адаптации Т.Д. Шевеленковой, П.П. Фесенко) и толерантности к неопределенности «Новый опросник толерантности-интолерантности к неопределенности Т.В. Корниловой».

Интерпретация результатов. С помощью методики «Родительские позиции», в данной выборке были выявлены испытуемые с доминирующей родительской позицией 18 чел., наставнической родительской позицией 59 чел., партнерской родительской позицией 56 чел. Группа отвергающих родителей оказалась малочисленной 4 чел., и потому была выведена из дальнейшего анализа.

Сравнение результатов испытуемых, имеющих разные родительские позиции, по всем исследуемым показателям было проведено с применением непараметрического критерия Краскела Уоллиса. Все полученные результаты имеют высокую статистическую достоверность. Математическая обработка данных позволила установить статистически значимые различия по целому ряду параметров, характеризующих ресурсы личности родителей в зависимости от занимаемой родительской позиции.

Группа родителей, с доминирующей родительской позицией, отличается от группы наставников и группы партнеров более низкими средними показателями таких ресурсов личности, как:

- осмысленность жизни в целом ($p<0,003$),
- осмысленность цели ($p<0,014$) и результата (0,000),
- вовлеченность по методике жизнестойкости ($p<0,003$), – удовлетворенность социальной поддержкой ($p<0,003$),

- более низкими параметрами *психологического благополучия* (управление средой ($p < 0,006$) и цели в жизни ($p < 0,012$)).

Полученные доминирующими родителями результаты свидетельствуют о том, что существует рассогласование между внутренней осмысленностью деятельности и декларируемой внешней активностью родителей, о которой мы судим по наблюдениям в ходе практической работы. Они, как правило, сконцентрированы на борьбе со специалистами и постановке неадекватных целей для себя и ребенка. В результате при внешней целеустремленности отсутствует ощущение внутренней осмысленности действий. Постановка изначально неадекватной цели ведет к тому, что жизненные цели оказываются не реализованными, не удается достичь желаемого результата и реально контролировать ситуацию (управление средой). Более того, внешняя среда субъективно воспринимается враждебной.

Вовлеченность как значимый параметр жизнестойкости и выражение активной жизненной позиции личности, имеет низкий показатель у родителей с доминантной родительской позицией. В соответствии с интерпретацией по методике жизнестойкости Мадди, низкая вовлеченность порождает чувство одиночества, усугубляемое стрессовыми ситуациями, необходимостью выполнять однообразную рутинную работу по уходу за особым ребенком.

Все рассмотренные выше показатели ресурсов личности заметно выше в группе наставников и еще выше в группе партнеров. Сложившаяся картина позволяет нам констатировать, что личность родителей, которым свойственно проявлять конструктивную родительскую активность (позиция наставника), является более устойчивой, чем в случае деструктивной активности (позиция доминанта), в то время как проявление надсобытийной активности (позиция партнера) позволяет получать доступ к наиболее эффективному использованию ресурсов личности. Найденные особенности вполне согласуются с выдвинутыми ранее теоретическими обобщениями практической работы с родителями особых детей [2].

Особым образом в исследуемых группах проявляется толерантность к неопределенности. Известно, что люди с высокой толерантностью к неопределенности склонны чаще предпочитать ситуации риска и новизны ситуациям стабильности, а также действовать в условиях непредсказуемости. Анализ результатов показал, что самая низкая толерантность к неопределенности характерна для родителей с наставнической позицией, в то время как средние показатели доминирующих родителей и родителей-партнеров довольно близки (при уровне значимости $p < 0,008$). Данный факт свидетельствует в пользу того, что толерантность к неопределенности является тем потенциалом, который может стать ресурсом смены вектора родительской активности с деструктивной на конструктивную.

Наставники, являясь относительно психологически благополучной группой, оказываются вместе с тем уязвимыми в своей более низкой готовности к неопределенности. Они тем самым менее эвристичны и более опасливы в

ситуациях нестабильности. Эта характеристика может создавать трудности в отношениях с ребенком при возникающих нештатных ситуациях, когда нет заранее известных правильных способов реагирования, когда невозможно как-либо прогнозировать результаты действий и решений. В таком случае можно констатировать возможность изменения вектора активности в сторону деструктивности, в результате чего родитель может отвергнуть ребенка. Толерантность к неопределенности в случае воспитания особого ребенка является тем качеством, которое выступает буфером в ситуации невозможности получения от ребенка желаемых результатов и одновременно с этим непредсказуемости реакций социальной среды в отношении него.

Согласно полученным данным, родители с разным типом родительского позиционирования, действительно, различаются между собой по ряду личностных характеристик. Общим смыслом этих различий является то, что родители с деструктивной формой родительской активности, выраженной в нашем исследовании доминирующей позицией, отличаются более низким уровнем личностных ресурсов, в то время как более конструктивно действующие родители (наставническая и партнерская позиции), имеют более высокие показатели личностных ресурсов.

Измеряемые нами параметры личности (осмысленность целей и жизни в целом, жизнестойкость, психологическое благополучие, толерантность к неопределенности) являются косвенными индикаторами личностной зрелости [3]. С одной стороны, можно предположить, что люди высокого уровня личностной зрелости более склонны к проявлению конструктивной активности, а значит, чаще будут приверженцами наставнических и партнерских отношений с ребенком. С другой стороны, изменение родительской позиции неминуемо ведет к глубоким личностным преобразованиям.

Литература

1. *Выготский Л.С.* Проблемы дефектологии. М.: Просвещение, 1995.
2. *Галасюк И.Н.* Теоретико-методологические основы психологического сопровождения семьи ребенка с интеллектуальными нарушениями: монография. М.: ИИУ МГОУ, 2014.
3. *Санонова Е.Е.* Экзистенциальная психология взрослости. М.: Смысл, 2013.
4. *Blancher J., Baker B.L., Berkovits L.D.* Family perspectives on child disability: Views from the sunny side of the street. Oxford handbook of positive psychology and disability. M.L. Wehmeyer (Ed.) NY: Oxford University Press Inc., 2013.

Социально-психологическая компетентность современного человека: проблемы и перспективы развития

Гаурова Ю.А.

Социально-психологическая компетентность – специальные знания об обществе (психологические, философские, политические, экономические,

культурологические и др.), которые позволяют личности ориентироваться в любой социальной ситуации, принимать верные решения и достигать поставленных целей. Близким по значению, но качественно отличающимся понятием является в данном случае «психологическая культура личности», представляющая собой системное качество личности, лежащее в основе развития и поддержания психологического здоровья личности. Если сопоставить названные понятия – «психологическая культура», «социально-психологическая компетентность» и «психологическое здоровье», то можно считать социально-психологическую компетентность частью психологической культуры (ее когнитивным звеном), на основе которого происходит поиск баланса и обретение человеком психологического здоровья, понимаемого в науке как гармония психики и окружающей среды. На наш взгляд, поиск происходит на основе мотивационно-ценностных образований личности как особого структурного звена психологической культуры. Социально-психологическая компетентность может также пониматься как основа социально-психологического мировоззрения личности, когда личность понимает мир через призму социально-психологических явлений, «строит» его в своих представлениях по образцу реальности, доступной ее осмыслению. Такая познавательная деятельность имеет особую важность для общества и человечества, поскольку является процессом символообразующим и детерминирующим природу других явлений и в целом структуры мира. В этом процессе основой для понимания мира в целом служит интерпретация личностью, тех процессов и явлений, которые непосредственно связаны с ней в процессе жизни в обществе. В данном вопросе важны такие факторы, как когнитивная сложность личности, то есть степень дифференцированности представлений о мире и своем месте в нем, а также другие индивидуально-психологические, социальные (например, эффективность социализации и т.п.), культурные факторы.

Противоположностью социально-психологической компетентности выступают неграмотность, суеверие, невежество, мистика, оторванная от жизни фантазия, утопичность мышления. В связи с тенденциями развития современного общества особое внимание хотелось бы обратить на феномен эскапизма, проявляющегося как оторванность мышления от реальности, бегство от реальности в мир псевдоутешительных образов, подмена реальности фантазией, утопичность мировоззренческой позиции. Все названное представляется характерной и даже отличительной чертой поведения людей постиндустриальной эпохи, эпохи высоких технологий.

Задачей культуры в цивилизованном обществе является необходимость развить основы реалистичности в мышлении и мировоззрении молодежи в процессе ее социализации в вузе. Эта способность снизилась у человека в эпоху НТР в силу естественных обстоятельств смены мифологической парадигмы, когда потребление стало возводиться в культ, а общественное устройство при-

обрело техноморфные черты. Повышение уровня эскапизма, в первую очередь, у молодежи вызвано тем, что изменилась сама реальность, а ее достоверного образа культура выработать не смогла по той причине, что по своему качеству трансформация бытия превышает уровень существующих возможностей ее осмысления и моделирования. Вошедшая в жизнь общества Машина, «вошла» и в человека, что наглядно проявляется в ценностных ориентациях, установках, интересах, той психологической матрице поведения, в которой сложно не заметить «техноморфности». Техника как установка, или, по Хайдеггеру, *Gestell*, подчиняет себе не только внешнюю среду, предметную сферу, на которую воздействует по призванию, но и внутренний мир человека, поставив его в позицию заведомой нужды в ней, зависимости от ее возможностей. В новой картине мира Пространство сокращается, или «умирает», Время – «застыло», мы живем сегодняшним днем. И поэтому эскапизм – наиболее популярное средство взаимодействия с хаотичной реальностью, в которой нет смысла разбираться. Так, человек, не имеющий возможность купить, испытывает потребность украсть. В качестве предмета вождления здесь подразумевается некая психологическая разрядка (например, виртуальная игра во всех смыслах этого слова), снятие напряжения, которое вызвано экзистенциальным вакуумом (В. Франкл) и одновременно ощущением своей беспомощности в понимании мира и себя в нем, размытости личностной идентичности (Э. Эриксон).

Особо опасение вызывает тот факт, что способ построения мира начинает приобретать образ его картины (по принципу экстерииоризации, о которой говорил А.Н. Леонтьев). Само отношение и к себе, и к окружающим становится нереалистично (как бы это парадоксально ни звучало) жестким, жестоким, безучастным, прагматичным, – техноморфным. Человек начинает «приобретать», на уровне повседневной жизни, свойства неодушевленного, материально-технического, предметного мира. Человек сегодня – «продукт» на рынке услуг и труда. Молодежь теперь представляет не потенциал, а «капитал», не говоря уже о давно известных идеях «винтика» в механизме и «звена» в цепи. Одновременно отмечается утрата собственно человеческих свойств в сознании современного человека: интеллектуальные, нравственные, эстетические чувства, ценности свободы, индивидуальность, потребность в осмыслении происходящего и т.д. Это явление в свое время описал Э. Фромм как кибернетическую религию, стимулирующую развитие злокачественной агрессии – некрофилии.

Останавливая внимание на роли процесса понимания в поддержании человеком своего психологического здоровья, мы хотели бы подчеркнуть его видообразующую функцию в судьбе человечества, утрата которой приводит к необратимым последствиям – отказ от понимания, как собственный выбор субъекта. Тогда как видовое своеобразие человека строится на основе понимания как способности к распознаванию системных взаимосвязей предметов и явлений. Существует четыре стадии процесса понимания:

1. Элементарная стадия – узнавания, генерализации, родового понятия, наименования;
2. Стадия понимания смысла, которую можно также назвать стадией спецификации или видового понятия;
3. Стадия объяснений по принципу «объяснения» посредством сведения к известному;
4. Стадия объяснения по принципу «объяснение генезиса» того, что видишь. [Блонский, 1935, С. 57–58].

Совокупность психологических методов, направленных на развитие понимания, имеет непосредственную связь с субъективно-феноменологическим подходом в философии и называется методами *понимающей*, или *описательной*, или *гуманитарной психологии*. Наиболее эффективными методами развития самопознания и самооценки являются: *интроспекция*, *самоотчет*, *включенное наблюдение*, *интерпретация*. Методами развития умения понимать других выступают в большей мере: *биографический метод*, *диалогическая беседа*, *эмпатическое слушание*, *идентификация*, *интерпретация*. Для развития саморегуляции личности наиболее предпочтительно использовать *самоотчет*, *самонаблюдение*, *интерпретацию* и *герменевтику*. Одним из наиболее мощных по своему действию методов развития понимания является метод психологической интерпретации. Именно он позволяет в наибольшей мере развить способность личности мыслить системно, выявляя причинно-следственные связи и отношения. Интерпретация – есть нахождение смысла в познаваемом объекте или субъекте, что является, в свою очередь, средством личностного роста субъекта познания, а значит, наделяет познаваемый объект субъектными свойствами. Ключевой задачей при использовании метода психологической интерпретации в познавательном процессе является распознавание субъектом интерпретации в представленном предмете исследования теоретических понятий, концептуальных идей и смыслов известных современной науке психологических теорий. Данный подход можно определить как субъективно-феноменологический, основанный на идеях Ф. Шлейермахера, Ф. Шлегеля, Э. Гуссерля, В. Дильтея, Г.-Г. Гадамера, М. Бахтина.

Психологическая интерпретация произведений искусства на основе известных психологических теорий предполагает возможность раскрытия смыслов описываемых в произведении событий на языке психологических понятий, которые, в свою очередь, объясняют происходящие с человеком, с обществом явления, существующие факты, закономерности, и устанавливают причинно-следственные и прочие системные связи. Научный психологический «перевод» живого Текста бытия на язык системных понятий представляет неоспоримую ценность в построении человеком индивидуальной картины мира, т.е. развитии способности осмыслять происходящее на основе достоверного научного знания. Это удовлетворяет базовые потребности человека

в безопасности, познании (духовные потребности) и самовыражении. Овладение таким методом и его использование представляет собой аспект «ориентировочной деятельности», цель которой – получение информации, необходимой для решения стоящих перед человеком задач, путем исследования окружающего мира в его деталях.

Но ориентация как таковая – не единственная ценность интерпретационной деятельности. При соприкосновении с произведением искусства решается другая важная задача, способствующая повышению психологического здоровья человека – развивать «духовное (или религиозное) напряжение» личности. «Любая картина личности, в которую не входит религиозное напряжение, является незавершенной...». «Здоровый человек должен быть креативно адаптирован к Богу, а устойчивое религиозное чувство является неотъемлемым условием здоровья личности» [Р. Мэй, 2002, С. 74].

Образовательные учреждения высшего профессионального образования призваны быть трансляторами культуры как фактора развития социально-психологической компетентности личности, способствующей повышению и поддержанию психологического здоровья личности студента. Метод психологической интерпретации произведений искусства (литературных произведений, фильмов, в первую очередь) в контексте преподавания «Психологии» наилучшим образом позволяет соединить теорию с практикой, раскрыть значение психологических понятий, тезисов, концепций, идей. Применение на практике данного метода позволяет представить изучаемую в рамках того или иного учебного курса в рамках психологических дисциплин конкретную тему в системной взаимосвязи реальных явлений с обозначающими их научными терминами и определить смыслы понятий и концепций через представление конкретных примеров – ситуаций, описываемых в произведениях.

Применение интерпретации в образовательном процессе должно быть направлено, в первую очередь, на максимально возможное снижение уровня эскапизма и утопичности мышления у молодежи. Развитие социально-психологической компетентности студента методом интерпретации видится как «встреча» и герменевтический взаимопереход теоретической информации и практической деятельности в конкретной ситуации. Овладев психологической терминологией и теорией, студент посредством данного метода учится раскрывать множественные смыслы предметной реальности, постигая генезис проблем и определяя их возможные конструктивные решения.

Личностная зрелость как способность образованных людей компетентно, т.е. научно грамотно интерпретировать социально-психологическую информацию, есть основа здорового общества. В связи с этим стоит вспомнить критическое замечание Х. Ортега-и-Гассета об «узаконенном невежестве» в среде современного ученого человека. «...Данный господин к любому делу, в котором не смыслит, подойдет не как невежда, но с дерзкой самонадеянно-

стью человека, знающего себе цену...». «... В политике, в искусстве, в общественных и других науках он способен высказать первобытное невежество, но выскажет он его веско, самоуверенно и – самое парадоксальное – ни во что, не ставя специалистов» [Ортега-и-Гассет, 2001, С. 105–106].

В качестве вывода можно сказать, что мотивационно-ценностный компонент психологической культуры личности, призванный находить баланс психики и окружающей среды, в современном обществе «захвачен» идеей потребления благ, рецептивности, душевной пассивности. Это снижает шансы развивать социально-психологическую компетентность как способность осмысливать мир, совершенствовать свои о нем представления и вырабатывать креативные идеи без особых усилий соответствующих институтов социализации, в первую очередь, учреждений высшего образования.

Литература

1. Блонский, П.П. Развитие мышления школьника / П.П. Блонский. – М., 1935.
2. Мэй, Р. Искусство психологического консультирования. Как давать и обретать душевное здоровье / Р. Мэй; пер. с англ. М. Будыниной, Г. Пимочкиной. – М.: Апрель Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2002. – 252 с.
3. Ортега-и-Гассет, Х. Восстание масс / Х. Ортега-и-Гассет; пер. с исп. – М.: ООО «Издательство АСТ», 2001. – 509 с.

Толерантность как критерий зрелости личности (на примере отношения к психически больным)

Долныкова А.А., Самойлова Е.А.

К признакам психологической зрелости, безусловно, можно отнести сформированность собственного мировоззрения, моральных установок. Одним немаловажным аспектом этого является толерантность по отношению к аут-группам, в частности, к больным психическими заболеваниями.

Психическая болезнь накладывает отпечаток на микро, и на макросоциальное функционирование больного. Помимо тех ограничений в социальном взаимодействии, которые накладывают сами симптомы болезни, больной, сталкивается со стигматизацией. Негативное отношение к больным присуще нашей культуре. В процессе взросления человек усваивает культуральные представления, социальные стандарты. Достигая же психологической зрелости, он имеет возможность осмысливать их с собственных позиций, принимать, изменять, отвергать, формируя тем самым собственное зрелое мировоззрение. В том числе и формировать собственные гуманистические представления и толерантное отношение к социальным группам, отношение к которым в социуме можно назвать стигматизирующим.

Собственное осмысление социальных стереотипов опирается во многом на личностные особенности человека. Мы предположили, что, в частности, такая личностная особенность, близко смыкающаяся с сознательными уста-

новками, как locus контроля может быть связана со степенью и характером стигматизирующего отношения к психически больным.

Для проверки этого предположения была обследована группа студентов из различных московских вузов, представления о которых традиционно связываются с высоким интеллектуальным уровнем обучающихся. С помощью опросника «Социальные представления о психическом здоровье» (Серебрянская Л.Я., Михайлова И.И., Степанова А.Ф., Балабанова В.В., НИЦЗ РАМН, 2005) [2] и опросника «Уровень субъективного контроля» Дж. Роттера (Адаптация Е.Ф. Бажина, С.А. Голынкиной, А.М. Эткинды) [1] было обследовано 75 студентов.

Было выявлена связь некоторых факторов опросника «Социальные представления о психическом здоровье» и некоторых шкал опросника УСК. Оказалось, что шкала интернальности в области производственных отношений и шкала интернальности в области межличностных отношений положительно коррелируют с фактором «Контроль и отвержение больных» и «Небиологические представления о психиатрии» (представления о болезни как грехе и слабой воле, моральном изъяне). Данные корреляционного анализа дополняются данными анализа средних показателей факторов контроля и отвержения и небиологических представлений о психиатрии. Группы с низким, средним и высоким показателем фактора контроля и отвержения достоверно различаются по шкале интернальности в области производственных отношений (наиболее высока интернальность в группе с высоким уровнем контроля и отвержения больных). Чем больше человек верит в то, что психическая болезнь есть следствие недостатков самого больного, тем выше у него шкала общей интернальности и шкалы интернальности в области производственных и межличностных отношений.

При анализе средних показателей в группах с разным уровнем общей интернальности было показано, что с повышением интернальности повышается и степень контроля и отвержения больных, агрессивное восприятие больных и степень небиологических представлений о психическом здоровье. Другими словами, люди с высокой интернальностью считают нужным контролировать больных, изолировать их, отрицательно к ним относятся и в какой-то мере считают, что следование нормам морали и активная позиция препятствуют возникновению психической болезни.

Таким образом, можно предполагать, что готовность брать на себя ответственность за происходящее, чувствовать себя в силах определять собственную жизнь, преодолевать сознательным усилием возникающие преграды, достигать поставленных целей, выраженная в высокой степени приводит к тому, что эти люди с теми же мерками подходят и к другим. Получается, что высокая интернальность может быть сопряжена со сложностью децентрации, когда человек может встать на позицию другого и принять идею о том, что у других людей могут возникать проблемы, с которыми невозможно справиться

волевым усилием. В то время, как психологическая зрелость невозможна без способности встать на позицию другого человека.

Литература

1. Бажин Е.Ф., Голынкина Е.А., Эткин А.М. Диагностика парциальных позиций интринсальности – экстерсальности личности // Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М., 2002.
2. Серебряйская Л.Я. Психологические факторы стигматизации психически больных. Дис. ... канд. психол. наук. М., 2005.

Смысложизненные ориентации и самоотношение женщин среднего возраста

Жеребкина В.Ф.

Проблема поддержания психологического благополучия особенно актуальна в период средней зрелости, так как в этот период интенсивно происходят изменения процессов перестройки смысловых структур сознания и переориентации на новые жизненные задачи. Наиболее важными структурными компонентами психологического благополучия являются отношение к себе и другим как к ценности, сформированная система ценностей, уверенность в наличии собственных личностных ресурсов для создания оптимальных условий жизни и владение способами их актуализации в новых условиях жизни [1].

Предметом нашего исследования являются смысложизненные ориентации и самоотношение женщин среднего возраста. В исследование приняли участие 50 женщин с высшим образованием в возрасте 40–45 лет. Все женщины в исследуемой выборке замужем и имеют одного и более детей.

Для исследования смысложизненных ориентаций использовались методика изучения ценностных ориентаций М. Рокича и тест смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева. Самоотношение женщин определялось с помощью методики исследования самоотношения С.Р. Пантелеева.

Для выявления взаимосвязи между самоотношением женщин среднего возраста и их смысложизненными ориентациями применялся коэффициент корреляции Пирсона.

Результаты диагностики терминальных ценностей женщин представлены в таблице 1.

Доминирующими терминальными ценностями у женщин в период средней зрелости являются жизненная мудрость, здоровье и продуктивная жизнь. Наименьшую ценность для женщин представляют красота природы и искусства, счастье других, а также удовольствия. Что, скорее всего, свидетельствует о прагматизме женщин исследуемой группы. Среди конкретных ценностей лидируют здоровье, продуктивная жизнь и материально обеспеченная жизнь, среди абстрактных – жизненная мудрость, свобода и уверенность в себе. Сре-

ди ценностей профессиональной самореализации ведущей является продуктивная жизнь, а среди ценностей личной жизни – счастливая семейная жизнь.

Таблица 1

Средние и ранговые значения терминальных ценностей женщин

Терминальные ценности	Средние значения	Ранг
Жизненная мудрость	1,7	1
Здоровье	2,2	2
Продуктивна жизнь	3,14	3
Счастливая семейная жизнь	3,38	4
Материально обеспеченная жизнь	5,0	5
Свобода	6,6	6
Общественное признание	6,86	7
Уверенность в себе	7,98	8
Развитие	9,88	9
Интересная работа	10,06	10
Активная деятельная жизнь	11,2	11
Любовь	11,76	12
Познание	12,46	13
Творчество	14,26	14
Наличие хороших и верных друзей	14,36	15
Счастье других	16,14	16
Удовольствия	16,32	17
Красота природы и искусства	17,6	18

В таблице 2 представлены средние и ранговые значения принятия женщинами инструментальных ценностей.

Таблица 2

Средние и ранговые значения инструментальных ценностей женщин

Инструментальные ценности	Средние значения	Ранг
Чуткость	2,28	1
Широта взглядов	2,44	2
Жизнерадостность	2,92	3
Воспитанность	3,76	4
Ответственность	4,68	5
Честность	6,66	6
Терпимость	7,38	7
Образованность	7,52	8
Рационализм	8,86	9
Твердая воля	10,38	10
Независимость	10,82	11
Самоконтроль	12,08	12
Исполнительность	12,48	13
Высокие запросы	13,72	14
Эффективность в делах	14,44	15
Смелость в отстаивании своего мнения	16,4	16
Аккуратность	16,7	17
Непримиримость к недостаткам	17,44	18

Доминирующими инструментальными ценностями у женщин в период средней зрелости являются чуткость, широта взглядов и жизнерадостность. Наименее ценными являются непримиримость к недостаткам, аккуратность и эффективность в делах. Среди этических ценностей доминируют широта взглядов и ответственность. Среди ценностей дела преобладают образованность и рационализм. Важное место отводится и альтруистическим ценностям. Индивидуалистическим ценностям приписывается наименьшая значимость. Ценности принятия других преобладают над ценностями самоутверждения.

Результаты диагностики смысложизненных ориентаций женщин представлены в таблице 3.

Таблица 3

**Распределение женщин по уровням выраженности
смысложизненных ориентаций**

Шкалы	Уровни выраженности смысложизненных ориентаций		
	Высокий (%)	Средний (%)	Низкий (%)
Цели в жизни	22	78	0
Процесс жизни	10	90	0
Результативность жизни	28	72	0
Локус контроля – Я	8	92	0
Локус контроля – жизнь	16	84	0
Общий показатель осмысленности жизни	78	22	0

Полученные результаты свидетельствуют о том, что высокий уровень общего показателя осмысленности жизни наблюдаются у 78 % женщин, 11 % демонстрируют средний уровень осмысленности.

Женщины характеризуются наличием целей в будущем, которые придают их жизни осмысленность, направленность и временную перспективу, это подтверждают высокие (у 22 %) и средние (у 78 %) показатели по шкале «Цели в жизни». Испытуемыми также воспринимается и сам процесс жизни как интересный и эмоционально насыщенный. Результативность жизни, или удовлетворенность самореализацией, которые отражают оценку пройденного жизненного пути, у 90 % испытуемых выражены на среднем и у 10 % на высоком уровне.

По шкале «Локус контроля – Я» у 8 % женщин наблюдается высокий уровень, а у 92 % – средний. Это свидетельствует о том, что испытуемые воспринимают себя сильными личностями, обладающими свободой выбора, чтобы построить свою жизнь в соответствии со своими целями и представлениями о ее смысле. При этом убеждение в том, что человеку дано контролировать свою жизнь, свободно принимать решения и воплощать их в жизнь, также подтверждается оценками по шкале «Локус контроля – жизнь».

Таким образом, исследуемую группу женщин характеризует высокий уровень осмысленности жизни, наличие целей в жизни, удовлетворенность процессом жизни и ее результативностью, уверенность в себе и силе своего

выбора. Систему смысложизненных ориентаций испытуемых женщин можно назвать гармоничной, имеющей позитивные тенденции с точки зрения способности к решению жизненных задач, предпосылкой для успешного преодоления кризиса и поддержания психологического благополучия.

Результаты диагностики самооотношения женщин представлены в таблице 4.

Таблица 4

Показатели самооотношения женщин (%)

Шкалы	Уровни представленности самооотношения женщин		
	Высокий	Средний	Низкий
Самоуверенность	8	86	6
Саморуководство	32	68	0
Отраженное самооотношение	12	88	0
Самоценность	32	68	0
Самопринятие	38	62	0
Самопривязанность	0	60	40
Внутренняя конфликтность	0	56	54
Самообвинение	2	98	0

Обобщив результаты диагностики самооотношения женщин, можно констатировать, что большинство респондентов исследуемой группы достаточно самоуверенны, имеют высокий уровень саморуководства, ценят и принимают себя, при этом избирательно относятся к своим личностным свойствам и открыты новому опыту познания себя, что, несомненно, способствует решению жизненных задач. Однако негативные тенденции могут заключаться в самообвинении, готовности поставить себе в вину свои промахи и неудачи, что может повлечь снижение адаптационных способностей и выбор неэффективной стратегии поведения в преодолении кризиса.

Интерпретация данных корреляционного анализа показывает наличие взаимосвязи между факторами самооотношения и сформированностью показателей смысложизненных ориентаций. Такие показатели самооотношения как самоуверенность ($r = 0,272$; $p \leq 0,05$), саморуководство ($r = 0,303$; $p \leq 0,05$), самоценность ($r = 0,283$; $p \leq 0,05$) и самопринятие ($r = 0,294$; $p \leq 0,05$) взаимосвязаны с наличием у женщин цели в жизни. Взаимозависимыми также являются самоуверенность ($r = 0,333$; $p \leq 0,05$), саморуководство ($r = 0,294$; $p \leq 0,05$), самоценность ($r = 0,312$; $p \leq 0,05$) и результативность жизни. Статистически значимой является и взаимосвязь между отраженным самооотношением и локусом контроля ($r = 0,293$; $p \leq 0,05$). Общий показатель осмысленности жизни коррелирует с самоуверенностью ($r = 0,324$; $p \leq 0,05$), саморуководством ($r = 0,290$; $p \leq 0,05$) и самоценностью ($r = 0,286$; $p \leq 0,05$).

Таким образом, сформированность смысложизненных ориентаций и позитивное самооотношение личности может обеспечивать стабилизацию субъективного

психологического благополучия в период взрослости. Самоуверенность, саморукводство и самооценность женщины позволяют ей осознавать жизненную перспективу, определяет целенаправленность ее жизни и удовлетворенность ею.

Литература

1. Фесенко П.П. Осмысленность жизни и психологическое благополучие личности: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2005.

«Краткий миг совершенства» между жизнью и творчеством

Золотарева А.А.

В словах великого мыслителя Н.А. Бердяева о том, что «слишком совершенные перестают творить» слышится отзвук риторического вопроса о достижимости совершенства [1, с. 314]. Впрочем, сами эти слова требуют ответа сразу на два серьезных вопроса: во-первых, кто они – «слишком совершенные», а во-вторых, почему они перестают творить?

Под «слишком совершенными» русский философ понимал так называемых «святых», вступивших на путь или православной святости, или толстовства, или собственного совершенствования (важно лишь само направление пути, а не его тропы). Однажды в творчестве человек неизменно сталкивается с выбором между тем, чтобы дальше создавать что-то, и тем, чтобы просто быть чем-то. Как пишет Н.А. Бердяев, «гении творили, но недостаточно были; святые были, но мало творили» [там же]. Первые созидали творения, вторые – свои души. Иначе говоря, обретая смысл совершенства, человек теряет смысл творчества. Возможно, именно эта драма лежит в основе сущности совершенства: невозможно сотворить совершенство вне творчества, равно как и невозможно удержать совершенство в творчестве. Более того, в этой драме отчетливо видится нечто, что являет собой вершину совершенства, до которой идет мучительное восхождение к нему, а после – спокойная, размеренная жизнь с ним.

Здесь в памяти всплывает один научный этюд о балеринах. Автор исследования, посвященного представительницам высокого искусства, тонко подмечает, что «они практикуют ритуальные упражнения, чтобы перестать думать, чувствовать, чтобы сузить свои тела, кости и мышцы до предела, лишают себя других удовольствий, чтобы достичь цели. Они смеют надеяться на краткий миг стать совершенными» [3, с. 21]. Об этом миге также упоминает А. Маслоу, психология совершенства которого призвана заниматься «человеком в том качестве, каким он мог бы быть, каким он может быть, каков он есть в лучшие мгновения своей жизни» [2, с. 140]. В этот миг жизнь как бы замирает, а творчество останавливается. Человек в краткий миг своего совершенства словно находится между жизнью и творчеством. То, что было сотворено ради совершенства, теперь способно жить своей жизнью.

Итак, достижимо ли совершенство? Возвращаясь к риторическому вопросу, поставленному вначале, теперь можно дать ответ: достижимо в краткий миг бытия. В тот самый момент, когда совершенство достигает своего предела в сотворении человека, культуры и общества.

Литература

1. Бердяев Н. Смысл творчества (опыт оправдания человека). М.: Изд-во Г.А. Лемана и С.И. Сахарова, 1916.
2. Маслоу А. Дальние пределы человеческой психики / Перев. с англ. А.М. Татлыбаевой. Науч. ред., вступ. статья и коммент. Н.Н. Акулиной. СПб.: Евразия, 1999.
3. Anshel M. Sources of disordered eating patterns between ballet dancers and non-dancers // Journal of Sport Behavior. 2004. 27 (2). С. 115–133.

Взаимосвязь жизнестойкости и временной перспективы личности в период зрелости

Ефимова И.О., Кузнецова О.В.

Повышенный динамизм социальных процессов современного общества ставит перед человеком сложнейшую задачу: с одной стороны, он должен постоянно изменяться, уметь перестраивать свое поведение в соответствии с переменами, происходящими в его жизни, с другой – сохранять внутреннюю стабильность, целостность, душевное равновесие. В последние годы стало заметно, психологическое неблагополучие современного поколения. Это подтверждается прогнозами всемирной организации здравоохранения, согласно которым к 2020 году депрессия выйдет на первое место в мире среди всех заболеваний. Количество стрессогенных факторов растет, и здоровье личности во многом определяется ее способностью выбирать наиболее эффективные стратегии поведения в трудных жизненных ситуациях. В связи с этим исследования, направленные на поиск и изучение психологических факторов, способствующих успешному совладанию со стрессом, предупреждению и снижению внутреннего напряжения, а также возможных связей подобных личностных конструктов с другими характеристиками человека, являются актуальными направлениями современной психологической науки. Ключевой личностной переменной, в развитии которой нуждается современный человек, и от которой во многом зависит его психологическое благополучие, является жизнестойкость – конструкт, характеризующий «... меру способности личности выдерживать стрессовую ситуацию, сохраняя внутреннюю сбалансированность и не снижая успешность деятельности» [3; 3]. В этой связи возрастает потребность в проведении исследований, направленных на поиск взаимосвязей жизнестойкости с временной перспективой личности.

Информационная насыщенность, ускорение ритма жизни, процессы глобализации и особенности социально-экономической ситуации, в которой живет

современный человек, вносят изменения в его картину психологического времени. Филипп Зимбардо сравнивает временную перспективу с линзой, сквозь которую мы смотрим на мир и говорит о том, что сбалансированность временной перспективы позволяет гибко переключаться между прошлым, настоящим и будущим в ответ на требования ситуации, что помогает человеку принимать оптимальные решения [2; 35]. Жозеф Нюттен также неоднократно отмечает влияние временной перспективы на поведенческий мир личности. С. Мадди, разработавший понятие жизнестойкости, обозначил экзистенциальную дилемму, с которой постоянно сталкивается человек – выбор неизменности, лежащей в плоскости прошлого, и выбор неизвестности, скрытой в плоскости будущего. В созданном им опроснике жизнестойкости есть вопросы, связанные с отношением человека к собственному будущему и прошлому, что тоже указывает на возможные связи жизнестойкости с временной перспективой личности.

Проводимое исследование направлено на решение актуальных вопросов: существует ли взаимосвязь между временной перспективой и компонентами жизнестойкости личности в период зрелости; какие внутренние ресурсы, связанные с временной перспективой, помогают современному человеку быть более жизнестойким; каковы особенности временной перспективы личности с низким уровнем жизнестойкости.

В исследовании использованы следующие методики: тест жизнестойкости С. Мадди в адаптации Д.А. Леонтьева и Е.И. Расказовой, опросник временной перспективы Ф. Зимбардо (ZTP1) в адаптации А. Сырцовой, Е.Т. Соколовой и О.В. Митиной, тест стрессогенных установок А. Элиаса, модифицированный вариант методики «Восприятие времени. Выбор метафор» М. Вэллича и Л. Грина. В опросник были включены цитаты, сходные по смысловому наполнению с описанными Ф. Зимбардо характерными особенностями мировоззрения личности, имеющей во временной перспективе различные доминирующие факторы: негативного прошлого, позитивного прошлого, гедонистического настоящего, фаталистического настоящего и будущего. Респондентам было предложено выбрать наиболее близкие их убеждениям высказывания.

В исследовании приняли участие респонденты общей численностью 35 человек, из которых 13 мужчин и 22 женщины в возрасте 30–40 лет. Для обработки данных использовался коэффициент ранговой корреляции Спирмена (программа SPSS, 21.0).

Анализ полученных данных позволил сделать следующие выводы:

1. Респондентам с низким уровнем жизнестойкости свойственно восприятие времени, как статического или имеющего низкую скорость протекания, об этом свидетельствуют выбранные метафоры – *«спокойный океан»*, *«тихая речка»*, *«безбрежный простор»*, *«черепаха»*, а также противоречивое восприятие времени (например: *«...то ползет, как черепаха, а порой ускользает так быстро, что ничего не успеваешь»*). Ощущение замедления времени

«... часто встречается в ситуациях, бедных внешними событиями» [1; 191], может свидетельствовать об ограниченном круге сущностных связей личности с миром, отсутствии или недостатке глубоких интересов, привязанностей, увлечений, низком уровне самореализации и удовлетворенности собственной жизнью. У этой группы статистически выше показатели факторов негативного прошлого ($r = -0,661$, $p < 0,01$), фаталистического настоящего ($r = -0,628$, $p < 0,01$), и более выражена стрессогенная установка «низкая фрустрационная толерантность» ($r = 0,539$, $p < 0,01$). Выраженное наличие этой стрессогенной установки проявляется в неспособности контролировать свои эмоции в момент возражения, негатива. Человек с низкой фрустрационной толерантностью легко раним и не способен долго выдерживать напряжение. У респондентов с низкой жизнестойкостью наблюдается дисбаланс в картине психологического времени, негативно окрашенное восприятие прошлого, настоящего, тревожное отношение к будущему, ярко выраженное доминирование во временной перспективе факторов негативного прошлого и/или фаталистического настоящего. Все эти тенденции находят отражение в выборе цитат о личном восприятии времени – *«Никому на самом деле не подвластна своя судьба. Мы словно листья на ветру, ведомы его направлением», «Некоторые вещи никогда не остаются позади. Они не желают тихо умирать в прошлом, они постоянно вырываются наружу – из минувшего, из памяти, из забвения – и дают о себе знать в самую неподходящую минуту», «Так всегда в жизни: мы стараемся, строим планы, готовимся к одному, а судьба преподносит нам совсем другое», «Люди зажаты между прошлым, за которое им стыдно, и будущим, которое их пугает», «Мы ненавидим то прошлое, то настоящее, в зависимости от обстоятельств, и страшно боимся будущего, потому что ничего хорошего нам там не светит».*

2. У респондентов с выраженным фактором будущего статистически ниже выражены стрессогенные установки «катастрофизации» ($r = -0,473$, $p < 0,01$), «долженствования других» ($r = 0,395$, $p < 0,05$), «самооценки» ($r = 0,544$, $p < 0,01$). Они менее склонны преувеличивать негативный характер явлений, событий, у них меньше завышенных ожиданий от окружающих и они менее зависимы от внешней оценки.
3. У респондентов с доминирующим фактором фаталистического настоящего статистически значимо ниже показатели всех компонентов жизнестойкости – «вовлеченность» ($r = -0,530$, $p < 0,01$), «контроль» ($r = -0,661$, $p < 0,01$) и «принятие риска» ($r = -0,499$, $p < 0,01$). Их мировоззрению присуще ощущение, что судьба подвластна высшим силам. При столкновении со стрессовыми ситуациями людям с низко развитыми компонентами контроля и вовлеченности свойственно чувство собственной беспомощности, невозможности повлиять на исход событий, желание отстраниться.

Низкие баллы по компоненту «принятие риска» могут свидетельствовать о неготовности личности к принятию перемен, нового опыта, тревоге в отношении собственного будущего, неизвестности.

4. Для респондентов с уровнем жизнестойкости выше среднего характерен выбор динамичных образов времени – *«мчащийся поезд», «бегущий вор», «бурлящий водопад», «скачущий всадник»*, а также развернутые комментарии и сравнение времени с самостоятельно выбранными метафорами, которых не было в списке предложенных (*«тайна», «вода», «снежное утро», «последовательность событий», «часы»*). Этой группой респондентов время воспринимается как более приятное, насыщенное значимыми, интересными событиями. Для них характерно положительное отношение к собственному прошлому, настоящему и будущему. О чем свидетельствуют выбранные цитаты о времени, наиболее отражающие их мировоззрение: *«Легкое дуновение свежего ветра, прохладные капли дождя на щеке, пряный аромат свежескошенной травы, звонкий смех близких – вот что надо уметь ценить, потому что это – настоящее!!!», «Вся жизнь как огромное художественное полотно, где яркие оттенки прошлого и едва проступающие штрихи будущего ровно ложатся на фон настоящего», «Помнить о прошлом. Думать о будущем. Жить настоящим», «Рисуя в своем воображении будущее, мы можем сделать его реальным»*. Эта группа респондентов имеет низкие показатели по факторам негативного прошлого ($r = -0,661, p < 0,01$), фаталистического настоящего ($r = -0,628, p < 0,01$), у них менее выражена стрессогенная установка «низкая фрустрационная толерантность» ($r = 0,539, p < 0,01$).

Таким образом, полученные в ходе проведенного исследования результаты подтверждают наличие взаимосвязей между временной перспективой и жизнестойкостью. Это дает основание полагать, что гармонизация временной перспективы личности будет способствовать развитию ее жизнестойкости.

Литература

1. Абульханова К.А., Березина Т.Н. Время личности и время жизни. – СПб.: Алетейя, 2001. – 304 с.
2. Зимбардо Ф., Бойд Дж. Парадокс времени. Новая психология времени, которая улучшит вашу жизнь. – СПб.: Речь, 2010. – 352 с.
3. Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Тест жизнестойкости. – М.: Смысл, 2006. – 63 с.

Родительское отношение творческих матерей

Кибальченко И.А.

Недостаточная изученность личностной сферы матерей, их творчества, как генеральной черты развивающейся личности, влияющей на отношение человека к миру, к себе, к людям, к детям, легла в основу написания нашей работы. Родительское отношение матерей обусловлено такой их личностной

характеристикой, как творчество, включающей сформированную рефлексивность, интернальный локус контроля, силу «Я», чувствительность к проблемам, поиск гармоничных средств их разрешения и гибкость мышления.

В ходе проведения исследования были использованы следующие методики:

1. «Творческий профиль личности» Хорста Зиверта, А.В. Карпова позволяющая диагностировать индивидуальную меру выраженности свойства рефлексивности, личностного дифференциала, адаптированная в НИИ им. В.М. Бехтерева для изучения структуры личности;
2. Опросник уровня субъективного контроля (УСК), (адаптированный и валидизированный Е.Ф. Бажиным, Е.А. Голынкиной и А.М. Эткиндром);
3. Опросник родительского отношения (А.Я. Варга, В.В. Столин),
4. «Родительское сочинение на тему «Мой ребенок» и «Рисунок «Моя семья» (Г.Т. Хоменткаукас).

Статистическая обработка полученных результатов проводилась с помощью критерия ϕ -Фишера (угловое преобразование Фишера), биномиального критерия m и χ^2 Пирсона.

Полученные типы родительского отношения были разделены нами на конструктивные и деструктивные (Корсакова Т.Л. Соотношение личностных черт родителей и стиля отношения к ребенку). При этом к конструктивному типу относятся принимающий и принимающе-авторитарный тип РО; к деструктивному – симбиотический, симбиотически-авторитарный, отвергающий с элементами инфантилизации, отвергающий, инфантилизация, авторитарный.

В ходе проведенного эмпирического исследования были выявлены две группы матерей: со средним и низким уровнем творчества, высоким уровнем творчества их не оказалось. Исследования М. Хорнер, Д. Ландрам, а также Холлинджер и Флеминг указывают на то, что одаренные женщины испытывают боязнь преуспеть и отличаются более низкими притязаниями в профессиональной сфере, чем мужчины [1]. Интересным является именно то, как у таких женщин способности находят отражение в родительском отношении к своему ребенку.

Анализ полученных результатов по уровню сформированности рефлексивности свидетельствует о том, что у 56 % всех матерей – средний уровень рефлексивности, но с тенденцией к преобладанию такого уровня рефлексивности в группе низкотворческих матерей (70 %). У среднетворческих матерей достоверно чаще ($\phi = 2,72$, при $p \leq 0,01$) встречается высокий уровень рефлексивности (26 %), что подтверждается исследованиями других авторов о связи творчества и рефлексивности (А.М. Матюшкин, Н.Г. Алексеев, В.К. Зарецкий, И.Н. Семенов, А.В. Карпов, И.М. Скитяева). Таких матерей характеризует сложность внутреннего мира, способность к самовосприятию содержания собственной психики и его анализу, а так же способность понимать других людей [3]. Значимые различия по уровню интернальности у матерей обеих групп ($\phi = 2,93$, при $p \leq 0,01$), свидетельствуют о сформированности общего

интернального локуса контроля у большинства матерей (60 %) со средним уровнем творчества. Существуют и значимые различия между группами по уровню интернальности в сфере неудач ($\varphi = 3,24$, при $p \leq 0,01$). 70 % среднетворческих матерей имеют развитое чувство субъективного контроля по отношению к отрицательным событиям и ситуациям. У 75 % низкотворческих матерей проявляется экстернальный локус контроля (4,2 стен) в данной сфере, что свидетельствует о склонности приписывать ответственность за подобные события другим людям или считать эти события результатом невезения. По уровню развития волевых качеств личности в группе среднетворческих матерей достоверно чаще (27 %; $\varphi = 2,22$, при $p \leq 0,05$) оценивают себя как волевых людей, т.е. они уверены в себе, независимы, склонны рассчитывать на себя в трудных ситуациях. В группе низкотворческих матерей достоверно чаще встречаются матери со средним уровнем развития волевых качеств (50 %; $\varphi = 1,66$, при $p \leq 0,05$). По фактору активности среднетворческие матери достоверно чаще высоко оценивают себя как активных, общительных, деятельностных, открытых (40 %; $\varphi = 1,99$, при $p \leq 0,05$). Остальные матери обеих групп оценивают свой уровень активности как средний и выше среднего.

В целом, результаты по личностным особенностям свидетельствуют о среднем уровне их сформированности у низкотворческих матерей: средняя рефлексивность, средняя самооценка. У среднетворческих матерей выделяются группы, как со средней, так и с высокой степенью сформированности данных качеств, а именно: высокая рефлексивность, интернальный локус контроля, высокий уровень самоуважения, волевых качеств, активности. Результаты методики «Родительское сочинение» указывают на осознанность среднетворческими матерями (60 %) диалогичности общения в отношении с ребенком, равноправности с ним, хотя и различающимися по жизненному опыту партнерами в общении и совместной деятельности. Это отражено в наличии плана «Наши отношения». Такой факт у низкотворческих встречается реже (36 %). Наличие временных планов в сочинении среднетворческих матерей (33 %) свидетельствует о прогностичности их родительской позиции.

Достоверно чаще в группе низкотворческих матерей встречается симбиотически-авторитарный тип РО (40 %), что свидетельствует об их стремлении к симбиотическим отношениям с ребенком, а также к жесткому контролю за его жизнедеятельностью. А. Адлер связывал гиперопекающее поведение матери с ее высокой тревожностью, которая тормозит развитие творческих возможностей человека [3].

Отсутствие признаков авторитарности у низкотворческих матерей в результатах проективных методик не соотносится с результатами по методике ОРО. Это объясняется стремлением руководствоваться формальными характеристиками изображения фигур (пропорции, рост). В группе матерей со средним уровнем творчества деструктивность родительского отношения чаще проявляется в симбиотических отношениях с ребенком (30 %). Инте-

ресным является преобладание симбиотического типа РО у среднетворческих высокорефлексивных матерей. А.В. Карпов писал о стремлении людей с высоким уровнем рефлексии к предпочтению более «мягких» стилей в управлении. Возможно, именно этим объясняется не высокий уровень авторитарности в их родительском отношении.

Тенденция к проявлению конструктивного типа родительского отношения среднетворческих матерей (30 %) подтверждается результатами проективных методик. В своих рисунках матери рисуют благоприятную семейную ситуацию, близость межличностных отношений с ребенком, располагая всю семью рядом, взявшись за руки. Сочинения таких матерей полны описаний качеств ребенка, как положительных, так и отрицательных. При этом указание в таких сочинениях на проблемы детей, с одной стороны, подтверждают рефлексивность родителей и внимательное отношение к ним, а, с другой стороны – могут быть следствием все же существующих проблем взрослых членов семьи, в том числе и матерей. Однако отмечается осознание такими матерями своих ошибок, желание работать над собой, оптимистичный взгляд в будущее, что является свидетельством творческого подхода к жизни.

Тенденция матерей обеих групп к увеличению степени инфантилизации при увеличении отвержения в родительском отношении ($r = 0,37$ у среднетворческих, $r = 0,40$ – у низкотворческих, при $p \leq 0,05$) находит свое подтверждение в теории (А.Я. Варга и В.В. Столина в своей классификации выделяли такой тип родительского отношения как инфантилизация с элементами отвержения). В нашем исследовании такой тип РО проявляется у 25 % матерей с низким уровнем творчества, и 13 % у матерей со средним уровнем творчества.

Уменьшение инфантилизации при увеличении кооперации с ребенком у среднетворческих матерей ($r = -0,30$ при $p \leq 0,05$), свидетельствует о наличии конструктивных отношений с ребенком.

В группе матерей с низким уровнем творчества кооперация с ребенком повышается, только когда мать ощущает симбиотическую привязанность к нему ($r = 0,41$ при $p \leq 0,05$). С ослаблением этой привязанности снижается и степень сотрудничества с ребенком.

Особенность структуры родительского отношения матерей со средним уровнем творчества подчеркивает наличие прямой корреляции между параметрами «симбиоз» и «инфантилизация» ($r=0,35$ при $p \leq 0,05$). При этом возможно снижение требований к ребенку по типу «потворствующая гиперпротекция» (по Эйдемиллеру Э. Г., Юстицкису В.В.). Доминирование симбиотического типа РО, описанное выше подтверждается и наличием данной связи.

В отличие от этого, у матерей с низким уровнем творчества при более высоком уровне отвержения ребенка ослабевает стремление матери к эмоциональной близости с ребенком, уменьшается количество требований к ребенку ($-0,41$; $-0,30$, при $p \leq 0,05$).

Подтверждение того или иного типа родительского отношения в результатах проективных методик обнаружено у 56 % низкотворческих и у 58 % среднетворческих матерей. В остальных же случаях присутствуют признаки, свидетельствующие либо в целом о благоприятной ситуации в отношениях между матерью и ребенком, либо признаки противоречащие остальным результатам. Противоречия в типах проявляются в том, что, например, у 37 % низкотворческих матерей с симбиотически-авторитарным типом РО по ОРО в рисунках отсутствуют признаки симбиоза, при этом обнаруживаются признаки, свидетельствующие о деструктивности в отношениях, выражающиеся в большой дистанции между фигурой матери и ребенком, в наличии барьеров, препятствий между ними. Сочинения таких матерей, как правило, краткие и так же не обнаруживают признаков симбиоза. В данном случае мы можем предполагать, что в родительском отношении таких матерей может присутствовать скрытое отвержение ребенка, неосознаваемое матерью, либо скрывающей это и стремящейся дать социально желательные ответы в опроснике, что не позволяет выявить данный тип РО. Однако проективные методики, в частности рисунки, поддаются меньшему контролю со стороны автора и позволяют обнаружить более реальную ситуацию в семье. Те или иные противоречия встречаются во всех группах матерей, как среднетворческих, так и низкотворческих.

Выявленные статистически значимые различия в частоте встречаемости конструктивных признаков ($F_{эмп.} = 1,83$, при $p \leq 0,05$) определяют общую тенденцию у среднетворческих матерей к конструктивности родительского отношения, а у низкотворческих – к его деструктивности.

В результате проведенного эмпирического исследования были выявлены следующие различия в степени сформированности личностных качеств и родительском отношении матерей с разным уровнем творчества:

1. У матерей со средним уровнем творчества достоверно чаще встречается высокая рефлексивность, интернальный локус контроля; высокий уровень самоуважения; высокий уровень развития волевых качеств, высокий уровень активности. Это характеризует таких матерей как ответственных за значимые события своей жизни, обладающих высоким уровнем самоконтроля, способных понимать себя, и других; независимых, уверенных в себе, активных, общительных и открытых. При этом высокая рефлексивность может свидетельствовать о наличии склонности к переживанию чувства вины, сенситивности, тревожности таких матерей.
2. У матерей с низким уровнем творчества достоверно чаще проявляется общий экстернальный локус контроля, а так же экстернальность в области неудач, что характеризует таких матерей как склонных перекладывать ответственность за значимые события в своей жизни на других людей. В сфере неудач такие матери склонны приписывать ответственность другим людям (в том числе и ребенку), либо считать их следствием везения-не-

- везения. В этой группе достоверно чаще, чем в группе матерей со средним уровнем творчества встречается симбиотически-авторитарный тип родительского отношения (40 % матерей). Данный тип характеризуется эмоциональной привязанностью к ребенку, тенденцией жестко контролировать все проявления психической жизни ребенка, требуя от него безоговорочного послушания и дисциплины, навязывая свою волю ребенку.
3. В группе матерей со средним уровнем творчества достоверно чаще встречается наличие конструктивных признаков в проективных методиках, чем в группе матерей с низким уровнем творчества.
 4. В структуре родительского отношения выявлена схожая корреляционная связь, определяющая стремление матерей к инфантилизации ребенка при увеличении его отвержения. У матерей с низким уровнем творчества выявлена тенденция к наличию признаков в проективных методиках, свидетельствующих о деструктивности родительского отношения таких матерей.

Литература

1. Бурменская Г.В., Слуцкий В.М. Одаренные дети. М.: Прогресс, 1991. – 383 с.
2. Карпов А.В. Рефлексивность как психическое свойство и методика ее диагностики // Психологический журнал. 2003. Т. 24. № 5. С. 45–57.
3. Колесов Д.В., Соколов Е.Н. О психофизиологии творчества // Психологический журнал. 1993. № 6. С. 43–54.

Андрагогический аспект в обучении магистрантов¹

Колесникова Е.И.

Кризис некомпетентности как отставание человека в способности справиться со стремительными изменениями в окружающем мире может быть отнесен к основным проблемам современности. Поэтому повышается востребованность различных образовательных программ в соответствии с концепцией непрерывного образования, на протяжении всей жизни.

Подобные программы должны различаться по объему получаемых знаний и навыков и быть предназначены для разных возрастных категорий. Распространенный пример – обучение в магистратуре.

По статистике в нашем вузе за 2012–2015 гг. контингент магистрантов на две трети состоит из выпускников вуза, решивших продолжить обучение на новой ступени. Чаще всего они – трудоустроены, то есть, им приходится сочетать полный рабочий день с обучением в магистратуре, как, впрочем, и остальным магистрантам. То есть они в полной мере могут быть отнесены к «взрослым обучающимся» [2].

¹ Работа выполнена в рамках ведомственного задания вузам НИР № 553 «Психологические детерминанты формирования компетентности студента вуза».

Кроме того, мы отлично понимаем, что подготовка магистранта в профессиональные навыки последнего включает организацию и проведение учебных занятий, и обучение персонала организаций.

Поэтому закономерно введение в учебную программу дисциплины для магистров «Основы педагогики и андрагогики», включающая лекционные и практические занятия.

Основополагающим принципом андрагогики является активность и ведущая роль обучающегося в совместной деятельности с педагогом [2]. Это направление отлично разработано в развивающем обучении применительно к школьникам, студентам (Л.С. Выготский, Л.В. Занков, В.В. Давыдов, В.В. Рубцов, Д.Б. Эльконин). Как отмечает В.А. Ясвин [6, С. 221] развивающая образовательная среда способна обеспечивать комплекс возможностей для саморазвития всех субъектов образовательного процесса.

Эти требования современности включены в образовательный процесс – например, в вузе – в виде обязательной доли интерактивных занятий, которая для магистрантов должна составлять не менее 40 %.

То, что справедливо замечает К. Фопель, что особенно в обучении взрослых философия традиционного обучения должна уступать место новым формам обучения (например, воркшопам, открытым дискуссиям, симпозиумам) [4], магистранты познают на собственном опыте на каждом занятии. Например, вводное занятие по материалам особенностей педагогической и андрагогической модели обучения [2, с. 101] нами проводится по интерактивной методике «Зигзаг» с визуализацией результатов дискуссии.

Подчеркнем, что развивающая среда должна для взрослых сопровождаться возможностью проявлять собственное мнение, приходить к новому пониманию своей деятельности и пробовать новые модели поведения с правом на ошибку, побуждать в новым целям [3]. Поэтому мы считаем главным – опору на тот личный и профессиональный опыт, имеющийся у магистранта. Во-первых, соответствие между образом Я и реальным опытом повышает адекватность и устойчивость профессиональной идентичности (Л.Б. Шнейдер) [5]. Во-вторых, проявление своей реальной компетентности есть то, что А.А. Деркач называет «гуманистически направленной индивидуализацией», необходимой для акмеологического становления личности [1, С. 43], и, соответственно, для формирования нового, более высокого уровня компетентности. Можно сказать, девизом становится «Научи тому, что умеешь и знаешь сам». Преподаватель дисциплины «Основы педагогики и андрагогики» должен обеспечить технологическое исполнение и помочь выявить основы реальной компетентности.

Кстати, спектр тем, разработанных в отчетных работах магистрантов очень широк – от уроков как правильно накладывать штукатурку на стены до обучения игры в шахматы. Презентация отчетных работ проводится в разных формах, предпочтительно в компьютерных или виртуальных формах. Обучающиеся разраба-

тывают мастер-классы (для дизайн-проектов), снимают ролики на Youtube и т.д. Способность организовать учебное взаимодействие сопровождается подробной разработкой плана и структуры занятия с обоснованием выбора методов обучения. Отдельными баллами поощряются факты не просто презентации, а и полноценного проведения занятия, также использование современных форм обучения и учет психологических особенностей личности обучающихся в разработке.

Подобная организация учебного процесса выполняет и практические задачи: служит популяризации, и даже коммерциализации результатов научно-исследовательской деятельности, придавая также магистрантам при этом дополнительную мотивацию к дальнейшему обучению.

Литература

1. Держач А.А., Зазыкин В.Г. Акмеология: учебное пособие. СПб.: Питер, 2003.
2. Змеев С.И. Андрагогика: основы теории, истории и технологии обучения взрослых. М.: ПЕР СЭ, 2007.
3. Равен Дж. Компетентность в современном обществе: выявление, развитие и реализация / Пер. с англ. М.: «Когито-центр», 2002.
4. Фопель К. Психологические принципы обучения взрослых. М.: Генезис, 2010.
5. Шнейдер Л.Б. Пособие по психологическому консультированию: Учебное пособие. М.: Ось-89, 2003.
6. Ясвин В.А. Образовательная среда: от моделирования к проектированию. М.: Смысл, 2001.

Особенности самоактуализации в современных условиях

Колпачников В.В.

Целью данной работы является анализ самоактуализации человека в современных условиях. Методологической базой анализа являются теории самоактуализации виднейших представителей гуманистической психологии Абрагама Маслоу и Карла Роджерса [3] и, с другой стороны, культурно-деятельностная психология, развитая Л.С. Выготским [2], А.Н. Леонтьевым, Д.Б. Элькониным и многими другими представителями отечественной психологии.

Как известно, в культурно-деятельностной психологии источником развития личности и психики человека понимается культура, условиями – органические задатки индивида и общение с окружающими значимыми людьми, а движущей силой – система деятельности и общения человека и противоречия в этой системе.

В человекоцентрированном подходе источником развития человека понимается врожденная тенденция к актуализации потенциала [3]. Тенденция к актуализации всегда разворачивается в конкретных наличных условиях и воплощается в конкретных результатах, в большей или меньшей степени соответствующих условиям актуализации. У человека тенденция к актуализации опосредствована сознанием, превращаясь в тенденцию к самоактуализации – сознательное стремление актуализировать свой потенциал в осознаваемых условиях и ситуациях.

Главными барьерами самоактуализации и полноценного функционирования человека являются оценочность, категоричность воспитания и образования, когда ценности и представления окружения навязываются растущему человеку под страхом лишения его любви и признания. В этих условиях человек начинает все больше отказываться от слушания и доверия себе и все больше ориентируется на внешние требования, предписания и нормы [3].

Для понимания самоактуализации современного человека важно проанализировать современные условия жизни. Вот некоторые из них: обеспеченность, обустроенность, технологическая оснащенность современного цивилизованного общества и отсутствие необходимости ежедневной борьбы за выживание. Вытекающая отсюда свобода для других видов активности, часто не физических, но интеллектуальных и опосредствованных современными электронно-техническими средствами. Экспансивность и интенсивность коммуникации, с одной стороны, и – разрушение традиционных связей, нередкая дистанцированность и индивидуалистичность активности, жизнедеятельности, реальность изоляции и одиночества. Допустимость альтернативных образов и стилей жизни, экспериментирования в жизни и, с другой стороны, нередкая категоричность, оценочность и жесткость образования и воспитания – как в семье, так и в общественных учреждениях. Большая свобода и бремя свободы, необходимость искать и выбирать себя и свою жизнь в пространстве больших возможностей.

Каковы особенности развития и самоактуализации человека в этих условиях? При открытости опыту, доверии себе, полном проживании каждого момента жизни, совершении наилучших для себя выборов и решений, человек-свобода находит оптимальные для самого себя пути самореализации и творчества в жизни – как ситуативные, так и связанные с профессиональным становлением, карьерой, выстраиванием конструктивных социальных (семейных, дружественных, общественных). Переживает чувство свободы, ответственности, творчества в своей жизни [3]. Конкретные результаты самоактуализации всегда будут в большей или меньшей степени уникальными, соответствующими индивидуальности и уникальности конкретного человека. Человек проявляется в полноте своего функционирования продуктивности и удовлетворенности, творчески используя социальные и технологические возможности, предоставляемые современной цивилизацией. Это полностью соответствует как положениям теории самоактуализирующейся и полноценно функционирующей личности, так и теории культурно-деятельностной психологии [2; 3].

В соответствии с принципом эпигенеза, современное общество, культура предлагает своим членам модели и образцы жизни, оправдавшие себя в обеспечении благополучия человека и способствующие стабильности и развитию общества [1]. Многие люди принимают типичные модели образа жизни, как глубоко соответствующие их особенностям и тенденции к актуализации и самоактуализируются, достигая благополучия и продуктивности.

Но здесь таится и главная опасность искажения самоактуализации в современных условиях. Предложения общества могут быть чересчур навязчивыми – через ожидания и требования близких людей, пропаганду средств массовой коммуникации и др. Выборы и решения человека могут оказаться не соответствующими его истинным желаниям и особенностям. Совершенными при недоучете, искажении или отрицании собственного опыта о себе, своих особенностях и желаниях, в угоду моде, навязываемым образцам и моделям. И человек начинает жить не свою, а навязанную жизнь. Самоактуализация начинает идти вразрез с организмической тенденцией к актуализации, рано или поздно приводя к напряжению, разочарованию, стрессам, недовольству жизнью и общением [3].

Так, например, в нашей стране в 90-е и 2000-е годы мода на престижные профессии – такие как экономика, юриспруденция и менеджмент- привлекают в эти профессиональные сферы большое число молодых людей, жаждущих жизненного и финансового благополучия. Множество вузов – как государственных, так и коммерческих предлагают обучение этим специальностям. На сегодняшний день в стране множество людей, либо разочарованных делом, которое им не по душе, либо не могущих найти работу по специальности.

Самоактуализация как поиск своего пути в жизни и полноценное функционирование человека в жизни чреваты нахождением и творением нового образа жизни, который со временем принимается большим или меньшим числом окружающих людей. Здесь мы имеем дело с настоящим культурно-историческим жизнетворчеством, описанном в историко-культурном подходе к пониманию личности [1].

Выводы:

1. Самоактуализация в современных условиях ведет к полноценному функционированию, продуктивности и удовлетворенности человека.
2. Искажения самоактуализации связаны с чрезмерной оценочностью, категоричностью и навязыванием человеку мнений, оценок и суждений окружающих людей.
3. Культурно-деятельностная психология и человекоцентрированный подход имеют много общего в понимании развития и самоактуализации человека

Литература

1. *Асмолов А.Г.* Психология личности. Учебник. М., 1990.
2. *Выготский Л.С.* Собрание сочинений: В 6 т. М., 1982–1984.
3. *Роджерс К.Р.* Становление человека. Взгляд на психотерапию. М., 1994.

Гендерные особенности отдельных факторов внимания в период зрелости

Комолов О.Е.

Проблема гендерных различий была и остается чрезвычайно актуальной для психологии. Гендерные различия являются существенным фактором,

влияющим на человека и общество. В психологии, при изучении проблем развития и становления личности, свойства, обусловленные половым диморфизмом, следует относить к постоянным характеристикам онтогенетического развития человека. Несмотря на неоднозначность вопроса о соотношении биологических и социокультурных факторов в формировании половых различий, гендерный подход в психологии делает акцент на изучении именно социокультурных аспектов пола и ролевой дифференциации по половому признаку. В то же время, гендерная психология стремится рассматривать мужчину и женщину как единый объект общества, гармонично взаимодействующий, дополняющий, обогащающий и развивающий друг друга.

Период взрослости (зрелости) играет особую роль в развитии личности. Он характеризуется реализацией себя, полным раскрытием своего потенциала в профессиональной деятельности и семейных отношениях. Взрослость определяется как физиологическими, так и психосоциальными параметрами, а, следовательно, неизбежно детерминирует ряд гендерных показателей. Однако, из-за противоречивости экспериментальных данных на сегодняшний день в возрастной психологии (как и в других направлениях) еще остается множество факторов, недостаточно изученных с гендерной точки зрения.

Одним из таких факторов является внимание. В системе психологических феноменов внимание занимает особое положение. Оно включено во все остальные психические процессы, выступает как их необходимый момент, и отделить его от них, выделить и изучать в «чистом» виде не представляется возможным. С явлениями внимания мы имеем дело лишь тогда, когда рассматривается динамика познавательных процессов и особенности различных психических состояний человека. Однако именно внимание в значительной мере зависит развитие всей системы психологического знания – как фундаментального, так и прикладного.

Иначе говоря, значимость внимания в жизни человека, его определяющая роль в отборе содержания сознательного опыта, запоминании и научении очевидны. Поэтому необходимо также всестороннее и детальное исследование его феноменов, в частности – с гендерных позиций.

Внимание человека обладает различными свойствами. Когда человек долго поддерживает активность внимания, речь идет об устойчивости. Объем внимания определяется количеством одновременно отчетливо воспринимаемых объектов (он совпадает с объемом кратковременной памяти). Способность внимания быстро переключаться с одного объекта на другой выражает переключаемость внимания, а одновременное восприятие нескольких объектов или выполнение нескольких действий называют распределением внимания.

Среди всех основных характеристик внимания особо выделим избирательность и концентрацию. Избирательность – свойство восприятия, состоящее в выделении из сенсорного поля каких-либо объектов (или их частей) и при-

знаков. Избирательность осуществляется посредством механизмов внимания – как непроизвольного, так и произвольного. Выделяемый объект выступает как «фигура», остальные объекты – как ее «фон» [5]. Концентрация – удержание информации о каком-либо объекте в кратковременной памяти. Такое удержание предполагает выделение «объекта» в качестве понятия из общего представления о мире [6]. Именно эти факторы внимания мы выделим как наиболее важные в контексте нашего исследования и попытаемся проанализировать их.

По форме деятельности выделяют сенсорно-перцептивное внимание, когда основным видом деятельности человека является восприятие информации. Это внимание реализуется через работу органов чувств – например, фиксация вратаря на перемещении мяча по полю, или внимание человека, слушающего музыку. Интеллектуальное внимание активизируется при решении мыслительных задач; двигательное внимание важно при контроле над работой мышечной системы. В нашем исследовании будет рассматриваться именно интеллектуальное внимание, затрагивающее мыслительные процессы в ходе решения задач.

По степени волевого контроля различают непроизвольное, произвольное и послепроизвольное внимание. Так как именно произвольное внимание задействовано при решении задач, данный тип внимания будет исследоваться нами.

Гипотеза исследования основана на нашем предположении о том, что ряд особенностей внимания человека в зрелом возрасте имеют гендерные различия.

Состояние разработанности проблемы. Гендерные аспекты внимания в разных возрастных периодах к настоящему моменту исследованы слабо, преимущественно в диссертационных работах. Большинство из этих работ рассматривает дошкольный и младший школьный возраст. Так, И.А. Криволапчук [4], рассматривая гендерные аспекты готовности детей 6 лет к школе, выделяет фактор, названный им «селективность произвольного внимания». Этот фактор связан с возможностью успешной настройки на восприятие и анализ значимой информации, а также подавление нерелевантных сигналов. Анализ структуры готовности к обучению в школе мальчиков и девочек 6 лет показал, что вклад этого фактора в обобщенную дисперсию выборки и его место в структуре готовности к обучению, существенно трансформировались. Фактор «селективность произвольного внимания» у мальчиков занимал первую, а у девочек – третью позицию. Иными словами, в дошкольном возрасте избирательность произвольного внимания у мальчиков выше, чем у девочек.

И.А. Сергеева обнаружила превосходство девочек по произвольному вниманию в старшем подростковом возрасте. Эксперименты М.С. Егоровой и Н.Ф. Шляхты продемонстрировали своеобразие внимания у старших подростков: девочки ориентировались на быстроту, а мальчики на точность работы [3].

Таким образом, по-прежнему недостаточно данных для того, чтобы говорить о гендерных различиях во внимании. Кроме того, до сих пор остаются не изучены гендерные аспекты произвольного интеллектуального внимания в рамках специфики периода взрослости.

Цель исследования: Выявить гендерные особенности избирательности и концентрации внимания, задействованного при решении задач, у людей в период зрелости. В соответствии с поставленной целью были сформулированы следующие задачи:

- описать специфику проявлений различных аспектов внимания;
- выявить различия в избирательности и концентрации произвольного интеллектуального внимания у мужчин и женщин в период зрелости;
- объяснить наличие или отсутствие этих различий.

Характеристика базы исследования. В исследовании приняло участие 22 человека возрасте от 20 лет – 11 мужчин и 11 женщин. Респонденты имели отношение ко всем возрастным категориям зрелости (взрослости) – ранней, средней и поздней. Все респонденты определяли свой социальный пол (гендер) как соответствующий биологическому. Средний возраст респондентов – 33,63 года.

Методики исследования. В исследовании были использованы тест Мюнстерберга, предназначенный для диагностики избирательности внимания, а также методика А.Р. Лурии «10 слов», предназначенная для исследования концентрации внимания. Обе методики исследуют показатели произвольного внимания.

Социологические параметры выборки содержали информацию о возрасте респондента, наличии супруга, детей и характере родительской семьи (полная/неполная). Эти данные учитывались при интерпретации особенностей проявления внимания и представлены в таблице 1.

Таблица 1

Социологические параметры выборки исследования

Средний возраст, лет	Мужчины	Женщины
	38,25	29
Наличие супруга (есть/нет, %)	63,6/36,4	45,5/54,5
Наличие детей (есть/нет, %)	63,6/36,4	27,3/72,7
Характер родительской семьи полная/неполная, %).	90,9/9,1	81,8/18,2

Как видно из таблицы № 1, респонденты-мужчины в данной выборке в среднем старше, чем респонденты-женщины и, возможно, вследствие этого чаще состоят в браке и имеют детей. Также, респонденты-мужчины чаще являются выходцами из полных семей (с обоими биологическими родителями, состоящими в браке). Эти данные будут в дальнейшем использоваться при интерпретации результатов исследования.

Рассчитаем при помощи критерия Манна-Уитни, влияет ли гендерная принадлежность взрослого человека на уровень его концентрации внимания.

H_0 : гендер не влияет на уровень концентрации внимания, нет различий между двумя группами.

H_1 : различия есть.

**Сравнительный анализ показателей
концентрации внимания по методике «10 слов»
(Среднее количество воспроизведенных слов каждым респондентом)**

№ респондента	Среднее количество воспроизведенных слов (за 5 попыток)	
	Мужчины	Женщины
1	4,8	6,2
2	6,8	5,8
3	5,2	6,8
4	5	6,2
5	4,8	8,8
6	6	5,2
7	6,4	4,2
8	5,6	8,4
9	7	7,2
10	4,4	5,6
11	4,2	9
Средн.	5,47	6,67
Станд. Откл.	0,96	1,54

Уровень значимости	$p > 0,05$
U-эмпирическое	32
U-критическое	30

Так как $32 > 30$, различия уровня признака в сравниваемых группах статистически не значимы. Нулевая гипотеза H_0 на уровне значимости 0,05 принимается. Гендер не влияет на уровень концентрации внимания, нет различий между двумя группами.

Таблица 3

**Сравнительный анализ показателей избирательности
внимания по тесту Мюнстерберга**

№ респондента	Среднее количество воспроизведенных слов (за 5 попыток)	
	Мужчины	Женщины
1	7	17
2	11	26
3	6	26
4	25	1
5	14	20
6	22	6
7	9	11
8	20	5
9	17	19
10	13	24
11	8	13
Средн.	13,82	15,27
Станд. Откл.	6,43	8,74

Рассчитаем при помощи критерия Манна-Уитни, влияет ли гендерная принадлежность взрослого человека на уровень его избирательности внимания.

H_0 : гендер не влияет на уровень избирательности внимания, нет различий между двумя группами.

H_1 : различия есть.

Уровень значимости	$p > 0,05$
U-эмпирическое	54,5
U-критическое	30

Так как $54,5 > 30$, различия уровня признака в сравниваемых группах статистически не значимы. Нулевая гипотеза H_0 на уровне значимости 0,05 принимается. Гендер не влияет на уровень избирательности внимания, нет различий между двумя группами.

Выводы. Гипотеза нашего исследования не подтвердилась. Статистически значимые различия между группами мужчин и женщин старше 20 лет по показателям концентрации и избирательности произвольного интеллектуального внимания отсутствуют. Статистический анализ показал, что средний уровень концентрации внимания у женщин несколько выше, чем у мужчин, но обе группы демонстрируют объективно низкий уровень этого показателя. Разброс показателей по данному признаку в группе мужчин был ниже. Средние показатели избирательности внимания в группе женщин также выше, и также с большим разбросом. При этом у мужчин средний уровень избирательности внимания можно считать низким (менее 15), а у женщин – средним. Однако статистически значимых различий в распределении этих признаков нет.

Таким образом, мы можем сделать вывод, что концентрация и избирательность внимания у людей в период взрослости (старше 20 лет) не имеют различий, обусловленных гендерными факторами. В настоящий момент существует несколько теорий внимания, одни из которых связывают происхождение данного феномена с эмоциональной сферой, другие – с жизненным опытом личности, третьи – с установками личности. Большинство этих теорий рассматривают внимание преимущественно как социально обусловленный фактор. Социальная информация, основанная на поло-ролевых стереотипах, определяет развитие внимания на протяжении всего онтогенеза. Поэтому результат нашего исследования частично можно объяснить процессами эмансипации женщин и размытия поло-ролевых границ. Если гендерные различия и обнаруживаются, то они относительно малы. В большинстве типов поведения и навыков у мужчин и женщин больше сходств, чем различий [1].

Ряд исследований, однако, предоставляют нам данные, противоречащие результатам нашего исследования. По данным Д. Эндрю и Д. Паттерсона, в заданиях, где нужно быстро воспринимать детали и часто переключать внимание, женщины показывают большую эффективность, чем мужчины. Это подтвердило и исследование студентов, проведенное петербургскими пси-

хологами [2]. Кроме того, у студенток выше были и другие характеристики внимания: избирательность, устойчивость, объем. Поэтому, очевидно, что результаты исследования невозможно объяснить только факторами дифференциальной социализации и ее преодоления.

Существенное влияние на результаты исследования могли оказать также особенности нашей выборки. Респонденты-мужчины в данной выборке в среднем старше, чем респонденты-женщины, и более социально успешны (чаще состоят в браке и имеют детей, чаще являются выходцами из полных семей) вследствие чего, по всей видимости, обладают большим уровнем разработанности рассматриваемых навыков, большей степенью научения.

Сходства и различия в проявлении различных свойств внимания могут также отражать некоторые вариации силы и подвижности нервных процессов и с успехом использоваться в диагностических целях. Отсутствие гендерных различий в проявлении этих свойств позволит разрабатывать и применять диагностические методы, единые для мужчин и женщин.

Литература

1. *Bem S.L.* Gender schema theory: A cognitive account of sex typing. *Psychological Review*, 88, 1981.
2. Вопросы практической психодиагностики и психологического консультирования в вузе. Л., 1984.
3. *Ильин Е.П.* Психология индивидуальных различий. – СПб., 2001.
4. *Криволапчук И.А.* Гендерные особенности структуры готовности детей 6 лет к обучению в школе. Институт возрастной физиологии Российской академии образования.
5. Современный психологический словарь / под ред. Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко. – СПб.: ПРАЙМ-ЕВРОзнак, ОАО ВТК Владимир, 2008.
6. *Столяренко Л.Д.* Психология и педагогика для технических вузов. – Ростов н/Д: «Феникс», 2004.

Самосознание женщин с разным стажем материнства

Котова С.С.

Изучение феномена материнства и его отражения в самосознании женщины – актуальная психолого-педагогическая проблема. Несмотря на то, что детско-родительские отношения всегда были в центре внимания отечественных психологов (А.Я. Варга, Р.В. Овчарова, Г.Т. Хоментausкас, Э.Г. Эйдемиллер и др.) [3], изучение материнства как психологического феномена в отечественной науке началось сравнительно недавно. При этом значительная часть таких исследований по-прежнему посвящена изучению материнства как условия развития ребенка (В.И. Брутман, В.С. Мухина, М.С. Радионова и др.).

В последнее десятилетие стали появляться работы, в которых материнство представлено как самостоятельный феномен. Предпринимаются попытки создания фундаментальной психологической теории материнства [5], изучаются «базовые качества матери», имеющие решающее значение для

выполнения материнских функций, исследуется влияние социальной ситуации, включающей как внешние (социальное окружение), так и внутренние (личностные характеристики женщины) факторы развития базовых качеств матери (Е.И. Исенина, В.С. Мухина). Значительное развитие получают концепции, рассматривающие материнство как особую стадию идентификации, адаптации женщины, развития самосознания матери [1].

Как правило, ключевыми моментами при исследовании самосознания матери выступают вопросы о его природе, развитии, структурной организации. При этом акценты в исследованиях онтогенетических аспектов материнской сферы в отечественной и зарубежной психологии расставлены по-разному. Так, в фокусе внимания психоаналитически ориентированных исследователей находится психическая история самой матери и период ее беременности.

В течение онтогенеза женщины некоторые виды опыта (взаимоотношения с собственной матерью, контакты с младенцами и возникновение к ним интереса в детстве, конкретный опыт взаимодействия с детьми) влияют на содержание отношения матери к ребенку, принятие своей материнской роли и на интерпретацию своих переживаний по поводу материнства. При этом преимущественное значение в становлении материнства также уделяется беременности и периоду после рождения ребенка, когда происходит его психологическое принятие как нового члена семьи и адаптация к нему (В.И. Брутман, С.Ю. Мещерякова).

Другим важным моментом при исследовании материнского самосознания является вопрос о его структуре. Анализ отечественной и зарубежной литературы позволяет выделить в структуре самосознания матери три компонента: самопостижение, самоотношение и самореализацию.

Самопостижение как процесс проявляется в непрерывном движении от одного знания о себе к другому знанию, его осознанию, уточнению, углублению, расширению и т.д. Основным же условием, определяющим непрерывность изменения знания о себе, является динамизм самой социокультурной действительности, взаимодействие с субъектами социокультурного пространства и реализация матерью воспитательной деятельности.

Вторым самостоятельным процессом является самоотношение (В.В. Столин) – специфический вид эмоциональных переживаний, в которых отражается отношение матери к тому, что она узнает и понимает относительно самой себя. Самоотношение матери возникает на основе переживаний, посредством которых осознается ценностный смысл различных отношений к себе. Значительная роль здесь принадлежит социокультурному пространству, задающему иерархию ведущих деятельностей и мотивов, по отношению к которым происходит осмысление матерью собственного «Я».

Условием адекватного самоотношения матери является самопринятие. Если мать принимает себя со всеми своими достоинствами и недостатками, осознает их и выстраивает свою деятельность исходя из этого, то и оценива-

ние себя будет более осознанным и адекватным. Самоотношение в данном случае будет основываться не на сравнении себя с другими, а на сравнении себя с самой собой в некотором временном промежутке. Такая мать, в нашем понимании, является более зрелой и самодостаточной.

Завершающим звеном целостного процесса самоосознания матери является самореализация как осуществление возможностей ее саморазвития, творчества с ребенком, другими людьми, социумом и миром в целом.

Психологическая сущность самореализации как самостного процесса заключается в том, что она обусловлена внутренней активностью матери. В отличие от саморегуляции, которую многие авторы рассматривают в качестве поведенческого компонента самосознания (О.А. Конопкин, Г.С. Прыгин, В.И. Степанский), самореализация предполагает не только управление наличным поведением, но и актуализацию потенциальных возможностей личности, осуществляемую самой личностью (Л.А. Коростылева).

В зависимости от содержания задач, которые ставит перед собой мать, самореализация условно может быть разделена на личностную и деятельностную:

1. Личностная самореализация сопряжена с саморазвитием женщины как матери, достижением ею необходимого уровня личностной зрелости, обеспечением самосовершенствования матери в духовном аспекте.
2. Деятельностная представлена как реализация воспитательной деятельности (целей и задач воспитания, методов и стилей воспитания, взаимодействия с ребенком) и проявляется в виде преобразовательной активности, направленной на ребенка.

Следует подчеркнуть, что все структурные компоненты самосознания матери тесно связаны между собой: по мере расширения и развития самопостижения и самоотношения матери развивается и ее регулятивная сфера, которая отражается в различных аспектах самореализации.

Структура, генезис и детерминанты самосознания матери в значительной мере определяются как внешними (социальными), так и внутренними (личностными) факторами, что предполагает возможность изучения как универсальных, так и индивидуально своеобразных закономерностей его развития у каждой женщины. Одной из таких закономерностей, детерминирующих самосознание матери, является стаж материнства.

Стаж материнства – временная характеристика, определяемая длительностью выполнения материнской роли и консолидирующая в себе приобретаемый женщиной опыт. Кроме того, учитывая специфику материнско-детского взаимодействия, можно предполагать, что увеличение стажа материнства неизбежно связано с изменением возрастных особенностей ребенка (а именно с ними меняется вклад матери в воспитание: от ухода к заботе и далее к эмоциональной поддержке).

С целью проверки выдвинутого предположения нами было проведено эмпирическое исследование особенностей самосознания у женщин с разным

стажем материнства. В исследовании приняли участие 200 матерей, отобранных методом случайной выборки, проживающих в разных городах Свердловской области (Екатеринбург, Первоуральск, Ирбит, Краснотурьинск, Серов).

В зависимости от стажа материнства были сформированы три группы: 1) женщины со стажем материнства 3–6 лет; 2) женщины со стажем материнства 7–11 лет; 3) женщины со стажем материнства 12–18 лет. Все респонденты состоят в браке и имеют одного ребенка.

На основе обозначенных выше представлений о содержательной наполненности структурных компонентов самосознания матери, в соответствии с целями и задачами исследования, были подобраны следующие методики исследования самосознания матери: 1) «Особенности самосознания матери» Н.Н. Васягиной; 2) методика «Я–мама» Н.Н. Васягиной; 3) методика исследования самоотношения (МИС) С.Р. Пантелеева; 4) опросник «Взаимодействие «родитель–ребенок» И.М. Марковской; 5) опросник исследования эмоциональной стороны детско–родительского взаимодействия Е.И. Захаровой [2].

Интерпретируя полученные результаты, характеризующие содержательную наполненность структурных компонентов самосознания женщин с разным стажем материнства, выделим особенности каждого из компонентов.

Так, исследование «самопостижения» женщин с разным стажем материнства показало:

- 1) Структура образа «Я – мать» представлена тремя компонентами: когнитивным, эмоциональным и поведенческим. Когнитивный компонент наполнен совокупностью личностных качеств, имеющих непосредственное отношение к реализации материнских функций и обнаруживающих себя при взаимодействии с ребенком. Эмоциональный компонент включает отражение матерью доминирующего эмоционального фона, сопровождающего поведенческие проявления материнского отношения к ребенку. Поведенческий компонент включает представления о способах и формах поддержания контакта с ребенком, формах контроля, воспитания, определения дистанции общения с ребенком. Содержательно-обобщенный образ «Я – мать» респондентов, представлен совокупностью таких качеств, как:
 - добрая, ласковая, благоразумная, практичная, доверчивая, сотрудничающая, прощающая, ответственная (когнитивный компонент);
 - счастливая, любящая, взрывная, жалостливая, одобряющая, принимающая (эмоциональный компонент);
 - воспитывающая, обучающая, одобряющая, поддерживающая, помогающая, командующая (поведенческий компонент).
- 2) Содержательная интерпретация образа «идеальной матери» имеет сходства и отличия у женщин с разным стажем материнства. У женщин со стажем материнства 3–6 лет образ идеальной матери представлен совокупностью таких качеств, как сильная, жизнерадостная, отдохнувшая, справедливая, спокой-

ная, живущая для ребенка, отдающая ребенку много времени, поддерживающая, опекающая, разумно уступчивая. При стаже материнства 7–11 и 12–18 лет женщины отдают предпочтение таким материнским качествам как: сильная, справедливая, готовая пожертвовать собой ради ребенка, бескорыстная, альтруистичная, терпеливая, понимающая, демократичная, жизнерадостная, отдохнувшая, уравновешенная, авторитетная, в меру требовательная.

- 3) независимо от стажа материнства респондентов наблюдается рассогласование образов «Я – мать» – «идеальная мать». При этом все респонденты отмечают, что в полной мере обладают лишь одним качеством идеальной матери («любовь к ребенку»). Прочие качества идеальной матери находятся в зоне конфронтации с образом «Я – мать».

Самопостижение представлено непрерывным процессом накопления женщиной представлений о себе как матери, их углублением, уточнением, расширением. У женщин со стажем материнства 3–6 лет этот компонент представлен единичными образами себя и своего поведения, связанного с выполнением функций матери. Для респондентов со стажем материнства 7–11 и 12–18 лет характерно оперирование уже готовыми знаниями о себе как матери, полученными в разное время в разных ситуациях, на основе чего у них постепенно возникает обобщенный образ «Я – мать».

Исследование «самоотношения» респондентов позволяет констатировать доминирование ситуативного избирательного отношения матерей к себе: в стабильных привычных ситуациях – отношение к себе позитивное, женщины сохраняют работоспособность, уверенность в себе, ориентацию на успех, а в нестандартных ситуациях – возникает беспокойство, тревожность, уверенность в себе снижается, актуализируются механизмы психологической защиты.

Характерно наличие ролевого конфликта (мать, жена, профессионал, свободно реализующаяся женщина). При этом у женщин со стажем материнства 3–6 лет наиболее яркая конкуренция наблюдается в сфере семейной жизни (мать-жена), со стажем материнства 7–11 лет – в семейной и профессиональной сферах (мать – профессионал), а со стажем материнства 12–18 лет – в семейной и социальной сферах (мать – свободно реализующаяся женщина).

По мере увеличения стажа материнства можно зафиксировать возрастание противоречий при реализации материнско-детского взаимодействия. Так, с одной стороны, увеличивается эмоциональная дистанция между матерью и ребенком, повышается уровень тревожности за него, что приводит к щепетильности в отношениях, побуждению к вербальным проявлениям в отношениях и желанию максимально контролировать поведение ребенка; с другой стороны, отмечается выраженность партнерских отношений и стремление оказывать эмоциональную поддержку ребенку.

Наблюдается неравномерность в проявлении таких поведенческих особенностей, связанных с самореализацией в роли матери, как требовательность

к ребенку, степень концентрации на нем, умение воздействовать на эмоциональное состояние ребенка, отношение к семейной роли, ценность профессиональной сферы. При этом максимальной степени выраженности, перечисленные проявления достигают у женщин со стажем материнства 7–11 лет, что свидетельствует о кризисном периоде материнства, который заключается в принятии–непринятии нового социально-возрастного статуса ребенка и собственной роли «мама утешающегося».

Таким образом, полученные в нашем исследовании данные позволяют констатировать наличие проблемных областей как на уровне функционирования самосознания матери в целом, так и на уровне его отдельных структурных компонентов. При этом увеличение стажа материнства не приводит ни к совершенствованию осознания женщиной себя в роли матери, ни соответственно к выработке эффективных способов взаимодействия с ребенком. Появление новых качеств, при отражении матерью себя по мере увеличения стажа материнства свидетельствует о том, что становление матери не является аналогом модели постоянного простого прогресса. Медленное изменение субъектного состояния матери приводит лишь к содержательной перестройке структуры ее самосознания.

Литература

1. *Васягина, Н.Н.* Мать как субъект социокультурного пространства: монография / Н.Н. Васягина. – Урал. гос. пед. ун-т. – Екатеринбург, 2010. – 339 с.
2. *Васягина, Н.Н.* Диагностика и коррекция самосознания матери: учеб. пособие / Н.Н. Васягина, Е.Н. Рыбакова. – Урал. гос. пед. ун-т. – Екатеринбург, 2010. – 167 с.
3. *Овчарова, Р.В.* Психологическое сопровождение родительства: учеб. пособие / Р.В. Овчарова. – М.: Изд-во Института психотерапии, 2003. – 319 с.
4. *Столин, В.В.* Самосознание личности: монография / В.В. Столин. – М.: Изд-во Московского университета, 1983. – 284 с.
5. *Филиппова, Г.Г.* Материнство и основные аспекты его исследования в психологии / Г.Г. Филиппова // Вопросы психологии. – 2001. – № 2. – С. 22–36.

Опыт психолого-педагогического проектирования игровой площадки для людей зрелых возрастов

Котляр (Корепанова) И.А.,¹ Соколова М.В.,² Фронтов А.Ю.

Публичное пространство (улица, парк, площади и т.п.) является важным элементом среды обитания человека. В экологической модели старения важную роль играет качество окружающей среды. Качество этой среды может как повысить и улучшить качество жизни человека [9], так и ухудшить его. Например: «какой прекрасный парк рядом с домом, а там тренажеры и красивые дорожки, недалеко от дома есть река с естественным спуском, чувствуешь себя как загородом, птицы поют и дети играют». Или, наоборот: «по ближайшим улицам не хочется ходить, около дома нет парка, в который я бы с удовольствием вышла, поэтому буду сидеть дома».

¹ Исследование выполнено при поддержке РГНФ, грант № 15–06–10627.

² Исследование выполнено при поддержке РГНФ, грант № 15–06–10627.

Один из элементов окружающей среды, повышающий качество жизни, – «игровая площадка¹ для людей всех поколений».

В докладе будет обсужден конкретный опыт проектирования междисциплинарной командой ландшафтных архитекторов и психологов нового для России общественного уличного пространства – игровой площадки для людей всех поколений.

В мировой практике площадки с тренажерами, где на свежем воздухе прежде всего взрослые и пожилые люди могут заняться фитнесом, получили в последние десятилетия широкое распространение. Традиция таких площадок зародилась в Китае в конце 20-го века. Уже в преддверии Олимпийских игр в 2008 году во всем Китае было построено около 50 000 площадок для взрослых. Жители Китая не только занимаются на спортивных тренажерах, но и используют пространство площадки для занятий традиционными восточными единоборствами, предполагающими совместные занятия в больших группах. В Японии около 20 % населения старше 65 лет регулярно посещают такие площадки. В Германии первые площадки такого типа начали строиться в 1990-х годах (наибольшее их число – в Нюрнберге, Берлине, Гамбурге и Мюнхене). В Австрии активное строительство развернулось в начале 2000-х годов. В Англии в 2009 году в Гайд-Парке также созданы места для физической активности людей старших поколений.

В основном площадки создавались и создаются как открытые пространства, где люди всех возрастов, но прежде всего пожилые, могут заниматься теми или иными видами физической активности.

Существует несколько названий таких площадок, отражающих их особенности: детская площадка для пожилых, площадка для людей всех поколений, парк движения, Generationen-Aktiv-Park® (парк активности поколений), Vitaracours.

Основное оборудование площадок – это тренажеры, развивающие координацию и силу, а также специально размеченные дорожки для бега или быстрой ходьбы. Расположены площадки в городских парках, во дворах жилых домов, на территории домов престарелых.

В идее каждой площадки заложена также важная психологическая, антропологическая идея: люди всех поколений, прежде всего пожилые, нуждаются в активности, в движении, и эта потребность может быть реализована в публичном пространстве. Многие площадки являются частью больших детских площадок, органично встроены в них. Этим подчеркивается межпоколенность, поддерживается идея, что и дети и взрослые могут рядом или вместе быть активными в одном смысловом пространстве.

S. Greiffenhagen отмечает, что на таких площадках для пожилых существует множество предложений и вызовов:

¹ Нам привычно употреблять словосочетание «детская площадка», в англо- или немецкоязычном обиходе используется более широкое понятие – playground или Spielplatz – игровая площадка.

- к движению и мобильности,
- к получению сенсорных ощущений (которых у пожилых людей с возрастом становится меньше либо скуднее),
- к возможности установления новых социальных контактов или поддержанию уже имеющихся,
- к переживанию доверия и чувства защищенности,
- возврат в прошлое, переживание ранних жизненных фаз, прежде всего детства и юности,
- чувство нужности и возможность нести ответственность [5].

Роль физических упражнений в повышении качества жизни доказана в многочисленных публикациях. Современные исследователи подчеркивают, что *большой эффект* имеют занятия не в помещении, а на свежем воздухе, в группе единомышленников. При таких занятиях происходит не только физическая тренировка, но и повышается общее эмоциональное состояние, общая удовлетворенность жизнью (см. например [6–8]).

В современной России создание подобных пространств только начинается.

Наша междисциплинарная команда, прежде всего, должно быть произведено функциональное зонирование, или, другими словами – проектирование тех видов деятельности, которые будут осуществлены участниками в той или иной области площадки.

Основные положения разрабатываемого нами подхода к проектированию уличных публичных сред (в том числе игровых площадок) находятся в плоскости деятельности А.Н. Леонтьева [3], работах Г.П. Щедровицкого, В.М. Мунипова [4], В.Л. Глазычева [1].

В теории и практике ландшафтного проектирования публичных пространств делается акцент на проектировании ситуации – тех видов деятельности посетителей, которые могут развернуться в индивидуальной или коллективной активности. Задачей проектировщика является не размещение конкретных объектов или их совокупности на территории площадки (тренажеры, скамейки для отдыха и общения, игровые объекты и т.п.). Данные объекты – всего лишь средства, помощники и посредники, приглашающие, иницилирующие, поддерживающие или ограничивающие деятельность. В центре внимания проектировщика находится тот вид деятельности, который возможен на площадке – активное движение, экспериментирование со своими возможностями, общение, их сочетание, возможная траектория их возникновения, возрастная специфика и т.п. [2]. В нашем случае в качестве деятельности для проектирования, выступили движение, общение и познание.

В качестве основного примера был проанализирован опыт проекта «Generation-Aktiv-Park» (Австрия), специально разработанной площадки для пропаганды здорового образа жизни в парках и на открытом воздухе на основе рекомендаций Всемирной организации здоровья (World Health Organization).

На площадке было использовано оборудование компании Richter Spielgeräte, мирового лидера в области производства оборудования для уличных площадок, в том числе оборудования для пожилых людей.

Основная идея, заложенная в площадке, – пространство для совместного пребывания людей всех возрастов, а также приглашение к этой совместности пожилых.

Основные задачи площадки

1. Поддержка мотивации активного образа жизни у людей старших поколений
2. Укрепление и поддержка физического здоровья посетителей всех поколений
3. Укрепление психического здоровья посетителей всех поколений
4. Содействие общению и совместному времяпрепровождению детей, молодежи и пожилых

Структурно площадка состоит из трех частей и содержит три типа объектов:

- поддержка двигательной активности
- поддержка интеллектуальной активности
- поддержка общения

При этом все объекты площадки многофункциональны и содержат все три элемента.

Особенности объектов, поддерживающих двигательную активность

- Усилие регулируется, успех обеспечен при любом усилии.
 - Не требуют большой физической силы и напряжения.
 - Возможность дозировать нагрузку, увеличивая ее в соответствии с потребностями и пожеланиями
 - Может использовать как один, так и двое, и более человек
- Совместная деятельность – повод для содержательного общения
- Получение нового опыта
 - Радость победы
 - Обмен впечатлениями
 - Регулирование степени включения в общение

Особенности объектов, поддерживающих интеллектуальную активность, – «Гимнастика для ума»

- Многофункциональность
- Поддержка внимания, памяти, восприятия, разных форм мышления, воображения
- Использование объектов одним человеком или несколькими предполагает сотрудничество, в том числе совместное решение задачек бабушками, дедушками с внуками
- Задания подобраны с учетом интересов и жизненного опыта старших поколений
- Возможность вернуться к выполнению задания через некоторое время. Наличие задачек с множествами вариантами решений.

Безбарьерная среда

- Безбарьерный въезд на территорию площадки (доступность подъезда к площадке на инвалидной коляске или кресле-ходунке)
- Покрытие (щепа) наиболее удобно для перемещения посетителей на колясках, с поддерживающими роллерами, с палками и т.п. Одновременно с этим покрытие максимально безопасно с точки зрения падений.
- Система информационного сопровождения: таблички с правилами использования объектов – разработаны с учетом особенностей восприятия людей старших поколений.

Пространство встречи, совместной деятельности, общения людей разных поколений важно и для детей, и для родителей, а для людей пожилого возраста приобретает особую ценность. Игровая площадка – одно из средств для инициации такой встречи и пространство для возможности почувствовать себя нужным, принятым, реализованным, продолжающим развиваться и просто довольным и радостным. Мы считаем целесообразным как создание таких пространств, так и их систематическое изучение.

Литература

1. Глазычев В.Л. Урбанистика. М., 2008.
2. Котляр И.А., Соколова М.В., Фронтов А.Ю. К проблеме психолого-педагогического проектирования детских сред: на примере проектирования детских площадок // Психологический журнал Международного университета природы, общества и человека «Дубна» 2014. № 3, С. 11–26, <http://www.psyanima.ru/journal/2014/3/2014n3a2/2014n3abs2.pdf>
3. Леонтьев А.Н., Розенблюм А.Н. Психологическое исследование деятельности и интересов посетителей Центрального парка культуры и отдыха имени Горького (Предварительное сообщение) // Традиции и перспективы деятельностного подхода в психологии: школа А.Н. Леонтьева / Под ред. А.Е. Войскунского, А.Н. Ждан, О.К. Тихомирова. М., 1999.
4. *Greiffenhagen S.* Senkt besser Freiraum kosten im sozialen Bereich // Eine Sammlung von Vorträgen über die Bedeutung von Spiel- und Freiräumen für Kinder, Jugendliche, Erwachsene und Senioren der DGGL: AK Spiel (T)raum. Herausgegeben nach Seminaren des AK Spiel (T)raum in der DGGL von: Ina Große Wilde; Martin Hauck; Michael Heck; Hellmut Schmidt-Bäumler, 1997.
5. *Hottenträger G., Kreißl A.* Bewegungsparcours in Darmstadt und Hanau – Pilotprojekte des Hessischen Sozialministeriums// Hochschule RheinMain – FB Geisenheim – Studiengang Landschaftsarchitektur. 2012.
6. *Maulbecker-Armstrong C.* Bewegungsparcours: Fitness im Alltag Leitfaden des Hessischen Sozialministeriums zum Bau von Bewegungsparcours // Das Magazin der Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen. 04/2012 7. Roth S.M., R.E. Ferrel, & B.F. Hurley. 2000. “Strength Training for the Prevention and Treatment of Sarcopenia.” *The Journal of Nutrition, Health & Aging* 4 (3):143–155 2. Hasten, D.L. et al. 2000. Sheffield-Moore M, Yeckel CW, Volpi E, et al. (2004) Post-exercise metabolism in older and younger men following moderate aerobic exercise. *Am J Physiol Endocrinol Metab* 287:E513-E5.
8. *Thompson C.W.* Activity, exercise and the planning and design of outdoor spaces [Электронный ресурс] = [Активность, физические упражнения, а также планирование и проектирование уличных пространств] / Catharine Ward Thompson // *Journal of Environmental Psychology*. – 2013. – Vol. 34.– P.79–96.–URL: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0272494413000054>

Психологические детерминанты готовности к переменам в зрелом возрасте

Крупнов Д.Ю., Павловец Г.Г., Филоненко В.В.

Мы живем в быстро изменяющемся мире. Изменения происходят в различных сферах жизнедеятельности общества. Жизнь современного человека пронизана разнообразными инновациями, требующими постоянного принятия инновационных изменений как в профессиональной деятельности (компьютеры, компьютерные программы, мультимедийные средства, интернет, электронный документооборот и т.д.), так и в социальной сфере (мобильные телефоны и интернет-приложения к ним, социальные сети и пр.).

Изменилась сама традиционная система передачи традиций и значимых компонентов культуры, передаваемых из поколения в поколение. Изменились формы, опосредующие межличностное общение людей, находящихся далеко друг от друга. Сейчас уже редко кто пишет письма и отправляет их в конверте, в большинстве своем, мы пользуемся современными средствами связи: электронная почта, SMS-сообщения, Skype, FaceTime и прочее. Причем, вся информация вместе с фото и видео документами передается моментально. Можно он-лайн наблюдать практически за любым событием, происходящим в мире. Еще недавно в прессе или дискуссии по поводу электронных книг «за и против», а сейчас уже современные первоклассники осваивают школьную программу с помощью планшетов и иных инновационных технологий.

Любая инновация вызывает определенное напряжение, создает проблему, противоречие в привычном, традиционном укладе жизни, проявляющемся как в окружающей среде, обществе, так и в самом человеке, в среде его ценностей, потребностей, установок и т.д. [3].

Актуальным в современном социуме становится вопрос принятия (или не принятия) личностью инноваций в обществе в условиях коренной ломки общественных структур. Следует подчеркнуть, что отношение личности к инновациям активно влияет на успех становления и принятия общественных и культурных изменений.

Основной исследовательский акцент по этой проблеме сделан в рамках психологии управления и менеджмента. Это работы таких авторов, как И.П. Волков, С.Н. Маслов, Г.И. Морозова, Г.С. Никифоров, А.Л. Свенцицкий, С.Ю. Степанов, Б. Твисс, М.К. Тутушкина, Э.А. Уткин, В.Л. Шуванов и др.

Проблемам отношения личности к нововведениям в разных теоретических аспектах посвящены работы Г.М. Андреевой, В.И. Антонюк, А.Л. Журавлева, Н.А. Ильиной, В.В. Крамник, М.В. Кроз, Н.И. Лапина, А.Н. Лебедева, Б.Д. Парыгина, В.П. Позднякова, Б.В. Сазонова, А.Л. Свенцицкого и др.

Так, например, в исследовании, проведенном О.С. Советовой, обнаружена тенденция зависимости от возраста силы выраженности обобщенной инновационной диспозиции [2]. В возрасте после 40 лет преобладают люди с кон-

сервативной и умеренной обобщенной инновационной диспозицией. В группе молодых слабо выражена консервативная тенденция. По данным массового обследования, консервативная обобщенная диспозиция наиболее выражена в группе 50–59-летних (37,1 %), умеренная – в группе людей старше 60 лет (43,3 %). Инновационная диспозиция представлена полнее в группе 25–29-летних (23,4 %), радикально-инновационная — в группе 30–39-летних (10 %).

На основании результатов исследования автором был сделан вывод о том, что возрастные характеристики существенным образом определяют отношение к переменам и изменениям. Это исследование было проведено в конце XX века. Возраст выступал основным фактором, влияющим на полученные результаты исследования.

Говоря о зрелости, как о стадии развития, следует сказать, что сегодня нет общепризнанной возрастной классификации этого важного периода развития личности. По мнению Е.П. Ильина «Период взрослости разделяется на ряд хорошо различимых стадий развития, однако сам процесс развития в зрелом возрасте отличается от процессов развития в детстве, отрочестве и юности. Главная особенность развития во взрослости – минимальная его зависимость от хронологического возраста. Изменения мышления, поведения и личности взрослого человека в гораздо большей степени определяются обстоятельствами жизни человека – его опытом, родом занятий, установками и т.д. Ход развития во взрослости невозможно четко очертить какими-либо стадиями интеллектуальных или физических процессов, вместо этого он размечен определяемыми культурой, социальными ориентирами, а также ролями, которые входят в состав циклов семейной жизни и карьеры» [1; с. 9].

Большинство исследователей при описании периода зрелости подразделяют его на два периода: первый период зрелости (25–35 лет) и второй период зрелости (36–60 лет). В нашем эмпирическом исследовании при проведении анализа полученных данных мы выделили 3 возрастные группы: 25–39 лет (1 группа), 40–55 лет (2 группа) и свыше 55 лет (3 группа). Мы исходили из того, что активное формирование личностных особенностей, мировоззрения, социализация представителей этих трех групп происходили в кардинально отличающихся исторических периодах развития нашего государства. Это период СССР, период перестройки и постперестроечный период. Так и или иначе, но каждый из этих периодов развития нашей страны оказал влияние на формирование ценностей представителей каждого поколения.

Всего в исследовании приняло участие 314 человек, из них 122 человека мужского пола и 192 – женского. Исследование проводилось в январе – апреле 2015 года. В исследовании приняли участие жители РСО-Алания.

В качестве методического инструментария мы использовали следующие методики:

- для исследования личностных особенностей был выбран 16-факторный личностный опросник Р. Кетелла (форма С);

- для исследования готовности к переменам была использована методика PCRS (Personal change readiness survey), в переводе и адаптации Н.А. Бажановой и Г.Л. Бардиер.

Математическая обработка данных исследования осуществлялась с помощью пакета статистических программ SPSS for Windows, Standard Version 13, Copyright © SPSS Inc., 2005.

Анализ полученных данных по методике PCRS в переводе и адаптации Н.А. Бажановой и Г.Л. Бардиер показал, что по всем трем возрастным группам по всем шкалам методики были получены, в основном, средние величины (от 22 баллов до 26).

Интегральный показатель готовности к переменам в первой группе испытуемых (25–39 лет) был равен 170 баллам, во второй группе (40–55 лет) – 155 баллам и в третьей группе (старше 55 лет) – 148 баллам. В каждой из трех групп были выявлены, как высокие баллы по некоторым шкалам, так и низкие.

Высокие баллы в первой группе испытуемых были выявлены по таким шкалам как страстность, оптимизм, смелость, уверенность; во второй группе испытуемых – по шкалам страстность, находчивость, уверенность; по третьей группе испытуемых – по шкалам оптимизм, смелость.

Для выявления личностных факторов, влияющих на готовность к переменам, мы использовали линейный корреляционный анализ Пирсона. В результате мы выявили следующие связи:

в первой группе (от 25 до 39 лет):

- существует положительная взаимосвязь между страстностью (энергичность, неутомимость, повышенный жизненный тонус) и фактором «сдержанность – экспрессивность» ($r = 0,256$ при $p < 0,05$), а также фактором «подверженность чувствам – высокая нормативность» (0,206 при $p < 0,05$);
- существует положительная взаимосвязь между оптимизмом (большие надежды, вера в успех, нежелание ориентироваться на худшее развитие событий, стремление фиксироваться не на проблемах, а на возможностях их решения) и фактором «реализм – чувствительность» (0,249 при $p < 0,05$);
- существует положительная взаимосвязь между смелостью, предприимчивостью (тяга к новому, неизвестному, отказ от испытанного и надежного) и фактором «робость – смелость» (0,224 при $p < 0,05$), а также фактором «подозрительность – доверчивость» (0,226 при $p < 0,05$);
- существует положительная взаимосвязь между уверенностью (основана на вере в себя, в свои достоинства и в свои силы, в то, что все возможно, стоит только захотеть) и фактором «подчиненность – доминантность» (0,201 при $p < 0,05$);

во второй группе (от 40 до 55 лет):

- существует положительная взаимосвязь между страстностью и фактором «подчиненность – доминантность» (0,191 при $p < 0,05$);

- существует положительная взаимосвязь между находчивостью (умение находить выходы из сложных ситуаций, обращаться к новым источниками для решения новых проблем) и фактором «робость – смелость» (0,258 при $p < 0,05$);
- существует положительная взаимосвязь между уверенностью и фактором «эмоциональная неустойчивость – устойчивость» уверенность (0,177 при $p < 0,05$), фактором «робость – смелость» уверенность (0,218 при $p < 0,05$), фактором «реализм – чувствительность» (0,201 при $p < 0,05$);
в третьей группе (свыше 55 лет)
- существует положительная связь между оптимизмом и фактором – «робость – смелость» (0,249 при $p < 0,05$);
- существует отрицательная связь между смелостью и фактором «низкий – высокий самоконтроль» (- 0,336 при $p < 0,05$).

Таким образом личностная готовность к переменам и возраст не находят в прямой зависимости. В период зрелости на разных возрастных этапах взрослый человек способен принимать инновации, быть готовым к происходящим переменам и все это обусловлено его личностными особенностями.

Литература

1. Ильин Е.П. Психология взрослости. – СПб.: Питер, 2012. – 466 с.
2. Советова О.С. Самореализация личности в кризисных условиях инноваций // Психологические проблемы самореализации личности. СПб., 1999.
3. Степанова Е.И. Психология взрослых: экспериментальная акмеология / Отв. ред. А.А. Крылов. – СПб., 2000. – 287 с.

Удовлетворенность социальных потребностей педагога

Кукуев Е.А.

Процесс и результат достижения вершин в жизни и профессиональной деятельности (акме) – проблема, в том числе, стоящая перед психологическим сообществом нацеливает на исследование человека именно в период зрелости. При этом, данная проблема приобретает особую актуальность, если рассматривается человек, занимающийся образовательной деятельностью.

Безусловно, каждый человек находится в системе социальных отношений и в зависимости от особенностей личности осуществляет влияние на окружающих. Педагог осуществляет важнейшую социальную функцию – образовательную деятельность, которая организуется в системе, в том числе и в виде личностного воздействия. Процесс идентификации, лежащий в основе данного воздействия, повышает уровень требовательности к личности педагога, как к осуществляемому процессу ее формирования, так и к достигаемым результатам.

И если у части людей, не связанных с образовательной деятельностью, становление проходит без особых требований (конечно учитывая социальные нормативы, которые не могут рассматриваться строго и однозначно), то процесс и результат становления педагога не должен носить хаотичную на-

правленность. Образовательный процесс не может быть процессом латентным. Если это целенаправленный процесс, то значит и в значительной мере осознанный, явный и результативный. Поэтому осознание и достижение для педагога акме, процесс важный и актуальный.

Понимание самоактуализации совпадает с предлагаемыми трактовками А. Маслоу, характеризующего его и как процесс и как результат личностного роста. Самоактуализация человека, рассматриваемая в рамках гуманистической психологии А. Маслоу, сопряжена с мотивационными процессами.

Так, Рыбаковой Н.А. (2015) показано, что: «Во-первых, большинство научных походов к определению мотивации самоактуализации рассматривают в качестве основного источника активности данного вида какой-либо один мотив или потребность. Во-вторых, мотивацию самоактуализации педагога в профессиональной деятельности целесообразно рассматривать как гармоничный комплекс различающихся, но, тем не менее, взаимосвязанных, взаимодополняющих, но не противоречивых личностных образований (просоциально направленная потребность в доминировании; врожденный «мотив роста»; профессиональная направленность личности; эмоционально-ценностное отношение к профессии и др.). В-третьих, эффективность самоактуализации педагога в профессиональной деятельности обеспечивается не только развитой мотивацией к ее реализации, но и степенью осознаваемости учителем собственных мотивов, потребностей, интересов, отношений и их переживания» [3].

При этом необходимо понимать, что неудовлетворенность потребностно-мотивационной сферы может стать основой для формирования профессионального выгорания, с которым сопряжены компоненты ригидности педагога [1, 2].

В рамках данной статьи проанализируем результаты исследования педагогов, проведенного в 2014 году. В целом исследование посвящено анализу открытости субъектов образовательной деятельности. Выборку составили преподаватели педагогического вуза (50 педагогов), учителя из сельской местности Приишимья (34 педагога) и учителя школ г. Ишима (63 педагога). Рассмотрим результаты методики «Уровень социальной фрустрированности» разработана в 2004 году в НИПНИ им. Бехтерева Л.И. Вассерманом, Б.В. Иовлевым и М.А. Беребиным.

Опросник направлен на изучение социального благополучия, что представляет собой характеристику степени удовлетворенности 20 социальных потребностей: своим образованием; взаимоотношениями с коллегами; взаимоотношениями с администрацией; взаимоотношениями с учащимися; содержанием своей работы в целом; условиями профессиональной деятельности; своим положением в обществе; материальным положением; жилищно-бытовыми условиями; отношениями с супругом (ой); отношениями с ребенком; отношениями с родителями; обстановкой в обществе; отношениями с друзьями; сферой услуг и бытового обслуживания; сферой медицинского обслужи-

вания; проведением досуга; возможностью проводить отпуск; возможность выбора места работы; своим образом жизни в целом.

Респондент по каждой потребности выбирает характеристику степени ее удовлетворенности: от 0 (полностью удовлетворена) до 4 баллов – полностью не удовлетворена.

По результатам исследования были получены следующие данные:

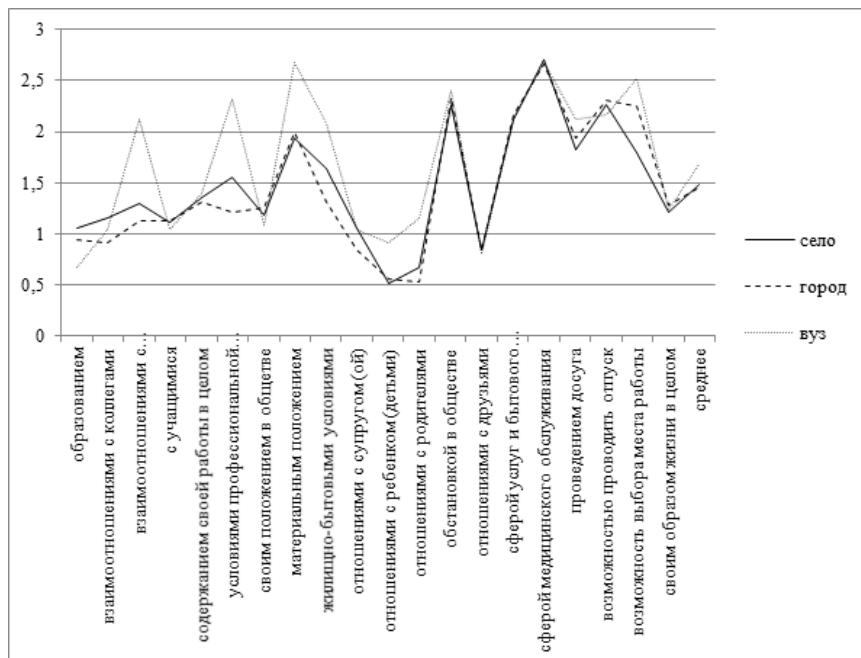


Рис. 1. Средние показатели удовлетворенности социальных потребностей по методике «Уровень социальной фрустрированности»

Статистическая обработка данных проводилась при помощи пакета статистических программ SPSS-17.0.

1. Анализ распределения степени удовлетворенности социальных потребностей.

Анализ результатов свидетельствует об отклонении распределения от равномерного (.001), то есть возможен анализ максимумов и минимумов, отмечаемых на рис. 1 (анализируются данные статистически значимо отклоняющиеся от равномерного распределения).

Минимумы (тенденция к высокой степени удовлетворенности) отмечают (см. рис. 1): взаимоотношения с коллегами; взаимоотношения с учащимися; отношениями с ребенком (детьми); отношениями с родителями; отношениями с друзьями; своим образом жизни в целом.

Максимумы (тенденций к высокой степени неудовлетворенности) отмечают: взаимоотношения с администрацией; условия профессиональной де-

тельности; материальное положение; сферой услуг и бытового обслуживания; сферой медицинского обслуживания; возможностью проводить отпуск.

Наполнение каждой группы выявляет следующее: тенденцию высокой степени удовлетворенности проявляют те потребности, которые могут сами контролировать педагоги, и связанную с близким социальным окружением. То есть, с теми людьми, которые, видимо, могут по достоинству оценить способности респондентов. Тенденцию высокой степени неудовлетворенности проявляют те потребности, которые могут сами контролировать педагоги не могут. Это внешний аспект, то социальное окружение (как проявляется), которое не оценивает индивидуальные особенности респондентов.

2. Статистический анализ различий в степени удовлетворенности социальных потребностей учителей в зависимости от места работы (село/город).

Статистический анализ не выявил статистически значимых различий в степени удовлетворенности социальных потребностей учителей в зависимости от места работы (село/город). Данный факт можно рассматривать как положительный. То, что в настоящее время место проживания (село/город) не является определяющим для удовлетворения социальных потребностей педагога.

3. Статистический анализ различий в степени удовлетворенности социальных потребностей педагогов в зависимости от ступени образования (школа/вуз).

На основе однофакторного дисперсионного анализа были выявлены статистически значимые различия в степени удовлетворенности социальных потребностей педагогов в зависимости от ступени образования (школа/вуз). Нормальность распределения проверялась при помощи критерия Ливиня.

Статистически значимо, степень не удовлетворенности у педагогов вуза выше, чем у учителей общеобразовательных школ, следующих социальных потребностей: взаимоотношениями с администрацией (,000); условиями профессиональной деятельности (,000); материальным положением (,000); жилищно-бытовыми условиями (,002); возможностью выбора места работы (,045).

Анализ данных потребностей показывает, что высшее образование в меньшей степени способствует удовлетворению социальных потребностей. Особое внимание можно уделить тому факту, что из пяти выделенных потребностей – три относятся непосредственно к профессиональной деятельности. Неудовлетворенность потребностей «взаимоотношения с администрацией», «условиями профессиональной деятельности», «возможностью выбора места работы» характеризуют закрытость образовательной системы. То есть, педагоги не могут полноценно самоактуализироваться в своей профессиональной деятельности, но при этом не могут и сменить место работы, так как г. Ишим относится к средним городам (до 100 тыс. жителей) и имеет только одно высшее учреждение.

С другой стороны можно предположить, что вузовские работники более требовательны, их уровень притязаний более высокий.

Данная проблема требует более внимательного и системного подхода. Учет на практике степени удовлетворения потребностей это предоставление для педагога возможностей для самоактуализации, а значит и формирование необходимых образцов для идентификации обучающимся.

Литература

1. *Кужуев Е.А.* Профессиональное выгорание в контексте системного подхода // Личностная идентичность: вызовы современности: материалы Всерос. психол. науч-практ. конф. (с иностранным участием) / Под ред З.И. Рябикиной и В.В. Знакова. – Краснодар: Кубанский гос. ун-т, Майкоп: Адыгейский гос. ун-т; М.: Институт психологии РАН, 2014. – С. 144–146.
2. *Кужуев Е.А.* Ригидность субъектов образования NB: Психология и психотехника. – 2014. – № 4. – С. 96–125. DOI: 10.7256/2306–0425.2014.4.12796. URL: http://e-notabene.ru/psp/article_12796.html.
3. *Рыбакова Н.А.* Мотивационные источники самоактуализации педагога в профессиональной деятельности // Современное образование. – 2015. – № 1. – С. 69–99. DOI: 10.7256/2409–8736.2015.1.14002. URL: http://e-notabene.ru/pp/article_14002.html.

Модель диалогического взаимодействия в области психолого-педагогической деятельности современного специалиста

Курилович М.А.

Представленная современная модель диалога – не просто модель взаимодействия. Она акцентирует активное участие обеих сторон в построении общего смысла, который может быть неожиданным и незапланированным, так как оба участника диалога открыты взаимному влиянию и общаются на равных.

Диалог в педагогико-образовательном пространстве состоит в том, что он представляет собой особое взаимодействие субъектов. Источником диалога является нетождественность сознаний партнеров, что побуждает субъекта диалога к более пристальному, вопрошающему всматриванию в содержание различий между «Я» и «Другим», объединенных стремлением найти решение проблемы [3].

Модель диалогического взаимодействия в образовательном пространстве можно рассматривать как форму организации процесса обучения, формирования учебной ситуации. Новые технологии обучения позволяют во много раз интенсифицировать процесс овладения учебной информацией. Причем разноплановая информация не оставляет реципиента пассивным, а вовлекает его в работу по ее обработке, компоновке, установлению связей и т.д. В результате подобной работы в сознании учащегося неизбежно возникают вопросы, обсуждение которых и должен организовать преподаватель, а, возможно, одновременно и ряд преподавателей, специалистов по различным отраслям знания. Именно здесь реализуется сама возможность, почва для диалога как метода педагогического управления. Содержательными элементами подобного диалога выступают вопрос и ответ, ибо вопрос и ответ существуют в разных сознаниях, предполагают их взаимодействие, даже

если вопрос человек задает себе сам. Характер и типы вопросов и ответов порождают различные типы диалога и разные типы культурных ситуаций [2].

Таким образом, в диалоге вскрываются многосторонние связи и отношения. Поэтому преподаватель, проектируя учебно-диалоговую ситуацию, должен учитывать следующие необходимости:

- Идеальное представление диалогического взаимодействия как сложного, относительно самостоятельного структурно-организованного целого. В качестве предпосылочного этапа формирования диалога в рамках учебы педагог обеспечивает усвоение учащимися структурной схемы диалога. Сделать это можно дедуктивным путем, анализируя структуру состоявшегося или имеющегося диалога-образца. Можно также использовать индуктивный метод, побуждая учащихся к постоянной рефлексии основных элементов коммуникативной процессуальности: адресат, сообщение, получатель.
- Определение предмета диалогической коммуникации как одной из сторон объекта, вовлеченного в коммуникативный процесс. В ситуации учебного диалога таковыми являются содержательные образования (тема, предмет обсуждения), мыследеятельностные (проблематизация, организация, управление, проектирование и др.), конструктивные (составление диалога по образцу), творческо-диалоговые задания.
- Установление круга исходных средств. В контексте образовательной системы такими, в частности, являются идеальные средства (базовые понятия и категории, познавательные структуры, идеальные модели), а также вещественные средства (соответствующий дидактический материал) [2].

Указанные требования обязательны для любого учебного диалога. Особую значимость они приобретают в условиях обучения и воспитания, т.к. здесь преподаватель формирует учебно-диалоговую ситуацию, которая объективно выступает как комплексное средство достижения цели. Во взаимосвязи диалога и цели первый функционален по отношению ко второй: диалог несет в себе некую цель, точнее, становится средством ее достижения.

Первые шаги вхождения в диалог начинаются с четкого осознания возможностей и особенностей учебной группы. Целесообразно выделение трех этапов работы в «режиме» диалога:

1. Подготовка к диалогу. Преподаватель переводит повествовательный материал в диалогический, продумывает систему вопросов, задач, моделирует ситуации, задания исследовательского характера.
2. Возникновение в ходе диалога особого общения между преподавателем и студентами, в котором участники не только проявляют свои грани мышления, но и конкретизируют свой собственный взгляд на мир. Активизации учения способствуют такие приемы, как привлечение разных точек зрения и поиск «третьего» решения, столкновение старых взглядов и теорий с новыми фактами, подача материала так, чтобы спровоцировать вопросы.

3. Выведение участников диалога на обобщение своих и чужих пониманий проблемы, ведение внутреннего диалога в форме особой внутренней речи, где есть спор и согласие, разведение и слияние голосов внутренних собеседников, «узнавание собственного голоса» (М.М. Бахтин) [2].

Таким образом, диалог может быть реализован, во-первых, только при наличии диалогических отношений, т.е. несовпадающих смысловых позиций по поводу рассматриваемого объекта, и, во-вторых, при наличии оценочного личностного отношения к этому объекту. Эти исходные факторы не всегда присутствуют в учебном процессе.

Монологизированное диалогическое взаимодействие, которое преобладает в обучении, неравноправно в плане обмена информацией, ролевого социального и межличностного взаимодействия преподавателя и учащегося. Здесь доминирует преподаватель, т.к. именно он является источником информации, дает задания, он контролирует и оценивает. Эта исходная суперпозиция преподавателя в педагогическом взаимодействии требует от него лишь частичного понимания того, кого он обучает. Это обычное педагогическое воздействие подразумевает большую или меньшую степень давления, принуждения и в этом качестве является внешней силой, от которой учащийся стремится освободиться в меру своей самостоятельности. Диалогическое общение индивидуализировано, и чем меньше преподаватель стремится повлиять на учащегося, оказать на него свое воздействие, тем сильнее его реальное влияние, поскольку оно сливается с внутренним голосом собеседника, входит в его внутренний диалог и становится личностным достоянием.

Предпосылкой осуществления диалогических отношений выступает смена психологических позиций преподавателя и учащегося, взаимная забота об интеллектуальном и нравственно-эстетическом фоне учебного занятия, направленность на совместную деятельность. Когда преподаватель передает учебный материал, он пропускает его через призму своего восприятия, личного опыта и моделирует определенное отношение к этому материалу учащимся. Открытая позиция преподавателя создает предрасположенность к диалогу. Но диалог – это не фрагмент лекции или семинарского занятия, так как он не кончается с той или иной учебно-познавательной ситуацией в аудитории и за ее пределами.

Знания, полученные учащимися диалогически в собеседовании или споре, становятся личными убеждениями: они не нуждаются в заучивании. Это снимает проблему контроля и оценки, отрицательно сказывающихся на познавательной мотивации.

Преподаватель берет на себя роль организатора среды обучения. Он актуализирует тенденцию студента к личностному росту, стимулирует его исследовательскую активность и самостоятельность. При этом важно отметить, что решающее влияние на студента осуществляется не столько посредством информации преподавателя, сколько его личностью. Одновременно с изменением психологической позиции преподавателя происходит смена статуса студента в учебном процессе.

Он выступает как оппонент в споре, критик, рецензент, генератор идей – позиция ученичества заменяется позицией партнерства. Таким образом, удается преодолеть ролевое однообразие и социальную обыденность процесса обучения, повысить эффективность делового сотрудничества его участников.

Подлинно диалогические отношения в коллективе, формы духовного общения не могут быть реализованы без духовно-диалогического участия в них преподавателя. Личностное взаимодействие, взаимовлияние учащихся и преподавателей друг на друга, предполагающее, что преподаватель выступает не только организатором учебно-воспитательного процесса, но и его непосредственным участником, носителем не ложных, а личностных духовных ценностей, готовым к их развитию и изменению, – одно из условий организации духовной жизни коллектива.

Основными компонентами структуры диалогических умений преподавателя являются: коммуникативный, организаторский, гностический [1].

Способствуют диалогу степень проблематизации учебного материала, особенности мыслительной деятельности учащихся, их коммуникативная культура, педагогическое мастерство преподавателя, эмоциональный фон занятия. Поскольку позиция преподавателя «за кафедрой» располагает к авторитарности и монологу, психологи рекомендуют заменить традиционный «рядный» интерьер круговым, полукругом.

Настоящий диалог – это умение соотносить разные позиции, разные логики, разные системы ценностей, выход не к абстрактному знанию, а к актуализированным, жизненно важным сущностям бытия – требует достаточно много и от учащегося, и от преподавателя. Педагог должен научить учащихся слушать Другого. Уметь слушать – это прежде всего проявлять внимание и заинтересованность к партнеру по коммуникации, внимание же есть направленное отношение. Слушающий в воображении Другого предстает как некое пространство, в котором «Я» партнера пытается и надеется найти отклик. Слушание – это деятельность. Следовательно, структурные элементы диалоговой деятельности в процессе слушания находятся в некоем превращенном, т.е. неявном виде. Слушающий участник диалога обращает внимание на темпоральность диалога, его процессуальность, на цели и задачи как явные, так и верифицируемые им в ходе анализа, на организацию и характер аргументации, на понятийно-категориальный ряд дискурса. Педагогу важно у себя и учащихся формировать рефлексивную культуру слушания [2].

Психологическими характеристиками учебного диалога являются равноправие участников диалога, поиск согласия и взаимопонимания, его конструктивный и созидательный характер проявления, альтруизм и эмпатия, доверие и чуткость к партнеру, умение слушать других и проговаривать себя, уважение к Другому – в идеале взаимоотношение между преподавателем и учащимися характеризуется диалогом лица к лицу.

Задача диалога в образовательном пространстве чрезвычайно велика – он позволяет интериоризировать, выводить на новый уровень наличное знание, сделать процесс мышления герменевтическим, не сводимым лишь к логическому или образному мышлению. Сегодня можно говорить о диалоге не только как о форме организации процессов обучения, но и как о способе формирования коммуникативных навыков у учащихся. Диалог, осмысленный изначально как универсальное пространство, постепенно наполнился новым смыслом. Следствием этого стало осознание того, что само диалогическое пространство и есть поле человеческого ресурса. Как метод педагогического управления, диалог позволяет обнаруживать человеческий ресурс, расширять его, интегрировать в соответствии с поставленной задачей и через актуализацию новых смыслов жизнедеятельности формировать новые реальности образовательного пространства [3].

Таким образом, оптимальным педагогическим взаимодействием современного специалиста является такое, которое создает наилучшие условия для развития мотивационной и творческой направленностей среди учащихся, обеспечивает благоприятный эмоциональный климат обучения.

Литература

1. *Курилович М.А.* Формирование диалогического взаимодействия в учебно-профессиональной деятельности (на примере студентов-психологов): Автореф. дис. ... канд. психол. наук. – Ярославль, 2008.
2. *Позняков В.В.* Диалог как деятельность (Теоретические и методические предпосылки учебного диалога) // Чалавек. Грамадства. Свет. – 2004. – № 1. – С. 31–47.
3. *Янчук В.А.* Методология, теория и метод в современной социальной психологии и персонологии: интегративно-эклетикический подход: Монография. – Мн.: Бест-принт, 2000.

Перспективы изучения психологического пространства личности родителя особого ребенка

Лебедева А.А.

Психологу, работающему с детьми и взрослыми, имеющими ментальные нарушения, доступна в первую очередь информация, касающаяся клинических проявлений болезни. Он располагает результатами обследования дефектолога, логопеда и других специалистов, а также обладает информацией о составе семьи и имеет доступ к медицинским заключениям. Однако оценить психологическое благополучие и личностные характеристики такого клиента вряд ли представляется возможным. Другими словами, изучение личности, имеющей ментальные нарушения, является серьезной проблемой для научной психологии с ее современными стандартами сбора, обработки и анализа данных. Исследование, предполагающее любого рода самоотчет (опросник, интервью, беседа), вряд ли представляется возможным, учитывая специфику интеллектуальных нарушений.

Все исследования, имеющие дело с такого рода клиентами, как правило представляют собой классические кейс-стади, основным минусом которых является привнесение субъективного фактора самим исследователем – психологом, проводящем обследование. Другой проблемой является то, что чем сильнее исследователь стремится объективации получаемых данных, тем более формализованным станет обследование, тем больше критериев будет внесено в оценку, тем больше получаемые сведения будут напоминать карту сбора медицинского анамнеза.

Одним из вариантов решения этой проблемы нами видится опосредованное изучение детей с особенностями развития посредством более пристального внимания к их родителям. Исследования студентов с физической инвалидностью показывают, что роль близкого круга и качество социальной поддержки оказывают влияние на показатели субъективного благополучия людей с телесными ограничениями здоровья [7]. Личность родителя является важнейшим фактором развития особого ребенка и преодоления им травматического опыта [1]. Родитель или замещающий его Другой становится для этого человека способом связи с миром физическим – он, «сливаясь с медиатором, образует новый функциональный орган...» [3, с. 18]. В случае, когда речь идет о ребенке с особенностями ментального развития, данный тезис приобретает еще более широкий контекст: на Другого ложится задача понимания мира, в котором живет ребенок, и помощи в овладении с его субъективными и объективными трудностями. Как правило, самым главным человеком, находящимся в роли значимого Другого, является родитель, который помимо задач помощи ребенку, должен и сам справляться со множеством трудностей, связанных как с социальной адаптацией, так и с собственными переживаниями – События появления в семье ребенка с ментальным расстройством. Родитель и особый ребенок существуют в едином жизненном пространстве, а значит, по К. Левину, функционируют в общем психологическом поле. Напряжение, существующее в данном психологическом пространстве, стремится к разрядке в актах поведения (волевого и полевого) родителя и ребенка [5]. Таким образом, родители и их дети с ментальными нарушениями, находясь в едином психологическом пространстве семьи имеют некий общий интеграл психологического благополучия.

Целью проведенного исследования явилось изучение некоторых особенностей психологического пространства родителей, имеющих детей с ментальными нарушениями. Основываясь на теоретических обобщениях Д.А. Леонтьева [6], основными особенностями пространства «родитель – особый ребенок» мы считаем ресурсы устойчивости личности родителя, ответственные за сохранение баланса психологического благополучия (смысложизненные ориентации и жизнестойкость), и ресурсы саморегуляции (самоэффективность). Силой, которая, согласно идеям К. Левина, действует в психологическом поле, мы считаем позитивное стремление личности к совершенству, развитию и красоте (перфекционизм). Измеряемым вариантом поведенческого проявления напряжения внутри психологического поля «родитель – особый ребенок» – детско-родительские отношения.

Выборка. В исследовании приняли участие 63 человека, их которых 50 родителей воспитывают детей с ментальной инвалидностью, 15 – с физической. Исследование обобщает результаты, полученные в 2012–2014 гг. на базе факультета дистанционного образования МГППУ, детского дома-интерната «Южное Бутово» и центра содействия семейному воспитанию «Вера. Надежда. Любовь».

Таблица 1

Описание выборки

Группы	Кол-во (чел.)	Муж.	Жен.	Возраст		
				Диапазон	М (среднее)	σ (стандартное отклонение)
Основная: Родители, воспитывающие детей с ментальными нарушениями	50	17	33	от 30 до 60 лет	42	7,8
Группа сравнения: Родители, воспитывающие детей с физической инвалидностью	15	4	11	от 49 до 74 лет	55,2	6,7

Таблица 2

Результаты однофакторного дисперсионного анализа (ANOVA)

Шкалы	F	p
<i>Возраст</i>	31,205	0,000
Осмысленность СЖО (общий пок.)	,618	0,435
Осмысленность цели СЖО	,030	0,864
Осмысленность процесса СЖО	2,185	0,144
Осмысленность результата СЖО	,393	0,533
Локус контроля Я СЖО	,574	0,451
Локус контроля Жизнь СЖО	,879	0,352
Жизнестойкость (общий пок.)	1,216	0,274
Вовлеченность (жизнест.)	1,052	0,309
Контроль (жизнест.)	1,414	0,239
Принятие риска (жизнест.)	,641	0,426
Самоэффективность	1,538	0,220
<i>Нормальный перфекционизм</i>	71,811	0,000
<i>Патологический перфекционизм</i>	16,258	0,000
<i>Отвержение (ОРО)</i>	11,479	0,001
Кооперация (ОРО)	2,397	0,127
Симбиоз (ОРО)	1,523	0,222
<i>Авторитарный (ОРО)</i>	5,842	0,019
Инфантилизация (инвалидизация) (ОРО)	,920	0,341

Примечание: курсивом выделены статистически значимые показатели.

Методики. Особенности личности родителей измерялись с помощью личностных опросников: 1) теста смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева; 2) теста жизнестойкости С. Мадди в адаптации Д.А. Леонтьева, Е.И. Рассказовой; 3) шкалы общей самооффективности Р. Шварцера и М. Ерусалема в адаптации В.Г. Ромека; 4) дифференциального теста перфекционизма А.А. Золотаревой. Стиль отношений с ребенком измерялся с помощью опросника детско-родительских отношений А.Я. Варги и В.В. Столина. Для обработки данных использовался метод однофакторного дисперсионного анализа (ANOVA) с помощью SPSS.20.

Результаты. Статистическая обработка данных позволила установить, что: 1) родители, воспитывающие детей с физической инвалидностью старше чем, родители, воспитывающие детей с ментальными нарушениями; 2) личностные ресурсы не различаются у исследуемых групп; 3) родители детей с ментальными нарушениями имеют более низкий уровень нормального и более высокий уровень патологического перфекционизма, 4) а также более высокие показатели по шкалам отвергающего и авторитарного стилей детско-родительских отношений.

Интерпретация. Главным результатом поискового исследования стало то, что родители изучаемых групп, существуя в условиях разного рода инвалидности ребенка, не отличаются между собой в уровне ресурсов личности таких как смысложизненные ориентации, жизнестойкость, самооффективность. Это согласуется с нашими предыдущими исследованиями самих людей с физическими ограничениями и их сверстниками без инвалидности. Найденный факт в очередной раз показывает, что ресурсы устойчивости и ресурсы пластичности являются буфером, позволяющим личности сохранить баланс психологического благополучия в условиях разного рода психологической травматизации.

Различия между группами были обнаружены в стиле детско-родительских отношений (см. Рис. 1). Выяснилось, что в отличие от родителей интеллектуально сохраненных детей, родители детей с ментальными нарушениями статистически достоверно имеют более высокие баллы по шкалам отвергающего и авторитарного стиля отношений. Возможно, это связано с более сильным напряжением, которое они испытывают в отношениях с ребенком с социальной средой.

Интересно, что родители детей с физическими нарушениями демонстрируют большой разрыв между средними нормального и патологического перфекционизма (см. Рис. 1). Иными словами, о них мы однозначно можем судить как о людях, стремящихся к совершенству и красоте, успешно использующих и направляющих эту силу на достижение реальных целей и задач. Между тем, по сравнению с ними родители детей с интеллектуальными нарушениями имеют более низкий нормальный перфекционизм, и более высокий патологический. При этом средние по обеим шкалам примерно одинаковы, в результате чего в этой группе сложно дифференцировать определенный тип перфекционизма.

Данные полученные на этих двух выборках являются по сути демонстрацией разного рода силы и качества стремления к совершенству. Если в случае

группы родителей с физическими ограничениями здоровья мы имеем дело с высоким уровнем нормального и низким уровнем патологического перфекционизма, то результаты родителей детей с ментальными ограничениями возможностей здоровья схожи по уровню с результатами, полученными на выборках испытуемых, страдающих депрессивными, невротическими и аффективными расстройствами (см. [4]).

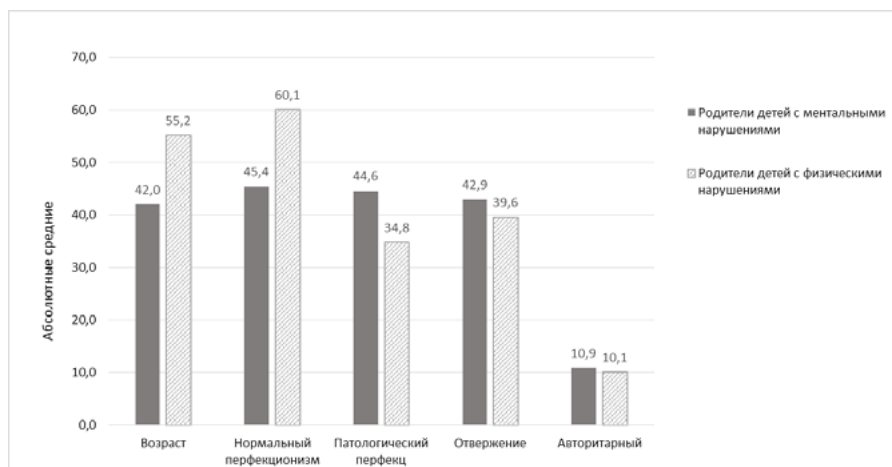


Рис. 1. Графическое изображение статистически значимых различий между исследуемыми группами

Основываясь на обобщениях практической работы с родителями особых детей, мы предполагаем, что перфекционизм в нашем исследовании открывает одну из сторон «отраженного заболевания». Автор термина, ссылаясь на В.А. Петровского, показывает, что эффект идеальной включенности отражаемого (ребенка с интеллектуальными нарушениями) в жизненные проявления отражающего (родителя) может способствовать регрессу жизненных отношений последнего [2]. Иными словами, родитель будет иметь в себе отраженное заболевание своего ребенка, с его необратимыми последствиями, на что указывает заниженный показатель нормального перфекционизма, сопоставимый с результатами клинических больных.

В таком случае, исследуемые нами родители детей с физическими ограничениями здоровья по сути выступили выборкой, освободившейся от негативных деформаций «отраженного заболевания», что в случае телесных нарушений, скорее всего, достичь принципиально легче, чем в случае интеллектуальных. Данная группа отличается еще и тем, что в нее вошли родители более зрелого возраста, имеющие взрослых детей (см. Рис. 1). Поэтому можно сделать вывод о том, что в дальнейших исследованиях необходимо учитывать такие переменные, как возраст родителей и детей, продолжительность жизни семьи в условиях инвалидности, а также уровень личностной зрелости родителей, который может выступать в качестве латентного фактора.

Таким образом, особенность психологического пространства родителей детей с ментальными нарушениями заключается в реализации общей закономерности – личностные ресурсы выполняют задачу сохранения психологического здоровья путем компенсации негативных последствий психической травматизации вследствие прямого (заболевание) и косвенного (отраженное заболевание) воздействия. Для выявления особенностей отраженного заболевания в ситуации родительства особого ребенка требуются дальнейшие исследования.

Литература

1. *Александрова Л.А., Лебедева А.А.* Роль личности родителей в преодолении психологической травмы студентами с ограниченными возможностями здоровья // Вестник НГУ. Серия «Психология». – 2014. – Том 8. – № 2. – С. 195–205.
2. *Галасюк И.Н.* Феномен активности родителей ребенка с нарушениями интеллектуального развития // Вестник Тверского государственного университета. Серия: Педагогика и психология. – 2014. – № 3. – С. 195–205.
3. *Зинченко В.П.* Наука о мышлении. Часть 3 / В.П. Зинченко // Психологическая наука и образование. – 2002. – № 3. – С. 5–23.
4. *Золотарева А.А.* Дифференциальная диагностика перфекционизма // Психологический журнал. – 2013. – Т. 34. – № 2. – С. 117–128.
5. *Левин К.* Динамическая психология. Избранные труды / Под ред. Д.А. Леонтьева, Е.Ю. Патяевой. – М.: Смысл, 2001.
6. *Леонтьев Д.А.* Психологические ресурсы преодоления стрессовых ситуаций: к уточнению базовых конструктов // Психология стресса и совладающего поведения в совр. рос. обществе. Материалы II Междунар. науч.-практ. конференции / Под ред. Т.Л. Крюковой, М.В. Сапоровской, С.А. Хазовой. – 2010. – Т. 2. – С. 40–42.
7. *Леонтьев Д.А., Лебедева А.А., Силантьева Т.А.* Место и функции социальной поддержки в структуре личностных ресурсов лиц с ограниченными возможностями здоровья // Культурно-историческая психология. – 2015. – № 3 (в печати).

Коммуникативный компонент личностной зрелости

Лиознова Е.В.

Зрелость можно рассматривать как оценочную категорию, характеризующую определенный этап становления развивающейся системы. Эта оценка свидетельствует о готовности системы к реализации некоторой, выбранной оценщиком как критерий, функции. Этап зрелости можно представить как период оптимального развития системы с позиции заданного критерия: до нее система не готова к необходимому функционированию, после – эффективность функционирования снижается. В психологическом контексте (учитывая регулирующую функцию психики) можно говорить о зрелости человека, когда он полностью готов к самостоятельному функционированию вне помощи родительской семьи, тогда он достигает состояния акме – «высшей ступени».

Однако здесь возникает две трудности в оценке этой готовности. Во-первых, разнится качество этого функционирования (человек может создать свою семью, но проблемную; устроиться на работу, но «платить» психосоматическими заболеваниями за негативное к ней отношение). Во-вторых, как социальное существо, человек имеет базовую потребность в

отклике других людей, поэтому даже зрелая личность может испытывать состояния, в которых важна поддержка близких. Незрелая личность, особенно в условиях социального государства, функции родительской семьи может делегировать окружающим (супругу, социальным службам и т.п.). В связи с этим при определении зрелости личности необходимо учитывать, с одной стороны, ее субъективное отношение к эффективности своего функционирования (успешность), с другой, способы реализации получаемых результатов.

Учитывая, что большинство людей в конечном итоге, так или иначе, приспособляются к самостоятельной жизни, нам кажется полезным выделять два вида зрелости: условную зрелость, как результат спонтанного формирования (развертывания способностей) конкретного человека в данных условиях, и безусловную зрелость, как продукт осознанного саморазвития личности.

Первую можно диагностировать у любого взрослого на основе фиксации факта его самостоятельного жизнеустройства (вне зависимости от успешности его жизнедеятельности и способов ее реализации). Так бомж, длительно проживающий на чердаке, является зрелым для самостоятельного бытия. Безусловная зрелость опирается на соответствие сформированности различных психических функций теоретически оптимальному, наиболее эффективному их состоянию. Именно эти теоретические модели зрелых психических функций являются тем маяком, который направляет процесс воспитания и саморазвития. Учитывая гетерохронность развития, в этом контексте можно говорить о степени зрелости отдельных сфер психики данного человека.

Рассмотрим некоторые характеристики базовых сфер психической зрелости.

Проявлением зрелой познавательной сферы будет максимально адекватное реальности мировоззрение, представляющее собой оптимальные когнитивные установки (как систему способов все более глубокой и эффективной переработки информации). Если до века интернета говорили: «кто владеет информацией, тот владеет миром», то сейчас «миром владеет» тот, кто владеет адекватным способом структурирования информации. Такая структура позволяет осуществлять анализ ситуации на высоком уровне обобщения, принимать оптимальные решения в конкретных условиях и эффективно прогнозировать последствия их реализации. Технологически для этого необходимо, в частности, развивать познавательную гибкость: свободу перехода от конвергентного к дивергентному мышлению, которое позволяет решать творческие, инновационные задачи. Соответственно, незрелое мышление будет характеризоваться фрагментарностью, ригидностью мыслительных процессов, неумением видеть целевую информацию в широком ассоциативном поле. Как результат – малый горизонт прогноза, его неэффективность, узость спектра адекватно решаемых задач.

Проявлением зрелой эмоциональной сферы будет минимизация аффективных влияний (в частности, за счет превентивного удовлетворения потребностей). Как следствие – стабильно позитивный эмоциональный фон настрое-

ния. Эмоционально зрелая личность может адекватно отражать и совладать с относительно редко возникающими эмоциями. Для этого важно понимание эмоций, как отражения пересечения внешних условий и собственных потребностей; осознание того, что эмоции порождаются самим субъектом, а не внешним миром; разделение ответственности за эмоции и их проявления в действиях; использование их для самомотивации; владение технологиями работы с эмоциями. Эмоциональная незрелость проявляется в устойчивом негативном фоне настроения; в частых, прежде всего отрицательных, эмоциях; в периодических состояниях фрустрации, разрушающих работоспособность; в неприятии «плохих», негативных эмоций; в слабом распознавании эмоций; в восприятии внешнего мира, как источника эмоций субъекта; в отсутствии потребности их прорабатывать и социально приемлемым образом выражать; в неразвитой – примитивной, обедненной, слабо иерархизированной – потребностно-мотивационной сфере.

Зрелая регулятивная сфера позволяет человеку устойчиво следовать за избранными целями (до их достижения или переформулирования в случае существенного изменения обстоятельств) на основе осознанных и продуманных, структурированных стратегических планов. Этому способствует высокий уровень обобщенности, целостности и устойчивости ценностных ориентаций; переход к более свободному, осознанному регулированию поведения, проявляющийся, в частности, в принятии на себя ответственности за его результат и в поиске новых форм поведения с учетом имеющегося опыта. При незрелой регуляции низкий уровень обобщенности ценностных ориентаций, их фрагментарность, поверхностность (зачастую они представляют собой некритично перенятые ожидания других людей) приводит к тому, что цели часто не достигаются или вообще отсутствуют; активность зависит от влияния поля (К. Левин), ситуационных импульсов; поведение обладает низкой осознанностью, субъект не берет на себя ответственность за свои действия, не пытается менять неэффективные поведенческие стереотипы.

Одним из важных компонентов зрелости человека является коммуникативная зрелость, поскольку именно она во многом обеспечивает и профессиональную успешность (поддерживающие отношения с коллегами, начальниками, заказчиками, смежниками), счастливую частную жизнь (устойчивую семью, развитого ребенка, теплый круг друзей, доброжелательность соседей) и психическое здоровье, как результат удовлетворенности жизнью.

Приведенные выше модели безусловной зрелости основных сфер психического (познавательной, эмоциональной и регулятивной) описывают качества, необходимые как для зрелой деятельности, так и для зрелого общения. То есть они являются родовыми характеристиками безусловно зрелой жизнедеятельности.

Рассмотрим некоторые конкретные проявления этих родовых характеристик в области коммуникативной безусловной зрелости.

Так в когнитивном плане особое значение приобретает уважительное отношение к различным взглядам на проблему, стремление видеть ее «другими глазами», с разных точек зрения. В эмоциональном плане – понимание того, что причиной эмоций является сам субъект, а не его партнер по общению. Необходимо умение распознавать и прорабатывать не только свои, но и чужие эмоции. В плане регуляции важно осознание того, что поведение субъекта является условием поведения его партнера, поэтому использование новых способов общения является эффективным механизмом влияния в межличностном взаимодействии.

Наряду с родовыми, коммуникативная зрелость имеет и свои видовые характеристики безусловной зрелости. Можно выделить три таких особенности [1]. Во-первых, принятие на себя ответственности за процесс и результат взаимодействия (интернальность в общении), которое проявляется как в ситуации достижений, так и в ситуации неудач в этой области. Во-вторых, безусловное самопринятие. У зрелого коммуникатора оно проявляется в выраженном, устойчивом (независящем от внешних оценок) принятии себя, высокой, адекватной и дифференцированной самооценке, что приводит к восприятию критики, как субъективного мнения партнера, которое можно использовать для саморазвития. В-третьих, отношение к партнеру, как к ценности. Оно проявляется в интересе к общению, взаимодействию с другими людьми и в терпимости к ним. Зрелый коммуникатор получает удовольствие от разнообразия индивидуальностей, взглядов, жизненных стратегий. При необходимости взаимодействия зрелый партнер ищет совместные интересы, взаимный выигрыш, а не исключительно собственный.

Незрелая коммуникативность проявляется, соответственно, в противоположных свойствах. Во-первых, в перекладывании ответственности за процесс и результат общения, особенно неудачного, на партнера (партнеров). Человек не замечает вклада своего поведения в общий контекст взаимодействия, поэтому не видит необходимости менять что-то в своих действиях, а уповает на то, что для улучшения ситуации измениться должен партнер. Поведение партнера (при недовольстве общением) вызывает сильные отрицательные эмоции, приводящие к конфликту или психосоматическим проявлениям. Экстернальность в области достижений и неудач вызывает чувство беспомощности, зависимости от другого, страх влияния. Во-вторых, у незрелого коммуникатора отсутствует безусловное принятие себя, поэтому он постоянно сравнивает себя с другими (и всегда может найти группу, сравнение, с которой приводит к грустному выводу о собственной никчемности). Стремление достигать высоких результатов во всех областях (перфекционизм) приводит к постановке нереальных целей, естественное недостижение которых, подтверждает низкую самооценку. Неудачи воспринимаются не как опыт, а как ошибки, снижают инициативу. Самовосприятие такого человека сильно зависит от оценки окружающих (является не-

устойчивым). Низкие оценки (критика) воспринимаются как генерализованная негативная характеристика личности, субъективный характер любой оценки не осознается. Поэтому критика не принимается или причиняет боль, лишаясь своей мотивирующей роли; не используется для самосовершенствования; вызывает реакцию отрицания, защиты, ответную агрессию. В-третьих, незрелый коммуникатор не умеет чувствовать себя комфортно в обществе, может не интересоваться другими, предпочитать одиночество. При другом типе незрелости люди ему интересны, но он не обогащается от разницы взглядов, а стремится принудить их жить по своим правилам, дает непрошенные советы, пытается манипулировать, чтобы заставить других следовать собственным правилам. Партнера такой человек старается использовать для достижения своих целей.

Безусловная коммуникативная зрелость формируется не у каждого взрослого, для нее требуются специальные усилия по саморазвитию [2]. В отличие от безусловной, условная коммуникативная зрелость достигается каждым человеком за счет приобретения коммуникативного опыта и личностного созревания. Она представляет собой период жизни, как правило, взрослого, когда общение удается наилучшим образом.

Для проверки вклада опыта общения (признаком которого может являться возраст) в формирование условной зрелости мы провели эмпирическое исследование связи возраста и умения успешно общаться, которое определяется уровнем развития субъекта общения с поправкой на адекватность самооценки (по методике ОРСО – Особенности развития субъекта общения) [3]. Полученные данные свидетельствуют о том, что на контингенте, включающем детей от 12 лет и старше, наблюдается достоверная положительная корреляция (на уровне значимости p меньше 0,05) между возрастом и успешностью общения (величина r критерия Спирмена $=+0,16$ для $N=1072$). В то же время у взрослого контингента (лица от 20 лет и старше) отсутствует достоверная корреляционная связь между возрастом и успешностью общения (величина r критерия Спирмена $=-0,003$ для $N=500$, p -уровень значимости больше 0,05). Иными словами у детей имеется перспектива формирования более высоких показателей коммуникативной зрелости (условной) за счет созревания (условного) познавательной, эмоциональной, регулятивной сфер психики, расширения круга общения с людьми разных возрастов и взглядов. А у взрослых уже не происходит повышения коммуникативной зрелости с приобретением опыта. Это связано, в частности, со стереотипностью поведения при взаимодействии со схожими партнерами в схожих ситуациях.

Для достижения более высокого уровня коммуникативной зрелости (безусловной) нужна целенаправленная работа по изменению этих стереотипов за счет иного видения привычных коммуникативных ситуаций.

Литература

1. Лиознова Е.В. Структура субъекта общения в свете идей Б.Г. Ананьева о субъекте // Вестник СПбГУ. 2008. Сер. 12, вып.1. С. 39–45.

2. Лиознова Е.В. Образовательный консалтинг в повышении квалификации // От декларативного знания к практике. Курск: КГМУ, 2013. С. 62–67.
3. Лиознова Е.В. Разработка и апробация метода диагностики особенностей развития субъекта общения (ОПСО) // Психологическая наука и образование psyedu.ru. Электр. журнал, 2014. № 2. – С. 334–344.

Виртуальная зрелость семейно-брачных отношений

Малиновский Е.Л., Кубанская Л.Л.

Дискурс «7—Я» призван декодировать «распутье» (лат. *discurs*) количественного «7» и качественного «Я» измерений личности в реальном и виртуальном жизненном пространстве. Реалии среднестатистической белорусской семьи с ее матэрнализмом – «Люба мамка ты мне, ажані ж ты мяне» – трудно представить вне российской феминной гиперопеки: «Я тебя слепила из того, что было, а потом что было, то и полюбила». Чего еще не достает современным супругам, так это готовности к виртуальной зрелости, то есть такому упреждающему поведению личности, которая осознает свою индивидуальность в авторском сотворении. Автор – это третья, сакральная фигура в соотношении сексуально-детородной активности с результатом самореализации взрослой личности. Вдохновенное метафизикой красоты соавторство мужа имеет мало общего с отчаянной попыткой соавтора семейной социализации. В свою очередь, вожделенному женой качеству благополучия противостоит количество мотивов достижения, которые редуцируют и унифицируют захваченные у метафизической природы символические объекты: «Столовые и детские сады – ростки коммунизма» (В. И. Ленин). Утрата критической оценки общепита и общественного воспитания равносильна утрате авторства. Вместе с тем, жена-личность – это автор, устраивающий новую виртуальную реальность: «Мудрая жена устроит свой дом, а глупая разрушит своими руками» [1, Притч 14]. Такое устройство не возможно без мужественного интеллекта. Мужество (лат. *virtus*) является атрибутом вида *homo sapiens*, а «примат интеллекта над верой» служит, по Фоме Аквинскому, первой интенцией зрелости: *cognitio dei experimentalis* есть экспериментальное постижение Бога. Утрата способности к интеллектуальному усилию равнозначна утрате виртуальной зрелости [2]. Историчекий факт, по которому мать в еврейской семье времен Иисуса Христа занималась воспитанием сына лишь до трех лет, имеет свое продолжение в ответственности отца за его нравственное становление (мусар, ивр. מוסר буквально «мораль»). С моралью ребенка отец связывает трансцендентальный взгляд на вещи, запредельные социализации. Объекты виртуальной зрелости, такие как *Ding an sich*, невидимая «Вещь в себе», в трудах Э. Канта согласуются с апперцепцией категорического императива: «Звездное небо над головой и нравственный закон внутри нас». Моральный субъект всегда согласует реальные объекты с Законом Моисея или Евангелием. Если быть уверенным, что «В на-

чале было слово», то виртуальный образ отнюдь не имитируется компьютерной анимацией, но достигается трудным личностным выбором новой гласности Духа. В то же время, так называемая «Виртуальная реальность» по определению лишь репродуцирует электрон (греч. ἤλεκτρον), то есть янтарь. Но ископаемая смола не может быть источником какой-либо реальности, являясь только символом: «Слезы моря» или «Дар солнца». Так и компьютерная технология обладает лишь «Покрывалом майи», как и янтарь покрывает тело женщины искусственными деталями стиля. Тем не менее, психологическое осмысление стиля как особого типа взаимодействия между разнообразными объектами способствует, по С.С. Хоружему, их расположению на разных иерархических уровнях, включающих в том числе специфические духовные отношения порождающего воображения и порождаемой символики [3].

Применение структурно-психоаналитической триады Ж. Лакана «Воображаемое – символическое – реальное» становится уместным в идентичности супругов относительно их виртуальной зрелости. Для того, чтобы знать, кто есть виртуальный индивидуум, не лишним будет его сравнение с таким выпреним носителем стиля, как социальный психолог, сам по себе остающийся, по сути, «голым» как андерсоновский «король» или библейская Ева в образе «Спящего социального работника», оставленного художником Люсьном Фрейдом даже без «фиговых листьев» бюджетной зарплаты. Объект созависимости психолога клиент, социализировано не пьющий, но реально аддитивный, орально фиксированный на женщине без границ, позволяющий ей верховодить и подверженный истерическому фигурированию в среде близких. Это субъект, альтернативный классическим представлениям мужа-отца как надежного суверена добра и справедливости, генератора любви и веры. Социализированный муж-сын фиксирован на анальной стадии психосексуального развития с усвоенной моделью мѹжика (с ударением на первый слог), эгоцентрика-функционера, закрученного схемой-апперцепцией на пересечении различных символических структур бессознательного. Для данной модели отношений характерна смена атрибутов: семья не является субъектом патриарха, но папа оказывается субъектом семьи в материнской школе. Сам по себе папаша не есть «Некто» иной, благородно дистанцированный как «Имя Отца» у Ж. Лакана, но, как все мамы дети, он подконтрольный заместитель символической функции: «ученик», «добытчик», «водитель», «спонсор», «аниматор». Отсюда скрытый конфликт между символическим носителем количественных ролей и воображаемым «Я» ассертивным, ибо не существует ассертивности (лат. *assertor* — защитник) без вдохновенного Богом *libido*.

В отличие от «Спящего социального работника», виртуальный психолог обладает альтернативным «рамочным» (англ. *frame*) горизонтом эмпирических возможностей семьи в мудрости *lieben und leben* – любить и жить. С точки зрения Д.У. Винникота, «достаточно хорошей теорией» служит классический психоанализ в его дополнении психотерапией объектных отноше-

ний, где центральное место отводится потребности субъекта быть сцепленным (*cohaerere*) с объектами либидо: «Где было Я, должно стать Оно», при этом любовь оставляет за собой право виртуального безумия, точнее «безумствования». Если когерентность семейных отношений характеризуется замещением *libido* поиском удовольствия, то снятие фиксации на оральном объекте предполагает психоаналитический переход к совладанию в виде якорения, при котором в качестве целостного объекта выступает виртуальная личность, свидетельствующая, например: «Каждый из вас так любит свою жену как себя самого, а жена да убьется мужа» [1, Эф 5, 33]. Исследование чувства страха как отсутствия целостного ощущения тела привело Винникота к пониманию парциального объекта как реальной топики «Я» с его мысленными репрезентациями, фантазиями, идеями, воспоминаниями, сублимирующими реальные представления в символику сцен и сентенций [4]. В наших условиях, это, например, «гречневая каша – матушка наша, а хлебец ржаной – отец наш родной»; «Для кого Церковь не мать, тому и Бог не отец» (Тертуллиан); «Царь-батюшка» и «Родина мать зовет». Признание Винникотом наличия эдиповой патологии с метафорой транспозиционных объектов способствует их расстановке по всем трех стадиям декодирования «Загадки Сфинкса»:

1. Удерживающая (*Holding*) «на четырех» фаза дикости доэдипового окружения, погружающая синкретную личность ребенка в реальный объект родительства при инцестуальном множестве отцов, которые провоцируют природный страх, отчасти снимаемый материнской грудью на фоне виртуальных фантазий «я и Он».
2. Символизирующая (*Madonna et humilis*) стадия «на двоих» с младенцем как «Социальным животным», инфантильно переживающим парциальные объекты в их реальной конфронтации к Имени Отца – Эдипов комплекс.
3. Персонифицируемый «Именем Отца» путь либидозной зрелости сына (*filio*) в правовое поле виртуальной семьи «на троих» (Отец– мать– сын).

Первое упоминание топической схемы виртуальной зрелости связано с ранневизантийской патрологией IV века. В частности, в трактате Василия Великого «Беседы на Шестоднев» обсуждается образ Божий в женщине от сотворения Евы из ребра Адамова: «Некая реальность может породить другую реальность, законы существования которой не будут сводиться к законам порождающей реальности. Бог явился Отцом ради усыновления человека» [5]. Здесь виртуальность понималась в значении вложенной в недрах Отца (гр. *Κόλπος* – влагалище) потенции Сына [1, Ин 1, 18]. Если реальное женственное качество характеризуется «чистотой» (*casta*), то виртуальное мужественное качество доблестью, а виртуальное женственное – честь, верифицируемую правовым полем семьи. Виртуальный смысл идиомы «мужественная женщина» по праву дискредитирует порочную реальность «женственного мужчины», то есть нарцисса, не сомневающегося в собственной уникальности. Картезианское сомнение в форме

dubito ergo cogito, ergo sum продолжает ныне оставаться в обойме интеллектуального развития мужчин и женщин. Но любовь, как само либидо, всегда несомненна, ибо где «со-мнение», там соблазн [1, Мф 16, 21]. Стоило только экспериментатору Ван Росему руками перенести несколько самок-улиток на другие клетки шахматной доски, как их самцы, находящиеся в соседней комнате, стали «без сомнения» менять позицию на своей доске, в точности повторяя новую расстановку самок. Подобный, только более жестокий эксперимент с улитками провел еще в 1878 г. Гуго Цайман. Когда к самке подносили проводки, ее самец, находящийся на другом берегу водоема, реагировал хвостом на удар током. Вот так метафора «Плоти от плоти моей» [ср. 1, Быт 2, 23]. Что касается «Кости от кости моей» (там же), предположим, что «ребром Адама» может на поверку оказаться ген, оперативно выключенный Богом на стадии «Глубокого сна» [1, Быт 2, 21], когда, в преддверии эпоху палеолита, неантроп стал *anima animals* или «душою живою» [ср. 1, Быт 2, 7]. Генетики утверждают, что кость в пенисе (*os penis*), имеющаяся у большинства животных (бакулом у моржа около 50 см), в том числе приматов, исчезла у наших сородичей вместе с течкой и инцестом [6]. Ее отсутствие породило, с одной стороны, сомнение мужа относительно удачного коитуса. Кость в пенисе гарантировала острые ощущения, но, жесткий и очень короткий половой акт. С другой стороны, взятие «ребра» у мужчины способствовало гиперсексуальности человека с продолжительным половым актом как части интимных, согревающих душу и стабильных, доверительных супружеских отношений. В результате «безреберья» античный муж обрел, как по Аристотелю, *anima est entelechia et forma corporis*, или душу, целесообразную для формирования тела: «Взял одно из ребер его и закрыл то место плотью» [2, Быт 2, 21]. Вожденное место или топос обретает реальный центр греческой культуры: от пояса Пенелопы до храма Парфенон (Παρθένος— Дева). Римская античность вносит в эту культуру элемент мужественной героизации. Как «виртуальность» осеменена этимолом *vir* (лат., муж), так непорочность Виргинии, (*Virginia* – взятая от мужа) овееяна легендой, по которой ее отец, плебей, не нашел другого выхода для сохранения чести дочери, как лишить ее жизни перед циничным тираном. Для бедняка, ослабленного неведением Небесного, оставался только один выход – трагедия Эдипа. Однако, с покаяния «лживого богача непорочным нищим» [1, Пр 19] начинается вдохновенная реализация веры, надежды и любви через Рождество Сына. Впервые виртуальным духовным источником человека становится потенция возм(о)жного мужества в акте непорочного деторождения. Логос кастрировал насильника и дегероизировал мужчину «Во имя Отца» [1, Ин 5, 47]. Имя становится трансфером подобия в становлении личности. Любовь – *αγάπη* – утверждает *verum corpus*, истинное тело в единстве женского, мужского и Божественного.

В конце осталось место для извечного вопроса «Зачем бояться мужа?». Полагаем, что бояться жена должна не кого, а чего – провокации собственной

оставленности как жестокой социальной реальности. Ведь для оставленной существует только социальная молитва и символическая карьера. Несчастнее этого только социальная наука с ее метанарративами без текста, ибо текст есть неразрывная ткань, «хитон» мысли и образа. Объектно–событийный подход к исследованию семейных отношений предполагает создание такой «безмятежной среды» (Я. Корчак), при которой зрелая семья обладает самодостаточным генезисом компетентности в отношении к труду и науке как «единому на потребу» [1, Лк 10, 47]; в отношении к жене как своему телу; в отношении к детям как новому миру; в отношении к супругу как «мужу по сердцу» [1, 1 Цар 13, 14]. Если невозможно человеку без конфронтации «на той единственной гражданской» (Б. Окуджава), то и здесь он всегда получит возможность выхода из экзистенциально тупикового «Процесса», решительно открыв ту единственную дверь, которую Фр.Кафка описал лично для него.

Литература

1. Библия. Книги Священного Писания Ветхого и Нового Завета. – Брюссель: «Жизнь с Богом», 1983. – 2525 с.
2. Настольная книга священнослужителя в 8 т. Т. 1. / По благосл. Св. Патр. Пимена. – М.: Московская Патриархия, 1988. – 800 с.
3. *Ромер А.* Анатомия позвоночных. В 2 т. / Альфред Ромер, Томас Парсонс // Пер. с англ. А.Н. Кузнецова, Т.Б. Сидоровой. – М.: Мир, 1992. – 406 с.
4. *Хоружий С.С.* Род или недород: заметки к онтологии виртуальности / С.С. Хоружий. О старом и новом. – СПб.: Алитейя, 2010. – С. 311–352.
5. *Шарф Д.* Основы теории объектных отношений / Шарф Джил С., Шарф Дэвид Э. – М: Когито-центр, 2009. – 304 с.
6. *Meczyslaw A. Krapec, Anrzej Marynarczyk.* Rozmowy o metafizyce / M. Krapec, A. Marynarczyk – Lublin : POLSKIE TOWARYSTWO TOMASZA Z AKWINU, 2002. – 127 s.

Роль эмпатии в профессиональной деятельности специалистов социномических профессий

Максименко Ж.А.

Известно, что профессиональное развитие человека начинается задолго до того, как он отождествит себя с определенным классом профессий. Известно также, что профессиональная деятельность во многом определяет направление дальнейшего развития личности, становится неразрывно связана с ним. Еще в исследованиях Е.А. Климова [1] отмечено влияние профессии на формирование сходных интересов, привычек, установок, манеры поведения, традиций, черт личности ее представителей. Это позволяет говорить об идентификации личности с профессией, усвоении и отражении в личности основных особенностей конкретной профессии (например, аккуратность и педантичность бухгалтера или смелость и решительность летчика).

Процесс профессиональной идентификации наиболее успешно протекает у людей, способности которых наилучшим образом соответствуют требова-

ниям профессии, у людей, проявляющих повышенный интерес к своей профессиональной деятельности и испытывающих удовлетворение от ее освоения и практической работы в выбранной профессиональной области.

Для профессиональной деятельности социальной направленности важна успешность профессионала в коммуникативной сфере, сфере социальных отношений. Переоценить значение коммуникации в современном мире практически невозможно. Любой современный человек вынужден – хочет он того или нет – взаимодействовать с другими индивидами, правда, формы коммуникации в современном мире могут быть весьма различны.

В профессиональной деятельности специалистов социономических профессий непосредственное общение присутствует непременно и часто характеризуется интенсивностью и продолжительностью. Поэтому для всех профессионалов, работающих с людьми, социальные умения и навыки составляют профессионально важные качества. Их уровень развития определяет профессиональную успешность и возможность профессиональной самореализации.

Анализируя содержание психогрaмм, описывающих модель специалиста социономического класса профессий, можно выделить одну важную характеристику. Это эмпатия.

Эмпатия – специфическое профессионально важное качество специалиста, в рамках своей профессиональной деятельности активно взаимодействующего с людьми и/или группами людей. Эмпатии посвящены многие отечественные и западные исследования, но этот феномен до сих пор остается объектом разногласий в научных исследованиях.

В истории исследования эмпатии насчитывается три этапа. На первом этапе она рассматривалась как эмоциональный феномен (Т.И. Пашукова, Borkenau P., Mogeno J.L. и др.), затем как аффективно-когнитивное явление (А.А. Бодалев, Л.А. Петровская, А.Г. Ковалев, В.П. Морозов, А.Г. Васильева, Х.Р. Живкова, Т. Шибутани, О.В. Аллаxвердова и др.), а на третьем этапе акцент делался на поведенческой природе эмпатии (С.А. Ершов, А.И. Макеева, В.А. Лабунская, М.М. Муканов, Д. Ричардсон и др.). [2].

В изучении данного феномена выделяют объект и субъект эмпатии. Объектом эмпатии является человек, на которого направлена эмпатия, субъектом – тот, кто проявляет эмпатию.

Представляется важным определить соотношение эмпатии и системы отношений человека. В этом направлении существует ряд подходов. В рамках первого подхода система отношений рассматривается как предпосылка развития и проявления эмпатии (А. Валлон, Т.П. Гаврилова, Т.И. Пашукова, Е.И. Николаева, Н.С. Курек N. Eisenberg, L.A. Sullivan). Считается, что неподдельный интерес, понимание значимости и ценности личности другого, не допускающие отчужденности, способствуют проявлению эмпатии. Исследователи данного подхода видят взаимосвязь между эмпатией и си-

стемой отношений в том, что отношения, исключаящие насилие и содержащие любовь, доверие, уважение к другому, выступают детерминантой развития и проявления эмпатии. В рамках другого подхода эмпатия рассматривается как специфический вид отношений, т.е. эмпатия понимается как совокупность отношений признания, помощи, теплоты, понимания, близости к партнеру по общению (А.К. Бохарт, Я.Л. Морено, В.В. Знаков). Представители третьего подхода уделяют большее внимание роли эмпатии как пускового механизма реализации отношений личности в процессе взаимодействия с окружающими (Г.И. Метельский, А.А. Бодалев, Т.Р. Каштанова, D.R. Richardson, N. Eisenberg). В работах исследователей четвертого направления (А.А. Бодалев, В.В. Бойко, Я.А. Лупьян) эмпатия наделяется защитными функциями. В работах последнего направления эмпатия рассматривается как способ сдерживания негативных отношений во взаимодействии с другими людьми (D.R. Richardson, G.S. Hammock, S. Smoth): нарушение эмоциональной и когнитивной компонент эмпатии ведет к агрессивным действиям в адрес окружающих.

С психологической точки зрения эмпатия может пониматься либо как психический процесс, либо как свойство личности. Ученые, определяющие эмпатию как свойство личности, придают особое значение изучению особенностей рефлексии, развития социальных чувств, направленности личности в общении, моральной и ценностной ориентации, социального интеллекта, системы отношений к другому, системы социальных способностей, способности к децентрации, просоциальной мотивации у субъектов эмпатии. Другими словами, они изучают те характеристики личности, которые являются детерминантами формирования и развития высокого уровня способностей в социальной сфере.

К эмпатическим способностям относятся: способность эмоционально реагировать и откликаться на переживания другого; способность распознавать эмоциональные состояния другого и как бы переносить себя в его мысли, чувства и действия; способность давать адекватный вербальный и невербальный эмпатический ответ на переживания другого.

Таким образом, эмпатия выступает неотъемлемой частью общения, а ее особенности служат предпосылкой понимания (или непонимания) друг друга партнерами по коммуникации. В профессиональном общении важно, что эмпатия выполняет функцию корректировки способов взаимодействия в сторону наиболее комфортных и наименее дистрессирующих способов поведения.

Эмпатия лиц, характеризующихся высоким уровнем развития социальных способностей, проявляется в том, что они дают эмоциональный отклик на переживания партнера по общению, адекватно трактуют эмоциональные состояния любой модальности (положительно и отрицательно окрашенные эмоции), демонстрируют адекватные переживаниям партнера вербальные и

невербальные реакции. Они проявляют точность и устойчивость эмпатии независимо от задачи, пола партнера и модальности ситуации, что позволяет партнерам по коммуникации быстрее и эффективнее достичь своих целей.

Это делает роль эмпатии в профессиональной деятельности специалистов социномических профессий безусловно важной и обуславливает необходимость поддержания достаточного (высокого) уровня эмпатических способностей на протяжении всего периода их профессиональной деятельности.

Так, профессиональная идентификация в классе социномических профессий тесно связана с включением в свой профессиональный образ эмпатических характеристик. В противном случае этот процесс затрудняется, либо становится в принципе невозможен и завершается отказом от профессиональной деятельности в этой области.

Литература

1. *Климов Е.А.* Психология профессионального самоопределения. Ростов н/Д, 1996.
2. *Лабунская В.А. Менджерцицкая Ю.А., Бреус Е.Д.* Психология затрудненного общения: Теория. Методы. Диагностика. Коррекция. М., 2001.

Проявление высших творческих способностей в разные возрастные периоды

Ожиганова Г.В.

Современное общество, достигшее высокий уровень информационного и технологического обеспечения расширяет возрастной диапазон проявления и развития разнообразных способностей, включая и высшие творческие. Актуальным для психологической науки становится изучение высших творческих способностей в разные возрастные периоды.

Наиболее исследованным является детский возраст – тема детской одаренности (Ю.Д. Бабаева, Н.С. Лейтес, А.М. Матюшкин, М.А. Холодная, Е.И. Щербланова, Д. Саймонтон, и др.). Общеизвестными и привлекающими внимание исследователей являются факты проявления высших творческих способностей в раннем детском возрасте. Например: музыкальная одаренность проявилась у В.А. Моцарта уже в 3 года, у И. Гайдна – в 4. Талант живописца у И. Репина – в 5 лет, у Рафаэля в 8 лет. К. Брюллов поступил в Академию художеств в 9 лет. А.С. Пушкин начал сочинять стихи в 8 лет, Н.А. Некрасов – в 9 лет. В области физики и математики А. Ампер и К. Гаусс проявили свои способности в 4 года.

С другой стороны, известны и поздние проявления высших творческих способностей – создание выдающихся художественных произведений только в зрелом возрасте: И.А. Гончаров после 35 лет, И.А. Крылов после 40 лет, С.Т. Аксаков после 50 лет, П. Гоген после 40 лет, а также факты творческого долголетия и творческой продуктивности после 70 лет.

Задачей нашего исследования является следующее: рассмотреть возможности проявления высших творческих способностей в двух контрастных по возрасту группах (детский возраст и пожилой, преклонный возраст).

Обратимся к анализу условий творческих проявлений в детской возрастной группе. К сожалению, основные данные в изучении психологии творчества получены исходя из исследований креативности, которую, с нашей точки зрения, можно рассматривать лишь как один из аспектов высших творческих способностей, скорее связанный с проявлением интеллекта.

Итак, более высокая креативность была установлена у детей, которые учились в школах, отличающихся неформальной атмосферой и организацией обучения, по сравнению со школами, где обучение было формализованным (Ф. Хеддон, Г. Литтон). Согласно Е.Л. Григоренко и Б.И. Кочубей, изучавших влияние генотипа и среды на развитие креативности детей, высокий уровень креативности был выявлен у детей с широким кругом общения и демократическим стилем взаимоотношения с матерью. В исследованиях Д. Саймонтона отмечена особо важная роль социо-культурного влияния на раннем этапе становления одаренной личности (детский и подростковый возраст) по сравнению с внешними воздействиями в более поздние возрастные периоды. В исследовании Н.В. Хазратовой было зафиксировано возрастание креативности детей в зависимости от уменьшения регламентации среды.

В проведенном нами исследовании креативности детей младшего школьного возраста на основе ситуационного подхода изучалось проявление творческих способностей, исходя из специальных условий: в свободной ситуации и в ситуации регламентированной деятельности. Было установлено, что творческая активность детей сильно различается в зависимости от внешних обстоятельств. В свободной ситуации проявления высших творческих способностей были очень значительными, ярко выраженными, в регламентированной ситуации минимальными или отсутствовали полностью. Свободная ситуация в нашем эксперименте была организована специальным образом. Приведем ее модель.

Значимый взрослый (учитель):

- создает свободную творческую атмосферу;
- часто демонстрирует образец креативности;
- устанавливает S-S отношения с детьми:
 - а) демократизм в общении и отношениях с детьми (каждый ребенок воспринимается как творческая личность);
 - б) эмоциональный контакт с детьми;
 - в) творческое взаимодействие с детьми (взрослый поощряет креативность детей, развивает ее, подавая новые идеи, демонстрирует образец креативности по просьбе ребенка);
 - г) создает обстановку свободы выбора (предлагает детям свои идеи, оставляя за ними право принять их, развивать их в самостоятельной творческой работе или отвергнуть);

- д) создает возможность самостоятельного выбора ребенком творческого задания, вида творческой работы, формы и содержания творческого продукта (ребенок получает возможность заниматься деятельностью, которая ему интересна и приносит удовольствие);
- е) не обязывает детей выполнять творческую работу, а только предлагает (отсутствие санкций за невыполнение ребенком задания, предложенного взрослым; отсутствие лимита времени при выполнении творческой работы);
- ж) не ставит оценки за созданный ребенком творческий продукт;
- з) словесно поощряет любые творческие проявления ребенка.

В регламентированной ситуации эти условия полностью отсутствовали.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что в детском возрасте креативные проявления и развитие высших творческих способностей возможны благодаря специально организованной среде, т.е. средовой фактор, внешние обстоятельства играют важную, порой определяющую роль.

Исследования, посвященные изучению проявлению высших творческих способностей в позднем возрасте немногочисленны, и эта тема нуждается в разработке.

Важными представляются вопросы, сохраняется ли творческая активность и продуктивность в пожилом и преклонном возрасте, и каковы условия, которые необходимы для творческих проявлений в этот период. Приведем методологические предпосылки нашего анализа.

Исходя из процессуально-динамического подхода, использованного С.Л. Рубинштейном для исследования мышления, им был сделан вывод, что основная характеристика психического – процессуальность, т.е. психика всегда пребывает в форме процесса, который является непрерывным, изменчивым, гибким, обусловленным постоянным взаимодействием с окружающим миром. Эта концепция получила развитие в трудах А.В. Брушлинского, а также Л.И. Анцыферовой, согласно которой процессуальный подход способствует пониманию психологических механизмов, тех «тонких движений души», которые реализуют прогресс мышления, развитие мотивации, совершенствование саморегуляции, изменение представлений о себе. Таким образом, процессуально-динамический подход позволяет нам предполагать, что благодаря фактору процессуальности психики, ее гибкости, пластичности, изменчивости возможно осуществление творческой активности и проявление высших творческих способностей в пожилом и преклонном возрасте. Кроме того, субъектный подход, разработанный А.В. Брушлинским, позволяя рассматривать человека с точки зрения его высших возможностей, создает предпосылки для расширения горизонтов развития личности, ее плодотворной деятельности, включая творческую, даже в преклонном возрасте. Согласно Брушлинскому, субъектность характеризует высший уровень бытия (самоопределения, саморазвития, свободы и т.д.).

Находясь на таком уровне, по нашему мнению, человек способен не только на физическое, но и творческое долголетие. Мы считаем, что высшие творческие способности связаны с мотивацией творческого самовыражения, реализующейся в создании оригинального, социально значимого творческого продукта, а также в творческом отношении к действительности, при этом творческая активность усиливает интерес к продлению жизни и открывает доступ к скрытым ресурсам.

Обратимся к исследованию, представленному А.А. Бодалевым, Л.А. Рудкевичем [1], целью которого было изучение возрастной динамики творческой продуктивности в области науки или искусства. Использовался историографический метод, разработанный К. Кокс, и биографический метод, разработанный Ш. Бюллер, основанный на изучении биографий людей, занимающихся творческой деятельностью. С помощью этих методов было проведено изучение 866 биографий представителей европейской науки и искусства. Исследователями ставились следующие задачи: установление периода максимальной продуктивности, а также выявление изменений в стиле, характере занятий. Изучались различные факторы, влияющие на творческую активность: сочетание творчества с другими видами деятельности (учебной, педагогической, общественной и др.); переквалификация (если она имела место); общественное положение, признание заслуг творческой личности обществом, ее мировоззрение, состояние физического и психического здоровья и многие другие обстоятельства.

Результаты, проведенного исследования свидетельствовали о следующем:

- у наиболее выдающихся деятелей науки и искусства спад отмечается не чаще, чем в 10–35 % всех исследованных биографий. Положительная корреляция длительности периода оптимальной продуктивности со значимостью творческого работника, т.е. уровнем его творческого потенциала является важным научным фактом;
- окончание периода оптимальной продуктивности, как и окончание творческого труда в целом, у наиболее выдающихся ученых и деятелей искусства происходит обычно позже, чем у менее выдающихся;
- у представителей творческого труда редко наблюдается спад продуктивности в годы, предшествующие смерти; напротив, у наиболее выдающихся деятелей науки и искусства в эти годы часто происходит подъем продуктивности [1].

Таким образом, результаты этого исследования свидетельствуют о том, что проявление высших творческих способностей возможно и в пожилом, и в преклонном возрасте, тем более что этому есть примеры: Верди создал комическую оперу «Фальстаф» в 80 лет. Тициан продолжал создавать свои шедевры после 90 лет. В 95 он написал «Оплакивание Христа» – одну из лучших своих картин. В преклонном возрасте продолжали творить Платон, Вольтер, И. Кант, В. Гете, Б. Шоу, Микеланджело, К. Моне, О. Ренуар, Ч. Дарвин, И. Ньютон, Т. Эдисон и др.

Согласно исследованиям, проведенным Л.А. Рудкевичем, в пожилом и старческом возрасте появляется склонность к обобщениям, к созданию теорий, к теоретическому осмыслению накопленного опыта. У творческого человека в этот период, как правило, высокое общественное положение. Совмещающая административную, учебную и общественную деятельность в поздние годы жизни, такие люди значительно продлевают работоспособность.

Интересными являются факты, когда творцы в пожилом возрасте, сталкиваясь с неблагоприятными для творчества условиями, продолжали вести активную творческую жизнь. Известно, что Л. Бетховен, несмотря на полную потерю слуха, в пожилом возрасте продолжал творить чудесную музыку. Главными созданиями последних лет его жизни стали два монументальных сочинения – «Торжественная месса» и Симфония № 9 с хором.

Важно подчеркнуть, что проявление творческих способностей и осуществление творческой работы в пожилом возрасте возможно не только у выдающихся деятелей, но и у обыкновенных людей. В исследовании, проведенном В.А. Наумовой, было установлено, что включение пожилых людей в творческую деятельность позволяет активизировать их скрытые возможности, способствующие достижению гибкости поведения, конструктивному принятию субъективного и объективного мира, актуализации творческого потенциала, повышению самооценки и активности в целом [2].

Таким образом, можно сказать, что проявление высших творческих способностей в пожилом и преклонном возрасте возможно и вполне реально. Оно отличается от детского возраста тем, что не требует специально организованных благоприятных условий, и порой само творчество служит средством, чтобы преодолеть жизненные трудности и противостоять ограничениям, накладываемым поздним возрастом.

Литература

1. Бодалев А.А., Рудкевич Л.А. Как становятся великими или выдающимися. М., 2003.
2. Наумова В.А. Творческая активность как потенциал личностной динамики в период позднего онтогенеза // Сибирский психологический журнал. 2013. № 49. С. 113–125.
3. Ожиганова Г.В. Диагностика и формирование креативности у детей в процессе учебной деятельности // Психологический журнал. 2001. № 2. С. 75–85.

Когнитивные технологии на этапе освоения профессии

Острик А.А., Пряжникова Е.Ю.

Инновационное развитие современного общества способствует соответствующему конвергентному развитию информационных технологий, нанотехнологий, биотехнологий, когнитивных технологий, кумулятивный эффект которых открывает небывалые возможности и средства для преобразования человека и социума.

Терминологические аспекты понятия «когнитивные технологии» описаны в трудах В.И. Комашинского, Н.А. Соколова [8], Г.Г. Малинецкого [9], Б.М. Величковского и А.В. Варгановах [7]. Такие технологии трактуются либо, как «технологии интерфейсов между человеком и вычислительными системами» (Б.М. Величковский), либо, как когнитивные системы («cognitive system»), разрабатываемые с целью получения новых знаний, интеллектуальной обработки данных, обмена информацией, принятия решений и развития когнитивных способностей. Финансовый словарь дает определение понятию когнитивные технологии как «информационные технологии, специально ориентированные на развитие интеллектуальных способностей человека. Когнитивные технологии развивают воображение и ассоциативное мышление человека».

Для уточнения определения «когнитивные технологии» необходимо обратить внимание на суть когнитивного подхода, который заключается в «совокупности тем, связанных с переработкой людьми информации о себе и окружающем мире» (Ричард С. Аткинсон). За основу нашего определения мы возьмем терминологию Г.Г. Малинецкого, который рассматривает когнитивные технологии как способы и алгоритмы достижения целей субъектов, опирающиеся на данные о процессах познания, обучения, коммуникации, обработки информации человеком и животными, а также на представление нейронауки, на теорию самоорганизации, компьютерные технологии, математическое моделирование элементов сознания, ряд других научных направлений, еще недавно относившихся к сфере фундаментальной науки. В отличие от Г.Г. Малинецкого для нас существенно тесная связь когнитивных технологий с информационными технологиями, являющимися эффективным средством когнитивного развития. Поэтому в соответствии с нашими целями, определим когнитивные технологии, как способы и когнитивные техники развития личности, опирающиеся на данные о процессах познания, обучения, коммуникации, обработки информации человеком, а также достижения современной науки и информационных технологий.

Определение «когнитивные техники» в известных нам литературных источниках отсутствует. Под когнитивными техниками мы понимаем диагностические и терапевтические методики когнитивной терапии с применением информационных технологий, которые открывают доступ в когнитивную организацию человека. Синтез информационных технологий и когнитивных техник в рамках единой когнитивной технологии расширяют возможности их применения для развития личности.

На этапе освоения профессии формирование зрелости личности является предпосылкой для успешной самореализации и высоких профессиональных достижений и характеризуется развитием духовных, интеллектуальных и физических способностей человека [11], освоением общественного опыта, в результате которого происходит формирование новых мотивов, потребностей и

их преобразование и соподчинение в процессе переживания или проживания [2], проявлением высокой ответственности, социальной активности гуманистической направленности, заботой о людях [5], приобретением навыков саморегуляции поведения и отношений, готовности к самораскрытию, наличием результатов в трудовой деятельности.

Экспоненциальный рост числа пользователей информационно-коммуникативными технологиями, обуславливает необходимость оптимизации процесса формирования зрелости личности на этапе освоения профессии средствами когнитивных технологий и техник.

Накоплен значительный опыт применения когнитивных технологий в измерении познавательных процессов, в организации и развитии перцептивных процессов (В.А. Барабанщиков) [7], исследовании познавательных процессов (Б.М. Величковский). Исследования С.И. Масаловой в различных когнитивных моделях описывают когнитивный аспект как инновационный потенциал в повышении квалификации педагогов. В работах Е.В. Нечитайловой представлен медиаурок, разработанный на основе когнитивной обработки информации в процессе использования медиатекстов Интернет. Отмечается становление когнитивной географии (Г.Н. Каропа, П.В. Тетерев), выдающимися предшественниками которой были: К. Зауэр, Дж. Райт, У. Кирк, Г. Уайт, Л. Гумилев. В литературе исследовался лингвокогнитивный аспект волшебной сказки на материале английского и русского языков (У.Л. Кшеневская, Новосибирский государственный университет). Впервые с позиций когнитивного подхода проводился анализ учебных пособий школьного курса «Основы религиозных культур и светской этики» (А.Б. Изюмский).

Когнитивные технологии применяются и в истории. Теория и методология когнитивной истории, разработанная выдающимся российским ученым О.М. Медушевской (1922–2007), стала результатом научного синтеза ряда новых и вполне традиционных направлений гуманитарного знания – информатики и так называемых когнитивных наук (изучающих человеческое мышление), с одной стороны, и историографии, источниковедения, структурной лингвистики, антропологии – с другой. Новый синтез теории информации и методологии классического источниковедения, получил особое развитие в России XX века.

Исследования профессора Роджера Шенка (США), руководителя организации Socratic Arts, одного из основоположников исследований в областях искусственного интеллекта и компьютерного моделирования механизмов мышления сконцентрировались на проблемах образования, где основной своей целью он считает научить обучающихся «когнитивным умениям и навыкам». Большой практический опыт Израильского исследователя Б. Шварца – педагога и одного из авторов специальной программы оптимизации школьного обучения (Kishurim, 1998) применяет когнитивные технологии в процессе дискуссии, способствующей развитию аргументации и диалогового мышления

обучающихся. Для реализации данной программы используется графическая компьютерная среда Digalo [10].

Ярким примером создания и применения когнитивных технологий в практической деятельности отечественных исследователей послужили различные инновационные модели когнитивных технологий образования. Автор и разработчик когнитивной образовательной технологии (технологии интеллектуального развития учащихся) Бершадский М.Е. совместно с Гузеевым Е.Е., Бершадской Е.А. и Нестеренко А.А., создали и внедрили эффективные когнитивные технологии такие как: Образовательная технология ТОГИС (формирование компетентностей с максимальным использованием ресурсов интернета. Автор В.В. Гузеев); Интегральная образовательная технология (деятельностное обучение с индивидуальными траекториями освоения материала). Автор В.В. Гузеев; проблемно ориентированная технология на базе Общей теории сильного мышления (эффективные методы решения задач и разрешения проблем). Автор А.А. Нестеренко; технология интеллект-карт (индивидуально- и личностно-ориентированное обучение, основанное на визуализации процессов мышления учащихся). Авторы Е.А. Бершадская и М.Е. Бершадский [4]. Постоянно действующий мониторинг применения когнитивной образовательной технологии показал ее высокую эффективность и практическую значимость.

По нашему мнению, это достаточно успешная образовательная технология, которая может быть взята за основу при разработке моделей когнитивных технологий, способствующих формированию зрелости личности на этапе профессионального определения.

Таким образом, проведенный анализ работ по применению когнитивных технологий для развития личности показывает, что в практической деятельности психологов достаточно развиты диагностические средства и практически отсутствуют когнитивные технологии и когнитивные техники, которые способствовали бы развитию и формированию зрелости личности на этапе освоения профессии. Не претендуя на всестороннее разрешение проблемы применения когнитивных технологий и техник, как эффективного инструментария в процессе формирования зрелости личности, обозначим ряд актуальных задач, требующих решения.

1. Построить логико-смысловые модели, использующие многомерный анализ развития личности на этапе формирования зрелости.
2. Разработать комплекс когнитивных техник, способствующих профессиональному определению.
3. Создать информационно-аналитический портал для внедрения когнитивных техник в информационное пространство, объединяя образовательные учреждения различных уровней и работодателей в единую информацион-

ную структуру, способствующую профессиональному определению личности в процессе формирования ее зрелости.

Литература

1. *Барабаничиков В.А.* Психология восприятия. Организация и развитие перцептивного процесса. М.: Когито-Центр, 2006.
2. *Божович Л.И.* Личность и ее формирование в детском возрасте. – М., 1968.
3. *Бершадский М.Е.* Введение в когнитивную технологию обучения // Школьные технологии. – 2011. – № 4. – С. 34–40.
4. *Бершадский М.Е.* Возможные направления интеграции образовательных и информационно-коммуникационных технологий // Педагогические технологии. – 2006. – № 1. – С. 29–50.
5. *Бодалев А.А.* Вершина в развитии взрослого человека: характеристика и условия достижения Текст / А.А. Бодалев. М.: Флинта: Наука, 1998. – 167 с. – ISBN 5–89349–105–Х.
6. *Божович Л.И.* Проблемы формирования личности: избранные психологические труды Текст / Л.И. Божович, под ред. Д.Ю. Фельдштейна; Российская акад. обр. – 3-е изд. – М.: МПСИ; Воронеж: МОДЭК, 2001. – 349 с. (Психологи отечества). – ISBN 5–89502–210–3.
7. *Величковский Б.М.* Когнитивная наука: Основы психологии познания. В 2 т. Т. 1. – М.: Смысл: Издательский центр «Академия», 2006. – 448 с.
8. *Комашинский В.И., Соколов Н.А.* Когнитивные системы и телекоммуникационные сети. Вестник связи. 2011. № 10.
9. *Малинецкий Г.Г., Маненков С.К., Митин Н.А., Шишов В.В.* Когнитивный вызов и информационные технологии. Препринт ИПМ, 2010. № 46.
10. *Schwarz B. B., De Groot R.* Argumentation in a changing world // Computer-Supported Collaborative Learning. 2007. № 2.
11. Словарь / Под ред. А.В. Петровского и М.Г. Ярошевского. – М.: Политиздат, 1990.

К психологическому портрету современного специалиста в области психолого-педагогической деятельности

Пакулина С.А.

Психологический портрет современного специалиста в области психолого-педагогической деятельности, как зрелой личности невозможно описать без рассмотрения его адаптационных способностей. Процесс адаптации задает границы ее самоактуализации, жизнестойкости и психологического благополучия.

Универсальной научной схемы, исчерпывающим образом разрешающей весь комплекс приспособительных проблем педагогов в психолого-педагогической деятельности не может существовать.

В общей теории адаптации личности ее процесс и результат не рассматриваются в единстве психологического содержания и механизмов.

Психологическое содержание адаптации – это уровневая организация рефлексивно-мотивационных процессов актуализирующихся в ситуациях адаптации по отношению к психолого-педагогической деятельности. Психологический механизм адаптации (формы адаптации) – это целостное структурное

образование зрелой личности, закрепившееся в деятельностном опыте приспособительной активности в процессе разрешения профессиональных ситуаций адаптации. Они обеспечивают непрерывность и последовательность развертывания процесса адаптации. Возникновение противоречий между содержанием адаптации и психологическими механизмами, взаимопереходы содержания и механизмов: «наполнение» старой структуры психологических механизмов новым содержанием, обратное воздействие психологических механизмов на содержание адаптации – важный компонент диалектической теории развития зрелой личности.

Психолого-педагогическая деятельность на высшем моделирующем уровне продуктивности предъявляет особые требования к педагогу в мастерстве руководства процессом адаптации учащихся и сопротивлению эмоциональному выгоранию.

А.А. Налчаджян в своих работах делает важное методологическое замечание, что для понимания особенностей адаптивного процесса педагога, следует учитывать тот уровень адаптированности, отталкиваясь от которого он начинает новый виток адаптивной активности в ситуациях адаптации [2].

В отечественной психологии модель уровней адаптации нашла отражение в концепции психических уровней А.Ф. Лазурского [1]. Низкий психический уровень дает нам индивидуумов недостаточно приспособленных, средний уровень – приспособившихся, представителей высшего уровня можно назвать приспособляющимися.

По основанию ситуационно-надситуативная приспособительная активность, психологические механизмы адаптации мы разделяем на три группы:

1. механизмы психологической защиты «от ситуации», защитная функция при сохранении ситуации;
2. механизмы совладающего поведения – «в ситуации», совладающая функция при сохранении ситуации, но с изменением эмоционального состояния;
3. механизм преодолевающей адаптации – «над ситуацией», преодолевающая функция преобразования ситуации или изменением отношения к ней [3].

Механизм преодолевающей адаптации – это целостное структурное образование личности педагога, закрепившееся в опыте психологического преодоления, структуру которого составляют высшие механизмы психологической защиты и проблемно-ориентированные coping-стратегии. Организуясь в структуру защитно-преодолевающего комплекса, он становится источником ресурсов адаптации современного специалиста в области психолого-педагогической деятельности.

В структуре психологического механизма адаптации педагогов обнаруживаются тесные связи с ситуациями адаптации. Механизмы психологической защиты больше ориентированы на ситуацию, включаясь автоматически. Coping-стратегии имеют больше качественных особенностей (личностно-ори-

ентированы) и тем самым расширяют репертуар психологических механизмов адаптации. Между защитами наблюдается высокая когерентность связей (интегрированность) корреляционной, факторной и кластерной структуры, в копинг-стратегиях – высокая дивергентность – дифференцированность.

Рассматривая структуру механизма преодолевающей адаптации педагогов, методом контент-анализа типичных ситуации адаптации в профессиональной деятельности педагога, корреляционного, факторного и кластерного анализа рефлексивно-мотивационного содержания мы выявили группу различий (Табл. 1).

Все выявленные отличия и составляют то особенное в портрете современного специалиста связанное с областью психолого-педагогической деятельности.

Таблица 1

Различия механизмов психологической защиты и копинг-стратегий

Основание	Механизмы психологической защиты	Coping-стратегии
Эмоциональная насыщенность	(от 0 до 50) низкая	(0–120), высокая
Количество единиц анализа	3	6
Эмоционально-лексическое содержание	экстраверсия, самоконтроль, независимость, агрессия, деятельность, эгоизм	самоконтроль, интеллект, независимость, правдивость, деятельность, экстраверсия, доминантность, агрессивность, эгоизм, практичность, демонстративность, доброжелательность.
Категории эмоционально-лексической нагрузки	мотив достижения, центрированность «Я»	мотив достижения, центрированность «Я», паранойяльность, мотив достижения успеха, рациональный канал и обработка, гностические ценности
Ведущая характеристика	экстраверсия	интеллект
Акцентуации	менее выражены	более выражены
Психоаналитическая символика	жизнь, архетипичность	агрессивность
Мотивы	мотив страха отвержения	мотив избегания неудачи, власти
Инструментальная деятельность	по типу движения	по типу ретрансляции
Информация	преуменьшение информации	–
Каналы восприятия	–	рациональный канал
Передвижение	через, реверс, передвижение внутрь	вверх, «к»
Пространство	ориентация вверх	ориентация назад
Организация событий	следственная	
Время	–	после, определенное и неопределенное

Основание	Механизмы психологической защиты	Coping-стратегии
Логические операции	сравнение по общности и подобию	–
Свой-чужой	свой	–
Ценности	зло	добро, ум, глупость
Доминантная группа	компенсация, отрицание, рационализация, проекция.	самоконтроль, бегство-избегание, планирование решения проблемы, положительная переоценка.
Пределы напряженности	ОЗН=30–60 %, Квз=40–60 %, Кнз =30–50 %. Низкие границы ≤ 40, высокие ≥ 60 %. Типичный средний показатель напряженности для МПЗ 47 %	Средние 45–65 %. Низкие границы ≤ 45 %, высокие ≥ 65 %. Типичный средний показатель напряженности 60 %.
Плотность связей в корреляционной структуре ЗПК	Высокая (108:93; 323:230) Количество связей между МПЗ и стратегиями при доминировании МПЗ 1:2 (41:67; 323:531).	Низкая (93:108; 531:506) Количество связей между МПЗ и стратегиями при доминировании копинг-стратегий 1:3 (28:65; 230:506).
Высокая плотность связей	Компенсация	Ответственность, планирование и переоценка
Плотность связей в рефлексивно-мотивационной составляющей	Сильная: средний уровень адаптированности (58) и низкий уровень профессиональной мотивации (57)	Слабая: высокий уровень адаптированности (30) и высокий уровень профессиональной мотивации (51)
Степень самостоятельности (медианные средние показатели)	автономные: неопределенные; зависимые (соотношение % 42:34:50)	автономные: неопределенные; зависимые (соотношение % 54:55:58)
Исключение в опросниках	Отрицание	Бегство-избегание
Корреляционная структура	Линейная	Разветвленная

Литература

1. Лазурский А.Ф. Избранные труды по общей психологии. Психология общая и экспериментальная / А.Ф. Лазурский. – СПб.: Алетей, 2001. – 288 с.
2. Налчаджян А.А. Психологическая адаптация: механизмы и стратегии / А.А. Налчаджян. – М.: Эксмо, 2010. – 368 с.
3. Пакулина С.А. Преодолевающая адаптация: системообразующий фактор и условие формирования самостоятельности студентов в вузе / С.А. Пакулина. М.: Изд-во СГУ, 2010. – 340 с.

Взаимосвязь механизмов психологической защиты и временной перспективы в период средней зрелости

Петрушова И.В.

В данной работе исследуются особенности временной перспективы в период средней зрелости и наличие взаимосвязи между механизмами психологической защиты и временной перспективой. Изучению механизмов пси-

хологической защиты посвящено много исследований и трудов (З. Фрейд, А. Фрейд, Э. Фромм, К. Хорни, Э. Берн, Р. Плутчик, Г. Келлерман, Е.С. Романова, Л.Р. Гребенников и др.). Согласно исследованиям, нереализованные на определенных этапах развития базисные психологические потребности индивида блокируются и приводят к сверхинтенсивному использованию защитных механизмов. Напряженность психологических защит растет, и это влияет на качество жизни, социальную адаптацию в новых условиях, затрудняет психическое развитие личности [3]. Механизмы психологической защиты неизбежно проявляются при психологическом консультировании, искажая субъективную реальность индивида, и, по сути, становятся мишенью в работе психолога. Специалист помогает устанавливать контакт с реальностью, учит прояснять отношения, налаживать контакт с социальным окружением, присваивать свои неосознаваемые качества и черты, изменять психологические защиты на более зрелые и конструктивные.

Важную роль в психологическом благополучии играет присущая индивиду установка относительно времени, связанная с его концентрацией на прошлом, настоящем или будущем. Значимо, какими красками окрашены для него воспоминания о прошлом, радостны они и приятны, или же печальны и полны сожалений. Каким он видит настоящее: полным возможностей для получения удовольствия, или же состоящим из ограничений и препятствий, на которые человек не может повлиять. Как далеко простирается его взгляд в будущее, насколько удалены во времени его планы и мотивирующие цели [2]. В своем исследовании мы опираемся на труды зарубежных и отечественных ученых (К. Левин, Ф. Зимбардо, Ж. Нюттен, Н.Н. Толстых). Из пяти временных ориентаций, выделенных Ф. Зимбардо, наиболее негативное влияние на благополучие личности оказывают ориентации на негативное прошлое и на фаталистическое настоящее. Благоприятным же считают сочетание ориентаций на позитивное прошлое, гедонистическое настоящее и будущее. При такой установке человек может опираться на ресурс прошлого, планировать цели в будущем и получать энергию в настоящем. Современные исследования в этой области показывают, что временная перспектива взаимосвязана с уровнем агрессивности, депрессивности, энергичности, склонностью к употреблению наркотиков и алкоголя, самоуважением, тревожностью, уровнем счастья, состоянием здоровья и другими факторами [1]. Изучение личностных факторов, влияющих на успешную адаптацию в новой среде и на психологическое благополучие личности, остается актуальным в психологической науке и практике.

Цель исследования – изучение взаимосвязей между механизмами психологической защиты и временной перспективы в период средней зрелости.

Общая гипотеза: существует взаимосвязь между механизмами психологической защиты и временной перспективой. Частные гипотезы: 1) люди с бо-

лее напряженными психологическими защитами имеют более выраженную ориентацию на негативное прошлое и фаталистическое настоящее; 2) люди с более примитивными психологическими защитами имеют более выраженную временную ориентацию на негативное прошлое и фаталистическое настоящее.

Описание выборки исследования. В исследовании приняли участие 70 человек в возрасте от 30 до 40 лет, из них 52 женщины и 18 мужчин. В основном это люди с высшим образованием (89 %), состоят в семейных отношениях (57 %), работают (86 %) и работают по своей профессии (56 %), у них есть дети (70 %). Часть респондентов работает по фиксированному графику в течение полного рабочего дня (44,3 %), часть по свободному графику (30 %), также представлены владельцы собственного бизнеса (11,4 %) и неработающие домохозяйки (12,9 %).

Методическое обеспечение исследования: методика индекса жизненного стиля для диагностики типологий психологической защиты (Р. Плутчик в адаптации Л.И. Вассермана, О.Ф. Ерышева, Е.Б. Клубовой и др.), опросник для изучения временной перспективы (Р. Zimbardo, J. Boyd в адаптации А. Сырцовой, О.В. Митиной), метод мотивационной индукции (J. Nuttin в адаптации Н.Н. Толстых), метод каузометрии для описания кейсов (А.А. Кроник, Р.А. Ахмеров), авторская анкета участника исследования.

Описание результатов исследования. Средние показатели значений механизмов психологической защиты (в баллах): отрицание – 5,39, вытеснение – 3,37, регрессия – 5,29, компенсация – 3,66, проекция – 6,4, замещение – 3,64, интеллектуализация – 5,06, реактивные образования – 2,6. Полученные данные отличаются от данных авторов апробации методики на российской выборке. Наиболее выраженные защиты (в процентном отношении) в нашем исследовании – отрицание, компенсация, регрессия и замещение. Среднее значение общей напряженности защит (далее – ОНЗ) составляет 36,4 %. Количество респондентов с неявно выраженными психологическими защитами (ОНЗ ниже чем 25 %) составляет 15,7 %, со средне выраженными защитами (общая напряженность психологических защит от 25 до 40 %) – 45,7 %, сильно выраженные защиты (40–58 %) выявлены у 38,6 % респондентов.

Средние значения показателей временной перспективы: негативное прошлое – 2,67, гедонистическое настоящее – 3,41, будущее – 3,59, позитивное прошлое – 3,57, фаталистическое настоящее – 2,58. Эти средние значения очень близки к нормативным, указанным авторами апробации методики для возрастной группы 30–40 лет. Средняя протяженность временной перспективы у наших респондентов – 8,8 лет.

Результаты корреляционного анализа. При проверке гипотезы о взаимосвязи между ОНЗ и временной ориентацией были выявлены значимые связи. Существует положительная корреляция между ОНЗ и ориентацией на негативное прошлое, а также ориентацией на фаталистическое настоящее.

Таким образом, можно предположить, что чем более напряженны защиты, тем больше человек ориентируется на неблагоприятную временную перспективу. Если же говорить про отдельные механизмы защиты, выявлена положительная корреляция между регрессией и ориентацией на негативное прошлое, фаталистическое настоящее и гедонистическое настоящее. Замещение положительно связано с негативным прошлым и фаталистическим настоящим. Временная ориентация на будущее положительно связана с такими защитами, как проекция и реактивные образования. Взаимосвязей других механизмов защит с временной ориентацией нами выявлено не было. Также не было выявлено связи между ориентацией на положительное прошлое, протяженностью временной перспективы и механизмами психологической защиты.

Выводы:

1. Отрицательное влияние на психологическое благополучие личности имеет совокупность таких факторов, как выраженность психологических защит (ОНЗ) и временная ориентация на негативное прошлое и фаталистическое настоящее. Индивид неадекватно оценивает реакции окружающих людей, склонен видеть опасность там, где ее нет, полон невысказанных обид и сожалений о прошлом, не чувствует себя способным влиять на ход своей жизни.
2. Наше исследование показало, что более примитивные психологические защиты связаны с неблагоприятной временной ориентацией. При этом более зрелые защиты связаны с благоприятной временной ориентацией. Таким образом, мы можем предположить, что неблагоприятное развитие защитных механизмов на ранних этапах онтогенеза более негативно сказывается на психологическом благополучии личности, в том числе и на присущей индивиду временной ориентации.

Полученные результаты могут быть использованы в индивидуальном консультировании в целях улучшения качества жизни и повышения социальной адаптации. Мы предполагаем, что в процессе психологического консультирования и работе с механизмами защиты временная перспектива меняется на более сбалансированную, происходит переоценка прошлого и отношения к нему, также возрастает вовлеченность и способность управлять своей жизнью.

Литература

1. *Зимбардо Ф., Бойд Д.* Парадокс времени. Новая психология времени, которая улучшает вашу жизнь. // СПб.: Речь, 2010.
2. *Нюттен Ж.* Мотивация, действие и перспектива будущего. – М.: Смысл, 2004.
3. *Романова Е.С., Гребенников Л.Р.* Механизмы защиты как специфические средства решения универсальных проблем адаптации // Самосознание и защитные механизмы личности. Хрестоматия / Под ред. Д.Я. Райгородского. – Самара: Издательский Дом «БАХРАМ-М», 2008.

Жизненные ценности работающего человека в провинции

Подобина О.Б.

Стиль жизни нашего современника невозможно представить без рассмотрения профессиональной сферы, которая в период взрослости занимает одно из важнейших мест с точки зрения самореализации и развития личности.

Какое место занимает работа в жизни взрослого человека, во многом определяется его ценностными ориентациями и теми смыслами, которые он вкладывает в свою профессиональную деятельность. Ценности пронизывают все сферы жизни человека и выступают источниками смыслообразования и целеполагания, обеспечивают устойчивость и преемственность определенного типа поведения и деятельности, жизненной стратегии, лежат в основе стиля профессиональной деятельности и в целом стиля жизни. Ценностные ориентации личности напрямую обуславливают жизненные ориентиры и достижения [3].

Г. Оллпорт рассматривал ценность как определенный личностный смысл. С.Л. Рубинштейн отмечал, что ценность – это важность для человека чего-то в мире, и только признаваемая ценность может выполнить главную ценностную функцию – функцию ориентира поведения. Ценностная ориентация обнаруживает себя в определенной направленности сознания и поведения, проявляющихся в общественно значимых делах и поступках. У Д.И. Фельдштейна «ценностные ориентации – это интегральное (информативно-эмоционально-волевое) свойство и состояние готовности личности к тому, чтобы сознательно определить и оценить свое местоположение во времени и пространстве природной и социальной среды, возможность избрать стиль поведения и направление деятельности, основываясь на личном опыте и в соответствии с конкретными условиями постоянно меняющейся ситуации».

Согласно М. Рокичу, ценность представлена устойчивым убеждением в том, что определенный способ поведения или конечная цель существования более предпочтительны с личной или социальной точек зрения. В свою очередь, противоположный или обратный способ поведения, либо конечная цель существования, приведут к неудовлетворяющим личность результатам. Значит, ценности открывают человеку возможности не только сделать осознанный выбор средств, способов самовыражения, но также и иметь удовлетворение от полученного результата. Будучи согласованными с внутренним миром личности и с общественными стандартами, ценностные ориентации очень тонко и неповторимо формируют весь набор жизненных ориентиров, а следовательно и перспектив личности [1].

Поскольку ценности образуют иерархическую структуру, она может меняться с изменением задач возрастного развития. Как отмечает С.Н. Костромина, к 30 годам на смену романтически окрашенным ценностям приходят более практичные. На первый план выступают внешние факторы мотивации труда в виде заработной платы и материального поощрения. Для людей, пере-

шагнувших порог 30-летия, важной ценностной ориентацией становится семья. С возрастом снижается, но остается значимой ценностью наличие друзей. Также остаются стабильными ценности, связанные с работой (интерес к ней, хороший коллектив, повышение квалификации).

После 40-ка лет среди ценностей основными являются: реализация своего творческого потенциала; необходимость передать что-то следующему поколению; корректировка деятельности с точки зрения возможной стагнации и упущенных возможностей; забота о сохранении близких отношений с родными и друзьями; подготовка к спокойной и обеспеченной жизни в пожилом возрасте. В контексте этих изменений происходит осмысление и переоценка жизни в целом, корректировка сложившейся системы ценностей в трех связанных между собой сферах: личной, семейной и профессиональной.

Многие люди среднего возраста, отказываясь от дальнейшего роста и предпочитая защищенность и безопасность, сами сознательно ограничивают свою мотивационную структуру, сужая жизненное пространство, мобильность поведения и обрекая себя на инертность бытия и застои [2].

Указанные обстоятельства и теоретические предпосылки дали нам основания для рассмотрения жизненных ценностей работающего человека в провинции как составляющей его жизненного стиля. В нашем исследовании приняли участие 60 человек – 34 женщины и 26 мужчин в возрасте от 21 до 56 лет. Стаж работы испытуемых – от 11 месяцев до 38 лет.

Базой для проведения исследования стало крупное производственное предприятие, один филиал которого расположен в г. Костроме, другой – в районном центре Костромской области. Значимых различий между ценностями респондентов, проживающих в Костроме и в области не обнаружено, что позволяет нам считать их одной группой работающих людей в провинции при анализе их жизненных ценностей.

Как было сказано выше, иерархия жизненных ценностей меняется с возрастом. Поэтому мы разделили нашу выборку на 2 группы: сотрудники в возрасте от 23 до 35 лет (31 человек) и сотрудники в возрасте от 36 до 56 лет (29 человек).

Исследование проводилось в рамках проекта по изучению жизненного стиля современника, поддержанного Костромским государственным университетом имени Н.А. Некрасова. В качестве основного диагностического инструмента мы использовали методику прямого ранжирования ценностей М. Рокича.

В рейтинге терминальных ценностей работников предприятий в возрасте до 35 лет на первом-третьем местах находятся ценности здоровья, счастливой семейной жизни и материально обеспеченной жизни. Для сотрудников в возрасте от 36 до 56 лет также значимыми оказались ценности здоровья и счастливой семейной жизни, третье место в рейтинге заняла ценность хороших и верных друзей. Это, на наш взгляд, отражает основные мировые тенденции и является характерным для всего возраста зрелости как этапа жизни человека. Наименее

значимые ценности (последние места в рейтинге предпочтений) как для первой, так и для второй возрастной группы – творчество, красота природы и искусства.

Проведя сравнительный статистический анализ (критерий Манна-Уитни) мы обнаружили различия в значимости терминальных ценностей между этими возрастными группами. Ценность жизненной мудрости оказалась более значимой для сотрудников старше 35 лет ($U=270$ при $p=0,008$). Ценность интересной работы также более значима для 2-ой возрастной группы испытуемых ($U=264,5$ при $p=0,006$). Этот результат оказался неожиданным. Мы предполагали, что молодые люди поставят эту ценность выше, чем более зрелые.

Интервью с участниками исследования показало, что для многих жителей провинции в ситуации удаленности от культурных центров работа становится той сферой жизни, которая, с одной стороны, является «отдушиной» от забот обыденной жизни, реже – сферой самореализации, дает возможность реализовать свои знания, умения, опыт. Проиллюстрируем это высказываниями респондентов. «Другой работы нет, так надо эту ценить»; «Работа – отдушина от семейных проблем»; «В семье много проблем, так хоть работа должна приносить удовольствие»; «У меня большой опыт, и хочется его показать, использовать в интересной работе».

Среди сотрудников обеих возрастных групп есть люди, которые как привержены своим организациям, так и не лояльные к ним (по методике оценки уровня лояльности Л.Г. Почебут и О.Е. Королевой). Однако, смысл, который они вкладывают в свое отношение к предприятию, различается. Более молодые сотрудники ожидают возможности реализации своих идей или проявляют недовольство несбывшимися надеждами на самореализацию. В свою очередь их старшие коллеги демонстрируют различный уровень лояльности в зависимости от наличия или отсутствия признания заслуг и уважения.

Кроме того, для сотрудников до 35 лет более значимыми оказались терминальные ценности развития ($U=319,5$ при $p=0,05$) и удовольствия ($U=317$ при $p=0,05$).

В рейтинге инструментальных ценностей сотрудников старше 35 лет (в среднем по группе) на 1–3 местах находятся ценности «воспитанность», «жизнерадостность» и «исполнительность». Их более молодые коллеги на первые места ставят также «жизнерадостность», «воспитанность», но не «исполнительность», трактуемую в тесте как дисциплинированность, а «ответственность», связываемую с чувством долга, умением держать свое слово. Статистически подтверждена более высокая значимость «исполнительности» для сотрудников в возрасте средней зрелости ($U=223$ при $p=0,001$).

На последних местах в рейтинге предпочтений инструментальных ценностей в обеих возрастных группах оказались «высокие запросы», «непримиримость к недостаткам в себе и других» и «эффективность в делах» (трудолюбие, продуктивность в работе).

Обнаружены статистически значимые различия важности такой инструментальной ценности как «смелость в отстаивании своего мнения» ($U=299,5$

при $p=0,02$). В ранней взрослости работники более ориентированы на собственную точку зрения, считают необходимым предъявлять и доказывать ее. Это согласуется с тем, что «уверенность в себе» как терминальная ценность оказалась более значима для этой возрастной группы ($U=276$ при $p=0,01$). В то же время, «образованность» как инструментальная ценность оказалась более значимой для сотрудников старше 35 лет ($U=238$ при $p=0,001$).

Таким образом, иерархия жизненных ценностей работающего взрослого человека в провинции, с одной стороны, обуславливается спецификой возрастных задач развития личности и соответствует мировым тенденциям: на первые места в ней выходят ценности семьи и здоровья. С другой стороны, эта иерархия, возможно, отражает специфику стиля жизни в провинции, где работа, занимая важное место в жизни, не расценивается человеком в качестве зоны личностного развития и творчества. И эта тенденция усиливается с возрастом.

Литература

1. *Леонтьев Д.А.* Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. М.: Смысл, 2007.
2. Психология среднего возраста, старения, смерти / Под ред. А.А. Реана. СПб.: «Прайм-ЕВРОЗНАК», 2003.
3. *Шиляева Л.Б.* К вопросу изучения ценностных ориентаций как составляющей жизненной перспективы личности // Международный журнал экспериментального образования. 2014. № 6. С. 26–28.

Самоактуализация родителей дошкольников с ограниченными возможностями здоровья

Резник А.В.

Проблема самоактуализации личности была и остается чрезвычайно актуальной в психологии, потому что от этого во многом зависит смысл и качество жизни человека [3, 4]. В связи с увеличением в нашей стране числа детей с инвалидностью, и появлением множества проблем у родителей, связанных с воспитанием, обучением, материальным обеспечением и т.д., казалось бы вопросы самоактуализации родителей уходят на второй план. Первостепенными становится круг проблем, связанных с сопровождением и адаптацией родителей детей с инвалидностью. Не случайно в научной литературе интерес прикован к проблеме особенностей детско-родительских отношений в семьях, воспитывающих детей с нарушениями (М.Н. Елиашвили, 2012), сделана попытка воспитания самоотношения у детей дошкольников с ОВЗ (Н.Ю. Зеленина, 2011); изучены вопросы управления социальной адаптацией детей с инвалидностью (Л.Е. Данилюк, 2011), разработана система психологической помощи семьям, воспитывающим детей с отклонениями в развитии (В.В. Ткачева, 2005), изучена проблема совладающего поведения родителей детей с ОВЗ (Е.Г. Бабич, 2011; А.А. Вербрюгген, 2008), проанализированы

особенности родительского отношения к детям с различными психическими нарушениями (Т.Н. Высотина, 2013; Е.В. Грошева, 2009; О.Б. Зерницкий, 2005; Е.Д. Красильникова, 2013; Н.А. Крушная, 2010). В единичных работах частично рассматриваются лишь некоторые грани самоактуализации родителей детей с ОВЗ (О.И. Витвар, 2001).

Как видим, проблематика самоактуализации родителей детей с ОВЗ остается за бортом психологических интересов специалистов. На наш взгляд, обращение к теме самоактуализации родителей детей с ОВЗ способно расширить рамки существующих направлений исследований и разрешить многочисленные проблемы адаптации, интеграции инвалидов в общество, повышения их качества жизни.

Целью нашего исследования стало изучение особенностей самоактуализации родителей детей с ОВЗ. В нем приняли участие 94 респондента, из них 52 родителя здоровых детей, 27 родителей слабовидящих и 15 родителей детей с аутизмом и болезнью Дауна. В исследовании приняли участие как папы (N=41, среди них 16 пап детей с ОВЗ) так и мамы (N=53, среди них 25 мам детей с ОВЗ). Средний возраст родителей 30 лет.

Исследование проводилось в нескольких детских садах г. Москвы. Это обычный детский сад для здоровых детей, детский сад для слабовидящих и специализированный детский сад, где воспитываются дети с аутизмом и синдромом Дауна. В исследовании были использованы несколько опросников для родителей:

- 1) Опросник ролевой виктимности М.А. Одинцовой, 2013;
- 2) Тест Жизнестойкости Д.А. Леонтьева, Е.И. Рассказовой, 2006;
- 3) Самоактуализационный тест (САТ) в адаптации Ю.Е. Алешиной, М.В. Загика, М.В. Кроз, 1987;
- 4) Опросник Жизненных предназначений Г.И. Моткова, 2006.

Были выявлены значимые различия между группами родителей здоровых детей и родителей детей с теми или иными нарушениями в развитии по некоторым исследуемым характеристикам. Для этого был использован критерий Краскела-Уоллеса и критерий Манна-Уитни. Так, анализ показал, что параметр поддержки опросника САТ, выражающийся в стремлении личности опираться на себя, в большей степени характерен для родителей здоровых и слабовидящих детей в отличие от родителей детей с синдромом Дауна и аутизмом ($p=0,052$). Здесь важно знать руководствуется человек своими собственными убеждениями, целями, установками и принципами, или он подвержен влиянию внешних обстоятельств и мнению других людей. Родителям здоровых и слабовидящих детей характерна внутренняя поддержка, они руководствуются в основном своими внутренними принципами и мотивацией. Самоуважение ($p=0,041$), самопринятие ($p=0,043$) и контактность ($p=0,045$) также в большей степени сформированы у родителей здоровых и слабовидящих

детей в отличие от родителей детей с психическими нарушениями (болезнью Дауна и аутизмом). Родители здоровых и слабовидящих детей принимают себя такими какие они есть, умеют строить тесные связи с окружением, более общительны, чем родители дошкольников с психическими нарушениями.

Что касается креативности, данный показатель самоактуализации в большей степени выражен у родителей здоровых в отличие от родителей слабовидящих детей ($p=0,042$). Между группами родителей здоровых и родителей детей с психическими нарушениями, различий по данному параметру не выявлено ($p=0,879$). Креативность – это особая направленность личности, ресурс развития, способности человека, характеризующие его как создателя новых идей, способного решать неожиданные проблемы оригинальными способами. По мнению А. Маслоу, креативность характеристика, свойственная практически всем, однако, в процессе жизнедеятельности теряемая многими в результате ограничивающей системы образования, воспитания и социальной практики. И родители здоровых детей, родители детей с психическими нарушениями (болезнями Дауна и аутизмом) являются носителями такого ресурса. По остальным используемым опросникам различий между выборками не выявлено. Это говорит о том, что родители всех дошкольников являются носителями хорошо сформированного ресурса: жизнестойкости как альтернативе психологии жертвы.

Далее были проанализированы высказывания родителей относительно их жизненных предназначений. Жизненные предназначения толкуются О.И. Мотковым как изначально заданные природные ориентации личности, ее общая жизненная направленность, выражающаяся в предрасположенности к определенному типу функционирования, стилю деятельности, типу отношений к себе, людям и Миру в целом [2].

На основании этого, все утверждения родителей о своих жизненных предназначениях были разбиты на три основные группы:

- 1) самореализация и самоактуализация («заниматься развитием»; развиваться в профессиональном плане; «овладевать новыми знаниями»; «реализовать свои творческие способности; и т.п.);
- 2) материальные блага («обеспечение семьи материальными благами, растить детей в достатке; хорошо зарабатывать и т.п.);
- 3) забота о семье («создание семьи»; «воспитание детей»; «материнство» и т.п.).

Далее следовал анализ жизненных предназначений родителей уже двух групп (в силу малочисленности выборки родителей детей с аутизмом и болезнью Дауна): 1) родителей здоровых и 2) родителей детей с ОВЗ. Данные представлены на рисунке 1.

В группе родителей здоровых детей полученные высказывания о направленности жизненных предназначений распределились примерно одинаково. Так, 35 % родителей здоровых детей видят свое жизненное предназначение в самореализации и самоактуализации; 30 % – стремятся обеспечить свои семьи материальными благами и 35 % – хотят заботиться о своей семье.

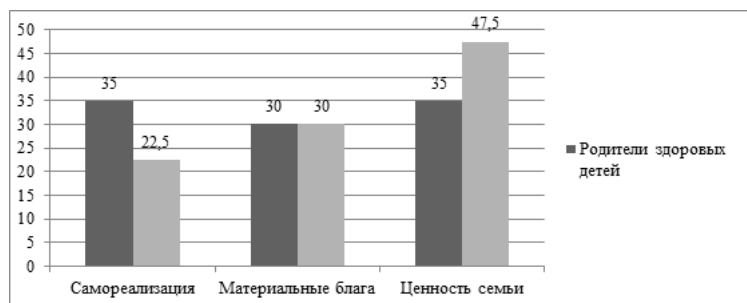


Рис. 1. Жизненные предназначения родителей дошкольников

Несколько более разнохарактерная картина жизненных предназначений получилась у родителей детей с инвалидностью. Так, 22,5 % родителей детей с ОВЗ стремятся к саморазвитию и самоактуализации, в то время как 30 % видят себя добытчиком материальных благ для своих семей и 47,5 % сконцентрированы исключительно на ценностях семьи.

Как видим, для родителей детей с ОВЗ ценность семьи стоит на первом месте. Они видят свои жизненные предназначения в воспитании детей, в заботе о семье, в защите своих близких, многие хотят иметь большое количество детей, стремятся жить ради своих детей.

Таким образом, полагаясь на результаты исследования, можно сказать о том, что родители дошкольников с ограниченными возможностями здоровья в большей степени нацелены на заботу и воспитание детей в своих семьях, для них очень важно, чтобы дети ощущали комфорт и безопасность, и чтобы не смотря на ограничения в здоровье, их дети выросли достойными людьми, нужными обществу. Вот несколько высказываний родителей детей с ОВЗ: «воспитать ребенка, нужного обществу», «достойно, хорошо воспитать своих детей». Родители здоровых детей сконцентрированы на самореализации, материальном обеспечении своей семьи и семейных ценностях, т.е. для них важны все три сферы, они концентрируют свои жизненные предназначения, свои жизненные цели и задачи по разным векторам самоактуализации.

Проведенное нами исследование требует расширения выборки и дальнейшего углубления в направлении изучения самоактуализационных параметров родителей дошкольников с ограничениями в здоровье.

Литература

1. Маслоу А. Дальние пределы человеческой психики. СПб.: Евразия, 1999.
2. Мотков О.И. Размышления об общих законах устройства мира и человеческом предназначении. М., 2002.
3. Одинцова М.А. Ресурсный потенциал повседневности // Ярославский педагогический вестник. 2011. Т. 2. С. 237–240.
4. Одинцова М.А. Особенности ценностно-смысловой сферы виктимной личности. М., 2012.

Женское лицо педагогики. Опыт психологической диагностики

Резапкина Г.В.

Мировоззрение человека складывается под воздействием трех основных сил: семья, институт образования и средства массовой информации. Их противоречивое, разнонаправленное воздействие дезориентирует детей, тормозит их личностное развитие, затрудняет выбор жизненной философии. Так сложилось, что главными проводниками ценностей в семье и школе стали женщины. Какие возможности и риски заключаются в этом?

Образ первой учительницы у младших школьников традиционно соотносится с образом мамы, нередко затмевая родительский авторитет. Но это – в том случае, если учительница обладает набором лучших материнских качеств – добра, ума, внимательна, справедлива.

Психолог Светлана Кривцова рассказывает: «Моя девятилетняя племянница, готовясь к новому учебному году, все лето выращивала в саду «астры для Татьяны Петровны». Первого сентября Татьяна Петровна, мельком взглянув на ее букет, сказала: «Я этот мусор домой не понесу. Что, у родителей денег нет на нормальные цветы?»

Учитель не только передает знания – он задает модели поведения, которые во многом определяют отношение ребенка к себе, другим и миру. В силу своей социальной значимости и завышенных ожиданий общества личность учителя очень уязвима. Особенности поведения и восприятия женщины во многом обусловлены ее психоэмоциональным состоянием. Женская эмоциональность упрощает контакт с учениками, без которого невозможно личностно ориентированное обучение. Но только при условии эмоциональной зрелости самого педагога, развитого профессионального самосознания. Если этого нет, то вместо чуткости, отзывчивости, внимания к малейшим изменениям в поведении и настроении ребенка мы увидим раздражительность, обидчивость, мстительность.

Еще одним важным слагаемым личности педагога является самооценка, которая во многом определяет «личную педагогическую философию». Самооценка имеет ряд измерений: она может быть реалистичной или искаженной, высокой или низкой, устойчивой или неустойчивой. Вирджиния Сатир, понимающая самооценку как способность честно, с любовью и по достоинству оценить себя, ставит ее на первое место среди факторов, определяющих успехи и неудачи в воспитании детей и развитии личности. Самооценке свойственно стремиться вверх. Если нет реальных оснований для самоуважения, человек может повысить самооценку за счет унижения ближних. Этот способ нечестен и неэффективен, однако к нему нередко прибегают люди, оказавшиеся в сообществе на ступеньку выше, чем остальные. Беда некоторых женщин-учителей в том, что они безуспешно пытаются компенсировать неудачи в семейной и личной жизни, снижающие самооценку, за счет учеников. Ле-

карством от такого «самоутверждения» может быть осознание причин своего поведения: «Почему я так поступаю? Что за этим стоит?».

Стиль преподавания может способствовать эффективности или осложнять выполнение учителем своих профессиональных обязанностей. Оптимальным традиционно считается демократический стиль, предполагающий привлечение учеников к принятию решений, поддержку самостоятельности, уважение личности каждого ученика, независимо от его успеваемости, открытость, естественность и доброжелательность в общении, способствующие эффективности обучения.

Авторитарный учитель использует свои права, не считаясь с мнением детей и требованием ситуации. Главные методы воздействия – приказ, поучение. На уроках такого учителя ученики чувствуют себя неуютно, теряют активность и самостоятельность, их самооценка падает. Хотя авторитарные учителя имеют хорошую репутацию и поддержку администрации, авторитарный стиль в чистом виде представляет собой стрессовую воспитательную стратегию и обычно встречается у женщин-учителей, которые вынуждены в жизни играть несвойственные им мужские роли – обеспечивать семью, принимать ответственные решения, бороться за свои права.

Либеральный, или попустительский стиль демонстрируют учителя, неуверенные в себе, и поэтому избегающие ответственности и принятия решений. Как правило, такие учителя не пользуются авторитетом ни у руководства, ни у школьников, которые злоупотребляют их слабостью и нерешительностью. Но, возможно, именно они дают детям то, что не могут дать учителя с более эффективным для обучения стилем преподавания.

Однажды я встретила на улице ученика, который недавно пришел из мест заключения. Мы разговорились, и Сергей сказал, что все эти годы он с теплотой вспоминал только одну учительницу. Я уже приготовилась выслушать комплимент в свой адрес, но он назвал учителя биологии, которой не дали доработать до пенсии из-за ее неспособности «показывать хорошую успеваемость» и «держат дисциплину на уроках».

Ни благополучное психоэмоциональное состояние, ни позитивное самовосприятие, ни оптимальный стиль педагогического общения не сделают учителя Учителем, если у него нет главного – любви к детям, потребности понять и помочь. Если общение с детьми не является приоритетной ценностью учителя, ему не стоит рассчитывать на любовь и доверие детей, даже если он прекрасно знает свой предмет и методику преподавания. Именно этим профессионально важным качеством большинство женщин обладает от природы.

Все эти параметры можно выявить с помощью методики «Психологический портрет учителя», в основу которой легли представления автора о хорошем учителе, основанные на личном опыте преподавания в школе и подкрепленные отечественными и зарубежными исследованиями эффективности преподавательской деятельности.

Теоретические основы методики – учение А.А. Ухтомского о доминанте, труды К.Д. Ушинского, В.А. Сухомлинского, духовно-ориентированная психология Т.А. Флоренской, Я-концепция Р. Бернса, подходы У. Джеймса, К. Роджерса, Т. Гордона.

Методика была разработана, когда стало очевидно, что психологическая диагностика учителя требует особых подходов, условий и содержания. Ее задача – дать «информацию к размышлению» – порой не соответствующую собственным представлениям о себе и потому вызывающую раздражение. Человеку, способному быть объективным и критичным не только к своим ученикам, но и к себе самому, она поможет осознать свои сильные и слабые стороны и полностью реализовать свой творческий потенциал.

В период апробации методики было обследовано более трехсот учителей образовательных учреждений Москвы и Московской области. Ответы распределились следующим образом.

Для большинства учителей (46 %) приоритетной ценностью является общение с детьми. 18 % опрошенных в качестве главной ценности выбрали отношения с коллегами. Соответственно, для 36 % важнее всего свои собственные проблемы и переживания.

Благополучное психоэмоциональное состояние, судя по ответам, только у 12 % опрошенных, неблагоприятное состояние – у 22 %. Остальные 66 % находятся в неустойчивом психоэмоциональном состоянии, при котором даже мелкая неприятность выбивает их из колеи.

Позитивное самовосприятие отмечается у 22 % учителей. Негативное самовосприятие выявлено у 15 % учителей. У большинства (63 %) – неустойчивая самооценка.

Демократического стиля придерживаются, судя по ответам, 56 % опрошенных. 24 % учителей предпочитают авторитарный стиль, а 20 % – либеральный стиль педагогического общения.

На основании этих результатов можно смоделировать обобщенный образ учителя. Это женщина, любящая детей больше, чем коллег и себя, не всегда способная контролировать свои эмоции, с неустойчивым психоэмоциональным состоянием и «плавающей» самооценкой, зависящей от множества причин, в том числе от психологического климата в коллективе, который во многом определяется стилем руководителя школы.

Не следует абсолютизировать полученные данные – любая методика, основанная на самооценке, не гарантирует полную достоверность. Вообще любая констатация личностных особенностей человека с помощью даже надежного психодиагностического инструментария представляет сомнительную практическую ценность, если не предлагаются пути решения возможных проблем. В данном случае не существенно, насколько искренно учитель отвечает на вопросы – важнее видение и понимание психологических причин своих возможных

профессиональных затруднений, которое дает методика «Психологический портрет учителя», разработанная на принципах феноменологического подхода.

Такая диагностика, во-первых, не нуждается в защите от неискренних ответов потому, что клиент имеет право на любую степень откровенности, которая не будет обращена против него; во-вторых, рассматривает человека как цель, а не как средство решения производственных задач; в-третьих, не ограничивается констатацией фактов, а задает вектор личностного развития.

Это – только начало работы учителя над собой, которое уместно в любом возрасте. Ее продолжением может быть участие в тренинге развития профессионального самосознания учителя, на котором раскрываются темы «Приоритеты и ценности», «Мотивы и потребности», «Направленность личности», «Профессионально важные качества учителя», «Профессиональные риски и пути их преодоления», «Имидж учителя как инструмент педагогического общения».

Методика «Психологический портрет учителя» и программа «Тренинг развития профессионального самосознания учителя» размещены на сайтах Службы практической психологии образования Московской области psychologia.edu.ru и «Методический кабинет Галины Резапкиной» metodkabi.net.ru, в книгах «Профориентационная работа в школе. Практикум для педагогов и родителей» (М., Сентябрь, 2011), «Самоопределение учащихся 5–9 классов: психологическая подготовка педагогов и родителей» (М., Академия, 2012).

Родительство как особая сфера самореализации взрослой личности

Рябцева А.Ю.

Самореализация – высшее желание человека реализовать свои таланты и способности.

Стремление человека проявить себя в обществе, отразив свои положительные стороны.

С психологической точки зрения родительство рассматривается как часть личности отца и матери. Изучаются особенности его развития в течение жизни (как ценности, как фактора, влияющего на поведение и эмоциональную сферу и т.п.); условия, которые могут негативно и позитивно влиять на это развитие.

Какого человека можно считать взрослым? Взрослость определяется социально и юридически – с точки зрения возможности соблюдать нормы и правила социальной жизни, занимать определенные статусные позиции, демонстрировать уровень своих социальных достижений (образование, профессия, укорененность в социальных сообществах и т.д.), нести ответственность за собственные решения и поступки.

Взрослость – категория психологическая, учитывающая собственное отношение человека к возрасту, переживания себя относящимся к определенной возрастной когорте. Для последнего очень важны наличие семьи и опыт родительства (социально-демографические исследования показывают, что риск распада семей максимально велик в первые пять лет супружества и на границе 45–60 лет, когда люди прожили в браке около 15 лет).

Э. Эриксон, анализируя зрелость как седьмую стадию человеческой жизни, считал ее центральной на всем жизненном пути человека. Развитие личности в это время продолжается во многом благодаря влиянию со стороны детей, молодого поколения, которое подтверждает субъективное ощущение своей нужности другим.

Производительность (генеративность) и порождение (продолжение рода) как главные характеристики личности на этой стадии реализуются в заботе о воспитании нового поколения, в продуктивной трудовой деятельности и в индивидуальном творчестве. Во все, что делает взрослый человек, он вкладывает частицу своего «Я», своего индивидуального опыта и тем самым становится участником культурно-социального прогресса.

По Э. Эриксону, зрелый человек нуждается в том, чтобы быть нужным; зрелость нуждается в руководстве и поощрении со стороны молодых, о которых необходимо заботиться.

Личность, реализовавшая себя во многих сферах (семья, работа, финансы, друзья, отдых, здоровье, личностный рост – колесо жизненного баланса), чувствует себя гармонично. Но как только наблюдается перекося в том, или ином направлении, колесо гармонии нарушается. Что может произойти если данный перекося идет в сторону самореализации в семье взрослой личности, а именно в родительстве?

Любые преувеличения имеют свои особенности и последствия. Всегда важны аспекты мотивации рождения детей, а так же период в течение которого произошло зачатие. Мотив рождения малыша. Что подтолкнуло родителей? Удержать мужа? Возраст? Одиночество? Обеспеченность в старости? Требования общества?

Если были утраты и если желаемое зачатия не свершалось в течение нескольких лет, родители сдвигают все свои ресурсы на достижение цели – иметь ребенка. У родителей повышается тревожность, а в следствии и опекаемость ребенка, а далее инфантильность. Жертвует многим, а так же фантазируя над образом своего ребенка, что произойдет если ожидания родителей будут не оправданы? Планируемое не будет реализовано? Как себя будет чувствовать этот ребенок? Каким он вырастет? С чем он волеется в общество? По какому сценарию он создаст свою новую семью? Многие родители настолько вливаются в родительство, что эта сфера становится доминирующей. Родитель много от чего отказывается и многим чем жертвует. Он становится успешен именно в родительстве, а другие сферы угасают, и могут исчезнуть вообще. Например: уход в детей и потеря мужа, уход

в родительство и потеря реализации себя как профессионала, потеря друзей и т.д. А дети тем временем растут и хотят большего, чем могут дать их родители или родитель. Близкие родственники становятся уже не таким авторитетом, и детям хочется свободы. Родитель обесценивается и увеличивается потребность уже в реализации самого ребенка. Возрастает потребность привязанности не к родителям, а к друзьям, в противоположном полу. Родителей, которые видят в своих детях основную свою цель могут испытывать обиды и недопонимания, что увеличивает напряжение в отношениях, при создании ребенком своей семьи – ревность.

То есть ребенок может испытывать дискомфорт в будущих отношениях. А родитель при этом может требовать внимание к себе. Вопрос: чего же хотят родители для своего ребенка?

Прекрасно когда пара решает подарить жизнь еще одному человечку в этом мире. В процессе воспитания ребенка всегда важно осознавать, зачем и с какой целью. Всегда важно знать, что это мы решили родить малыша и он нам ничего за это не должен.

Быть родителем – очень важно. Реализовать еще одну сферу в гармонии – это очень важно. Но важно и соблюсти баланс. Вырастив свое чадо взрослой, мудрой, зрелой, самостоятельной, свободной личностью, умеющей брать на себя ответственность. Так же важно и соблюсти баланс гармонии, реализуя себя в других сферах. Ребенок от этого не пострадает, наоборот, он будет счастливее и свободнее, без особенностей долженствования. Счастливый родитель – счастливый ребенок!

Литература

1. Ланцбург М.Е. А не родить ли мне? // Домашний очаг. 2002. Сентябрь.
2. Филиппова Г.Г. Психология материнства: Учебное пособие // М.: Изд-во Института психотерапии, 2002. – 240 с.
3. Возрастная психология <http://psylist.net/age/00016.htm>

Роль организационной культуры в развитии ролевого экспансионизма у педагогов

Санего Е.И.

Профессиональная сфера деятельности человека занимает весомое место в его жизненно-временном пространстве. Отсюда возникает риск слияния, растворения человека в своей работе, порой формирования зависимости от нее, ухода в работу от себя и от решения других жизненных задач.

Такое масштабное погружение не проходит бесследно для психики профессионала, личность которого со временем преломляется, трансформируется и приобретает акцентуированные черты чаще всего используемых профессиональных качеств и действий. Например, у психологов появляется тенденция к типологизации – отнесению даже своих родственников и друзей к определенному типу личности, не придавая большого значения их индивидуальности; к

символизации – приданию любому событию, словам, поступкам людей определенного знакового, символического и психологического значения.

Такую трансформацию, искажение личностных свойств можно обозначить *профессиональной деформацией*, проявляющейся в когнитивной, эмоциональной и поведенческой сфере человека в процессе осуществляемой деятельности под воздействием окружающей профессиональной среды, в дальнейшем значительно затрудняющую взаимодействие и взаимоотношения человека в социуме [1; 4].

Занятие педагогической деятельностью содержит потенциальные предпосылки для возникновения деформации у педагогов, поскольку их работа часто связана с эмоциональными и информационными перегрузками, порой необходимостью брать работу на дом, воздействием на них состояния образовательной среды в учреждении, насыщенным взаимодействием с участниками образовательного процесса, использованием определенных тактик поведения с целью поддержания эффективности своего труда.

Поэтому *целью исследования* выступило выявление взаимосвязи типа организационной культуры (ОК) как компонента образовательной среды и уровня проявления профессиональной деформации педагогов.

Для изучения была выделена одна из деформаций личности, проявляющаяся в виде *ролевого экспансионизма* (от лат. expansio – распространение, расширение) – тотальной погруженности в профессиональную деятельность, когда работа начинает занимать в жизни педагога первое место, обнаруживается преувеличение роли преподаваемого предмета и за пределами учреждения образования. Проявляется в высокой готовности к отдаче всех сил выполнению профессиональных задач, низкой способности сохранять дистанцию по отношению к работе и трудностями в достижении релаксации и отдыхе после работы [1, с. 213; 4, с. 28].

Проявления ролевого экспансионизма у педагогов могут выражаться в излишней назидательности и стремлении поучать, контролировать своих знакомых, близких людей; оценивать людей сквозь призму успеваемости в учебе; отсутствию в жизни иных интересов и занятий кроме работы.

Для проведения диагностики было отобрано *две методики*.

1. **Опросник поведения и переживания, связанного с работой** [3], разработанный в Институте психологии Потсдамского университета У. Шааршмидтом и А. Фишером (адаптирован на кафедре психологии Высшей педагогической школы в г. Зелена Гура, Польша под руководством Т.И. Ронгинской и В.К. Гайды), являющийся многофакторным диагностическим инструментом, позволяющим определять типы поведения в рабочей среде в ситуациях профессиональных требований в основных сферах жизнедеятельности личности. Опросник состоит из 66 утверждений, объединенных в 11 шкал, из которых были отобраны шкалы для диагностики ролевого экспансионизма: *«готовность к энергетическим затратам»* – готовность отдать все силы выполнению

профессиональных задач (до 15 баллов – низкий уровень, 16–22 балла средний, 23–24 балла повышенный, от 24 баллов и выше – высокий уровень) и «*способность сохранять дистанцию по отношению к работе*» – способность к релаксации и отдыху после работы (до 12 баллов – низкий уровень, 13–20 баллов средний, 21–23 балла повышенный, от 24 баллов и выше – высокий уровень).

2. **Опросник «Шкалы организационных парадигм»** американского исследователя Л.Л. Константина [2], созданный в 1991 г. и включающий ряд вопросов, которые являются инструментом для понимания исходных убеждений педагогов, что позволяет на их основе переходить к информированной выработке решений, планированию деятельности и осознанному участию в ней. Характерным для учреждения является тип ОК, набравший наибольшее количество баллов среди остальных типов. Опросник состоит из 25 утверждений, содержащих четыре варианта продолжения, представляющих собой конкретизированные описания *одного из четырех типов ОК*: **закрытого** – характеризующегося применением установленных законов, иерархической организацией власти, контролируемой коммуникацией, наличием авторитарного руководителя; **случайного** – ориентированного на нововведения и изменения, индивидуальное творчество и неконформизм. Характерна случайность в коммуникациях, получении информации, принятии решений, отсутствует четкая фиксация ролей, руководитель – либерального склада; **открытого типа** – представленного равными статусами и правами, информированностью и ответственностью членов коллектива, принимающих решения и распределяющих роли на основе достижения консенсуса посредством проявления диалога, гибкости, сотрудничества под руководством демократического лидера; **синхронного типа** – характеризующегося стихийным, без переговоров, распределением функций, принятием решений и определением статусов; общностью целей, гармонией и согласием на основе единства ценностей; наличием руководителя харизматического склада.

Для обработки полученных данных применялись статистические методы с использованием компьютерной программы STATISTICA v.6.0: описательная статистика и корреляционный анализ.

В исследовании приняли участие 275 педагогов (средний возраст $40,5 \pm 11$ лет) из шести учреждений общего среднего образования (школ и гимназий) Беларуси. Из них 240 женского пола (87 % испытуемых) и 35 – мужского (13 % испытуемых). В УО № 1 г. Минска проведена диагностика 34 педагогов, в УО № 2 г. Минска – 30, в УО № 3 г. Гомеля – 51 педагог, в УО № 4 г. Барановичи – 48, в УО № 5 г. Барановичи – 54, в УО 6 г. Минска – 58 педагогов.

По результатам описательной статистики (рисунок 1), проведенной отдельно по каждому УО, выявлены следующие тенденции в степени выраженности типов ОК.

В УО № 1 ($M=13,32$ баллов), в УО № 5 ($M=12,98$ баллов) наиболее выраженным является открытый тип ОК. В УО № 3 ($M=11,8$ баллов), УО № 4 ($M=12,96$ баллов) УО № 6 ($M=10,78$ баллов) – закрытый тип. УО № 2 ($M=12,47$

баллов) отличается преобладанием синхронного типа ОК. Превалирования случайного типа ОК не выявлено ни в одном из УО.

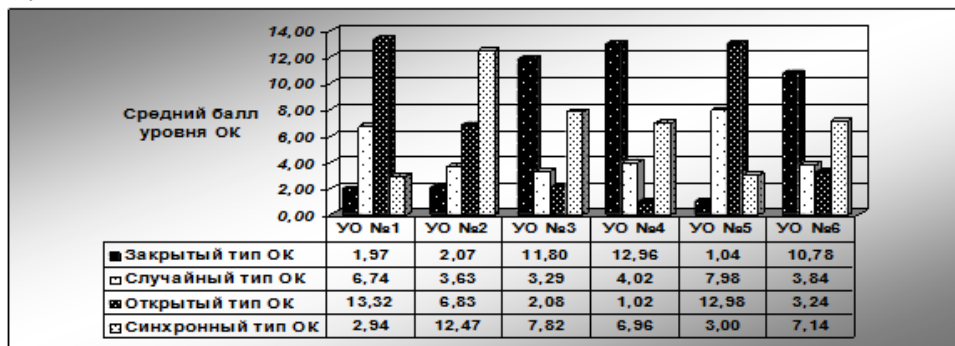


Рис. 1. Средние значения типов ОК в учреждениях образования

На рисунке 2 можно заметить, что средние значения по шкале «готовность к энергетическим затратам» показывают повышенный уровень в УО № 3 ($M=22,63$ балла), в УО № 6 ($M=23,59$ балла), а в УО № 4 ($M=24,73$ балла) – высокий уровень. В остальных УО обнаружен средний уровень значения.

По шкале «дистанция по отношению к работе» средние значения выявлены на повышенном уровне в УО № 1 ($M=20,97$ баллов) и в УО № 5 ($M=21,31$ балл). В УО №3 ($M=12,16$ баллов), УО №4 ($M=10,46$ баллов) и в УО № 6 ($M=13,10$ баллов) обнаружены низкий уровень показателя, в УО № 2 – средний уровень.

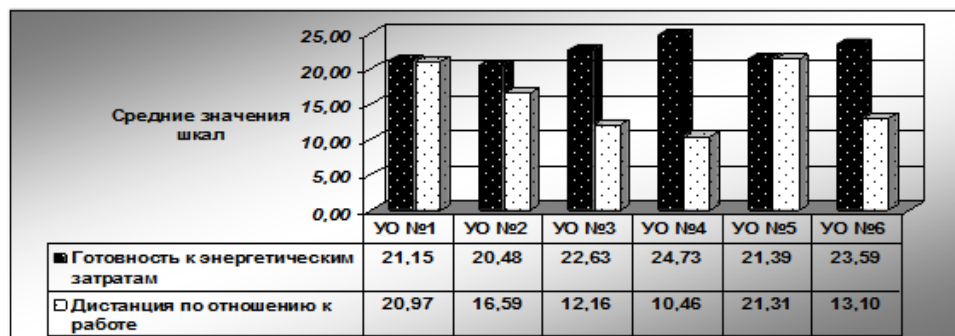


Рис. 2. Средние значения шкал ролевого экспансионизма в учреждениях

Полученные данные говорят о том, что в УО с открытым типом ОК – № 1 и № 5 готовность к энергетическим затратам проявляется на среднем сбалансированном уровне, существует соблюдение значительной дистанции по отношению к работе.

В УО № 3 и № 6 с закрытым типом ОК у педагогов наблюдается повышенная готовность отдать все свои силы выполнению профессиональных задач, а в УО № 4 – даже высокая степень готовности. Дистанция по отношению к деятельности в данных УО минимальна, что говорит о значительной погруженности педагогов в свою работу.

В УО № 2 с синхронным типом ОК показатели обеих шкал находятся на среднем уровне, что говорит в целом о сбалансированности распределения сил и соблюдения педагогами оптимальной дистанции в работе.

Результаты корреляционного анализа взаимосвязи типов ОК со шкалами ролевого экспансионизма при $p < 0,05$ подтвердили данные описательной статистики и показали, что шкала «готовность к энергетическим затратам» имеет умеренную положительную связь ($r = 0,34$) с УО с закрытым типом ОК и умеренную отрицательную связь ($r = -0,31$) в УО с открытым типом ОК. Шкала «дистанция по отношению к работе» носит характер сильной отрицательной связи ($r = -0,81$) с УО с закрытым типом ОК и сильной положительной связи ($r = 0,83$) с УО с открытым типом ОК, а также умеренной отрицательной связи ($r = -0,41$) в УО с синхронным типом ОК.

То, что ни в одном из исследуемых УО не обнаружено превалирования случайного типа ОК может объясняться тем, что учреждения общего среднего образования по своей структуре и целям деятельности не предназначены для занятия членами коллектива независимой друг от друга деятельностью и следования своим интересам – все педагоги и представители администрации тесно связаны и направлены в своих действиях на достижение эффективности процесса обучения, усвоения знаний и навыков обучающимися.

Таким образом, гипотеза о взаимосвязи определенного типа ОК и уровня развития профессиональной деформации педагогов подтвердилась. Выделенный элемент деформации педагогов «ролевой экспансионизм» имеет наибольший уровень развития в УО с закрытым типом ОК и наименьший – в УО с открытым типом. При синхронном типе ОК наблюдаются средние значения по шкалам ролевого экспансионизма, однако дистанция по отношению к работе имеет тенденцию к сокращению, что может объясняться проявлением гармонии, согласия и единства ценностей среди членов коллектива, что способствует большему «слиянию» педагогов со своей деятельностью. Наличие харизматического лидера, мотивирующего устремленность к цели, также способствует повышению привлекательности работы для педагогов.

Открытый тип ОК является наиболее благоприятным для создания условий минимизации риска развития профессиональной деформации у педагогов, так как атмосфера в коллективе позволяет проявляться плюрализму мнений, открытому обмену информацией, установлению диалога с руководством и участию в принятии решений в УО. Такие условия не позволяют педагогам оставаться замкнутыми лишь на своей узкопрофильной роли, а предоставляют возможности расширения горизонтов мировоззрения.

Поэтому сотрудникам социально-психологической службы УО и представителям администрации следует обратить внимание на составляющие факторы ОК (в особенности закрытого типа ОК, ведущего к деформации педагогов), их своевременное изменение с целью профилактики профессиональной деформации личности педагогов и предотвращения формирования у них ролевого

экспансионизма. Поскольку равномерное, гармоничное совмещение педагогами различных жизненных сфер, существование у них полноценной досуговой, семейной, общественной, спортивной, туристической и иных сфер активности, помимо профессиональной, позволит на долгие годы сохранить педагогам как профессиональное, так и психологическое и физическое здоровье.

Литература

1. *Зеер Э.Ф.* Психология профессионального развития. 3-е изд., стер. М.: Издательский центр «Академия», 2009. 240 с.
2. *Липатов С.А.* Опросник «Шкалы организационных парадигм» Л.Л. Константина // Журнал практического психолога. 2005. № 2. С. 186–198.
3. *Ронгинская Т.И.* Синдром выгорания в социальных профессиях // Психологический журнал. 2002. Т. 23, № 3. С. 85–95.
4. *Шаталова Н.И.* Деформации трудового поведения работника // Социологические исследования. 2000. № 7. С. 26–33.

Особенности самоактуализационного профиля личности педагогов с разным типом временной децентрации

Самаль Е.В., Рак О.В.

В условиях социального образа жизни ведущей ценностью является личность человека. Именно поэтому проблема использования человеческого потенциала является одним из факторов человеческого прогресса, развития личности и общества в целом. Требуется самостоятельные, активные, целеустремленные, творческие люди, способные максимально реализоваться и приносить пользу обществу. В связи с этим в науках о человеке, в том числе и в психологии, все чаще вызывает интерес проблема саморазвития, самореализации и самоактуализации личности. Изучению самоактуализации личности посвящены труды как зарубежных, так и отечественных психологов. В зарубежной психологии самоактуализация изучалась в рамках психоаналитического (А. Адлер, З. Фрейд, К. Хорни), гуманистического (А. Маслоу, К. Гольдштейн, К. Роджерс,) направлений, гештальт-психологии (Ф. Перлз), трансперсональной психологии (Р. Ассаджиоли, К.Г. Юнг). В отечественной психологии понимание самоактуализации вытекает из идей личностного саморазвития и динамической концепции личности (Б.Г. Ананьев, Л.И. Анцыферова, К.А. Абульханова-Славская, Д.А. Леонтьев, А.Н. Леонтьев, и др.) [4]. Трудность изучения самоактуализации заключается в том, что она представляет собой сложное комплексное образование, включающее в себя ряд личностных свойств.

Потребность в саморазвитии и самореализации есть основополагающее свойство зрелой личности, источник долголетия человека, в том числе и профессионального. При этом компоненты самоактуализации у всех людей представлены в разных соотношениях, т.е. индивидуальны для каждого человека. Современные работы исследуют отдельные свойства самоактуализации личности, ее специфические особенности, однако проблема взаимосвязи компонентов самоактуализации с временными децентрациями изучена не в полной мере [1].

Время, являясь данностью человеческой жизни, существует как необходимый конституирующий факт. Время жизни отдельного человека включает все иерархические временные уровни – биологическое, социальное и культурно-историческое время [2]. В зрелом периоде жизни становятся особенно заметными индивидуальные расхождения между паспортным и психологическим возрастом. Проблема психологического времени явно или не явно присутствует в исследованиях динамических, психических изменений, преобразований личности в изменяющихся политических и социальных условиях, возникает всякий раз при попытке квалифицировать развитие и построить его концепцию. Проблема субъективного времени имеет онтологическое значение, так как через него раскрывается смысл существования человека. При этом если у человека происходит адекватное преломление прошлого и будущего в настоящем, то это ведет к развитию личности; если же имеется «фиксация» на какой-либо временной ориентации, то это приводит к остановке в развитии, вплоть до нарушения нормальной социализации и адаптации [3]. Проблема временных децентраций раскрыта в работах К.А. Абульханова-Славской, Н.Н. Брагиной, Е.И. Головахи, Т.А. Доброхотовой, А.А. Кроника, В.С. Мухиной, Р.Г. Подольного и др.

Нами было проведено эмпирическое исследование, целью которого стало выявление и описание самоактуализационного профиля педагогов с разным типом временной децентрации. В исследовании приняли участие педагоги общеобразовательных средних школ в возрасте от 19 до 60 лет, из них 65 женщин и 17 мужчин. Основными методиками исследования явились: «Диагностика самоактуализации» А.В. Лазукина в адаптации Н.Ф. Калина; «Временные децентрации» Е.И. Головаха, А.А. Кроник; «Временные ориентации в ассоциативном эксперименте» (модификация методики «Ассоциативный эксперимент» Е.И. Головаха, А.А. Кроник).

Педагоги в зависимости от типа временной децентрации были распределены на 3 равнозначные группы (по 33 %). В ходе исследования предполагалось сравнение и описание самоактуализационного профиля личности педагогов с разным типом временной децентрации. Рассмотрим полученный самоактуализационный профиль каждой группы педагогов.

Педагоги с ориентацией на прошлое характеризуются высокими значениями по таким показателям, как ориентация во времени, ценности и потребность в познании. Высокие показатели по шкале «Ориентация во времени» показывают, что педагоги первой группы стараются жить настоящим моментом, не откладывая свою жизнь на «потом» и не пытаясь найти убежище в прошлом, они разделяют такие ценности, как истина, добро, красота, целостность, отсутствие раздвоенности, жизненность, уникальность, совершенство, свершения, справедливость, порядок, простота, легкость без усилия, игра, самодостаточность. Предпочтение этих ценностей указывает на стремление к гармоничному бытию и здоровым отношениям с людьми, далекое от желания

манипулировать ими в своих интересах. Для педагогов, ориентированных на прошлое характерна жажда нового, стремление к самообразованию.

Педагоги с временной децентрацией на прошлом характеризуются невысокими показателями автономности. Автономность, по мнению большинства гуманистических психологов, является главным критерием психического здоровья личности, ее целостности и полноты. Это понятие тяготеет к таким чертам, как жизненность и самоподдержка у Ф. Перлза, направляемость изнутри у Д. Рисмена, зрелость у К. Роджерса. Педагог первой группы не чувствуют себя абсолютно свободными, не всегда могут распоряжаться своим свободным временем самостоятельно. В их жизни достаточно много ситуаций, в которых необходимо подстраиваться под обстоятельства. По остальным показателям доминируют средние значения: педагоги, ориентированные на прошлое склонны к творчеству и способны к фантазированию, однако в достаточно большом количестве ситуаций они склонны в большей степени к реалистичности, приземленности. Они не всегда способны к спонтанности, самоактуализация еще не стала для них образом жизни, а скорее является мечтой или стремлением. По шкале «самопонимание» и «аутосимпатия» примерно одинаковый умеренный средний показатель. Для них характерен умеренный уровень сензитивности к своим желаниям и потребностям. Педагоги с ориентацией на прошлое способны к прочным и доброжелательным отношениям с окружающими, они ориентированы на личностное общение, не склонны прибегать к фальши или манипуляциям, не смешивают самораскрытие личности с самопредъявлением стратегией и тактикой управления производимым впечатлением.

Педагоги с ориентацией на настоящее отличаются умеренными показателями ориентации во времени, ценностями, потребностью в познании, гибкостью в общении. Это характеризует их как умеющих наслаждаться настоящим моментом, разделяющих ценности самоактуализирующейся личности, стремящихся к познанию нового и способных к адекватному самовыражению в общении. У педагогов данной группы невысокие показали спонтанности, что связано с нежеланием раскрываться перед другими людьми.

Педагоги с ориентацией на будущее характеризуются высокими показателями ориентации во времени, высокой степенью принятия ценностей личности, которая стремится к самоактуализации. Иными словами, педагоги с временной децентрацией на будущее из всех групп педагогов отличаются наиболее развитой способностью жить «здесь и сейчас», стремящихся к максимальной реализации своего потенциала в настоящий момент времени, остро переживающих экзистенциальную ценность жизни. Педагоги данной группы стремятся к гармоничному бытию и здоровым отношениям с окружающими. Для педагогов, ориентированных на будущее характерны высокие показатели потребности в познании. Они открыты новым впечатлениям, их потребность в знаниях не связана с меркантильным интересом. Умеренные показатели по креативности и контактности у педагогов данной группы свидетельствуют о следующем. Они

отличаются высоким творческим потенциалом, умеют налаживать и развивать прочные доброжелательные отношения с окружающими. Остальные показатели самоактуализации («взгляд на природу человека», «автономность», «спонтанность», «самопонимание», аутосимпатия», «гибкость в общении») находятся в пределах средних значений, что характеризует их как принимающих естественную природу человека, относительно независимых в своих суждениях и поведении, способных к спонтанности и принятию своей природы, с адекватной самооценкой и способных к адекватному самовыражению в общении.

Сравнительный анализ самоактуализационного профиля педагогов с разным типом временной децентрации указывает на то, что педагоги, ориентированные на прошлое отличаются высокой аутосимпатией, педагоги, ориентированные на настоящее отличаются наибольшей гибкостью в общении, педагоги, ориентированные на будущее – отличаются стремлением жить «здесь и сейчас», высокой контактностью и принятием ценностей самоактуализационной личности.

Для выявления статистически значимых различий в показателях самоактуализации педагогов с разным типом временной децентрации были применены методы математической статистики – непараметрический критерий Краскала-Уоллиса. Данный критерий используется для сравнения трех или более групп. Результаты статистического анализа показали, что педагоги, ориентированные на прошлое, отличаются наиболее высокими показателями по такому самоактуализационному параметру как «Взгляд на природу человека» ($N=7,152030$, $p=0,0280$). Педагоги данной группы высоко оценивают возможности людей, верят в человека, что является основанием для установления доверительных, уважительных и честных отношений с другими людьми.

Педагоги, ориентированные на будущее, отличаются наиболее высокими показателями по такому самоактуализационному параметру как «Ценности» ($N=14,63564$, $p=,0007$). Они разделяют такие ценности, как истина, добро, красота, целостность, отсутствие раздвоенности, жизненность, уникальность, совершенство, свершения, справедливость, порядок, простота, легкость без усилия, игра, самодостаточность. Предпочтение этих ценностей указывает на стремление к гармоничному бытию и здоровым отношениям с людьми, далекое от желания манипулировать ими в своих интересах.

Педагоги, ориентированные на будущее, отличаются наиболее высокими показателями по такому самоактуализационному параметру как «Контактность» ($N=8,619764$, $p=0,0134$). Этот результат показывает, что педагоги, ориентированные на будущее, умеют налаживать и развивать прочные доброжелательные отношения с окружающими, что можно рассматривать как необходимую основу для выраженной синергетической установки личности.

Результаты исследования показали, что педагоги с разным типом временной децентрации отличаются разной степенью выраженности самоактуализационных параметров. Выделим рекомендации для педагогов с разным типом временной децентрации.

Педагогам с временной децентрацией на прошлом рекомендуется:

- развивать автономность от оценок и мнения окружающих, использовать прошлый опыт и имеющийся потенциал для развития своей личностной и профессиональной идентичности;
- развивать свой творческий потенциал, в том числе в профессиональной деятельности, стремиться к обновлению своих взглядов, методов работы, совершенствовать свои профессиональные навыки и умения;
- развивать себе сензитивность к своим желаниям, стремиться к большему осознанию своих потребностей, быть открытыми новому опыту и новым переживаниям.

Педагогам с ориентацией на настоящее могут быть даны следующие рекомендации:

- развивать в себе способность к адекватному самовыражению в общении, готовность к самораскрытию;
- стремиться к тому, чтобы лучше осознавать свои потребности, не бояться своих желаний и находить адекватные способы их реализации.

Педагогам с ориентацией на будущее рекомендуется:

- позитивнее оценивать природу человека;
- развивать автономность как проявление «позитивной свободы»;
- стремиться к большему пониманию и принятию своей природы,
- развивать гибкость в общении.

Литература

1. *Вахромов Е.Е.* Самоактуализация и жизненный путь человека // Прикладная психология и психоанализ. – 2009. № 4. – С. 13.
2. *Головаха Е.И., Кроник А.А.* Психологическое время личности. – М.: Смысл, 2008. – 267 с.
3. *Подольный Р.Г.* Освоение времени. – М.: Политиздат, 1989. – 143 с.
4. *Самаль Е.В.* Общая и профессиональная самоактуализация личности студента в процессе обучения в вузе. – Минск: Республиканский институт высшей школы, 2010. – 167 с.

Формирование качеств жизнестойкости взрослой личности в процессе усыновления детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей

Степаненко А.П.

Проблемы формирования психологических качеств жизнестойкости взрослой личности являются многоаспектными и актуальными для современной ситуации в социальной сфере России. Согласно исследованиям С. Мадди, жизнестойкость представляет собой своеобразный ключ к стрессоустойчивости. Жизнестойкость состоит из: трансформационного копинга; жизнестойкого отношения к окружающим людям; жизнестойких установок, включая а) вовлеченность, б) контроль, в) принятие риска.

Обращение в исследовании этой проблемы к вопросам усыновления детей связано с тем, что взрослость представляет собой возраст «совершения деяний» (Э. Эриксон), когда человек становится тождественным самому себе. Для людей, которых можно отнести к взрослым зрелым личностям особенно характерно стремление стать хорошим ответственным и мудрым родителем. К добродетелям взрослого человека относятся работа и забота. Если же личность оказывается «успокоенной» в этом отношении, то начинаются застой и деградация, которые проявляются в инфантильности и самопоглощенности, в излишней жалости к себе, в потакании своим прихотям. Успешное разрешение этих явлений – в установке на преодоление проблем, а не в бесконечном сетовании на них.

В современной психологии (А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс и др.) центральное значение придается процессу самоактуализации взрослого человека. По мнению А. Маслоу, самоактуализирующиеся люди привержены высшим, предельным, бытийным ценностям, среди которых истина и добро наиболее значимы.

Усыновление ребенка-сироты или ребенка, оставшегося без попечения родителей, относится к несомненным проявлениям добродетелей взрослого человека.

Основной акцент исследования состоит в выделении психологических проблем, мешающих формированию качеств жизнестойкости взрослой личности в процессе усыновления детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. Исследование проводилось на основе теоретического анализа трудов по данной проблеме, а также рефлексии из собственного опыта.

В результате были выделены следующие психологические проблемы:

1. Сложность выбора ребенка. Сложность, которая связана и с возрастом, и с прошлым ребенка, и со скрытыми психологическими травмами, требующими долговременного квалифицированного психологического и, возможно, психиатрического консультирования и наблюдения.
2. Помощь в социализации ребенка, связанная во многом с переездом из маленького поселка и закрытого учреждения интернатного типа в большой город. Социализация может рассматриваться в данном случае в двух сферах: как макросоциализация – ребенок в большом городе и как семейная (микро) социализация – ребенок в новой семье, с ее устоявшимся укладом, привычками, режимом, традициями и требованиями.
3. Освоение рационального целеполагания, которое касается даже простых правил обращения с деньгами, умения рассчитывать и планировать свою жизнь в самом обычном смысле этого слова.
4. Чувства страха и тревоги, что этот опыт окажется неудачным, и с ребенком придется расстаться. Это может произойти в ряде случаев: например, ребенок может проявить алкогольную или наркотическую зависимость, начнет нарушать закон и т.д. Известно довольно много примеров, когда усынов-

ленные дети, бывшие воспитанники детских домов или родившиеся в неблагополучных семьях, в пубертатный период вдруг резко изменяли свое поведение, образно говоря – превращались в своих родителей: начинали пить, употреблять наркотики, вели асоциальный образ жизни.

5. В поведении усыновленных детей, как это ни прискорбно, часто проявляются опасные качества консюмеризма, потребительского отношения к помощи, вплоть до черной неблагодарности.

Преодоление выделенных проблем позволяет более эффективно формировать все названные выше качества жизнестойкости.

Литература

1. *Конюхова Т.В., Конюхова Е.В.* Жизнестойкость личности как особый паттерн установок освоения социокультурного пространства // Известия Томского политехнического университета. 2013. Т. 322. № 6.
2. *Леонтьев Д.А.* Современная психология мотивации. Сборник. М., 2002. – С. 29–37.
3. *Мадди С.* Теории личности: сравнительный анализ. М., 2002.
4. *Маслоу А.* Мотивация и личность. СПб., 2008.
5. *Олпорт Г.* Становление личности: Избранные труды / Пер. с англ. Л.В. Трубицкой и Д.А. Леонтьева; под общ. ред. Д. А. Леонтьева. М., 2002.
6. *Роджерс К.Р.* Взгляд на психотерапию. Становление человека. М., 1994.
7. *Хьелл Л., Зиглер Д.* Теории личности. СПб., 1997.
8. *Шульц Д.П., Шульц С.Э.* История современной психологии. СПб., 2003.

Понимание психологического благополучия личности в теории духовной эволюции человека

Суннатова Р.И.

Наиболее известные исследования, посвященные проблеме психологического благополучия, а их за рубежом насчитывается немало, основываются на различных методологических подходах. Несмотря на эту особенность, а также на отсутствие общепризнанного определения феномена психологического благополучия, общим выводом можно определить ориентир исследователей на внутреннюю, индивидуальную систему координат, с которой человек соотносит собственное психологическое благополучие.

Широко известна классификация, предложенная Р. Райаном, в которой все подходы к пониманию благополучия относятся к двум основным направлениям: гедонистическому и эвдемонистическому [2]. К гедонистическим теориям относятся все те учения, где благополучие описывается главным образом в терминах удовлетворенности-неудовлетворенности, в эту подгруппу можно отнести концепции Д. Кайнемена, Н. Брэдбурна, Э. Динера. Одна из первых моделей психологического благополучия, созданная Н. Брэдбурном представляет баланс между двумя аффектами **позитивным** и **негативным**. Важным выводом, сделанным исследователем, явилось положение о том, что позитивный и негативный аффекты не взаимосвязаны. Имея данные об уровне позитивного аффекта,

мы не можем сделать выводы о том, каков уровень негативного аффекта: он может быть как выше, так и ниже или даже быть равным позитивному аффекту. То же правило действует относительно позитивного аффекта. При таком несколько «арифметическом» подходе, на наш взгляд нивелируется реальная многомерность и амбивалентность переживаний человеком жизненных событий и их оценок, не вмещающихся в категории «позитивное/негативное». Представления о психологическом благополучии Э. Динера близки взглядам Н. Брэдбурна. Э. Динер отмечает, что теория субъективного благополучия – та область психологии, которую интересуется понимание того, как и почему люди оценивают свою жизнь. Он считает, что субъективное благополучие – лишь компонент психологического благополучия, отмечая при этом, что для описания последнего необходимо вводить дополнительные характеристики и ссылается на работы К. Рифф.

Эвдемонистическое понимание психологического благополучия основывается на том постулате, что личностный рост – главный и самый необходимый аспект благополучия, такой подход характерен для взглядов К. Рифф и А. Вотермена. К. Рифф определяет психологическое благополучие, как интегральный показатель степени реализации потребности в личностном росте; возможности самопринятия, управления средой, автономии, целей в жизни, позитивных отношений с окружающими, что субъективно выражается в ощущении счастья, удовлетворенности собой и собственной жизнью.

В концепции Р. Райана и Э. Диси, известной как теория самодетерминации, личностное благополучие связано с базовыми психологическими потребностями: потребностью в автономии, компетентности и связи с другими. Удовлетворение этих потребностей напрямую связано с актуальным социальным контекстом: если он способствует их удовлетворению, то это повышает уровень благополучия, в противном случае уровень благополучия снижается.

Т.Д. Шевеленкова, П.П. Фесенко выделяют актуальное психологическое благополучие, отражающее переживания человеком своего отношения к жизни, а также предлагают ввести понятие «идеальное психологическое благополучие», которое отражает представления о том, как оценивает свое бытие человек, вполне удовлетворенный своей жизнью, т.е. психологически благополучный. Авторы считают, что психологическое благополучие – это вариант самооценки, самоотношения. Из этой оценки рождается внутренний, субъективный эталон – идеальное представление, которое и выступает глобальным инструментом оценки своего бытия. При этом Т.Д. Шевеленкова и П.П. Фесенко отмечают, что эта внутренняя оценка имеет социокультурную специфику, и предполагают, что эта специфика формируется в процессе усвоения человеком существующих в социуме и культуре представлений, т.е. соотносится с понятиями «социальная норма», «социально-культурный идеал функционирования человека» [4].

Таким образом, современное понимание психологического благополучия личности сводится к определению его, как психосоциального феномена, кото-

рое формируется в зависимости от степени реализации основных компонентов позитивного функционирования личности и связанного конгруэнтностью с социальным контекстом. При всей очевидности, что психологическое благополучие есть результат внутренней «работы» личности над собой, остается открытым вопрос о собственно процессе достижения личностью психологического благополучия. Иными словами для психологического анализа важно не столько понимание того, как и почему люди оценивают свою жизнь благополучной или нет (Э. Динер), а сколько каким образом и благодаря чему, человек может придти (создать, сотворить) глубокое ощущение и чувство психологической удовлетворенности собой и своей жизнью.

Одним из интересных подходов к пониманию пути достижения личностью психологического благополучия на основе личностного роста является концепция о духовной эволюции человека, являющаяся сутью учения суфиев. Суфизм имеет свою многовековую историю как процесс рефлексии и постепенной систематизации опыта духовной практики, оформившись в целостную философскую и практическую систему. В концепции суфиев достижение удовлетворенности собой и жизнью представлено как путь, который состоит из определенных стоянок. Психологической сущностью прохождения человеком каждой стоянки является освобождения от невежества и обретения позитивных качеств, способствующих улучшению качества жизни, а значит и обретения удовлетворенности [1].

Начиная с раскаяния (первая стоянка) в собственном психологическом невежестве, человек обретает способность к самопознанию и отрекается от мешающих развитию привычек, защитных действий и иллюзорных фантазий (стоянки воздержания и самоотречения). Обретая свободу от импульсивных желаний (стоянка бедности и терпения), обретая выдержку и постоянство, личность приходит к доверию и удовлетворенности. Седьмая стоянка – Рида (Удовлетворенность) – арабское слово означает «удовлетворение, согласие, спокойствие». Благополучие и удовлетворенность человека не являются принесенными из вне, как обретение человеком нечто лежащего вне его «Я». Удовлетворенность в трактовке суфизма – результат внутренней работы человека над самим собой, постепенное освобождение «Я» от «сделанного» себя.

Основной идеей, разъясняющей суть Пути суфиев, является идея о соотношении истинного и ложного Я. Суфии считают, что в человеке существует два типа «Я»: истинное, находящееся в ядре бессознательного, и ложное, сформировавшееся в процессе социализации, под воздействием воспитания, окружения, субъективного личного опыта и возможных психологических травм. Так называемые «побочные эффекты» социализации накладывают отпечаток на развитии личности человека, следствием чего могут явиться какие-либо личностные деформации, такие как искажения восприятия окружающего мира, неврозы, различные нарушения в коммуникации, что, в свою очередь, может привести к проблемам

во взаимоотношениях, неспособности к взаимодействию; повлиять на развитие самосознания. Истинное Я – это идеал, часть Абсолюта (Божественного), которая, по мнению суфиев, заключена в каждом человеке; человек в той мере близок к идеалу, в какой мере он свободен от влияния ложного Я на свои мысли, действия, намерения и мотивы. Таким образом, путь совершенствования личности условно можно представить в виде прямой, на одном полюсе которой находится зависимость, на другом – Я-идеальное. Человека, находящегося на определенной точке этой прямой, можно условно обозначить как Я-реальное. В связи с этим, человек, с точки зрения суфиев, представляет собой существо, которому свойственно проявление любых качеств, лежащих в диапазоне от самого низменного до высоконравственного. Его положение на прямой зависит от его работы над своей личностью. Посредством духовной практики личность человека (ложное Я) исчезает, растворяясь в Абсолюте (Божественном), воплощает в себе Его характеристики и тем самым обретает Истинное Я [3].

В публицистической и даже научной литературе существует искаженное представление об идеи суфизма «о растворении личности» в Боге. В действительности, личность в процессе духовной эволюции не уничтожается, а преобразуется, становясь земной ипостасью Абсолюта (Божественного), его выражением в материальном мире. Ал-Бистами выразил это состояние фразой: «Я есть Ты, и Ты есть я». Цель суфия – не уничтожение своей индивидуальности. Его цель – вновь вернуть утраченные качества, но вернуть их преобразованными, одухотворенными, – и затем обновленной личностью вернуться в мир для его просвещения и усовершенствования [1].

Основываясь на вышеизложенных положениях о возможном пути обретения человеком удовлетворенности собой и жизнью, нами была предпринята попытка создания диагностического инструмента, позволяющего выявить и изучить особенности духовного развития личности. Совместно с И.Д. Абдуллаевой, А.Х. Меледжаевым, А.В. Райковым и Х.А. Кадыровой создается методика «7 стоянок на пути духовной эволюции человека». В основу создания опросника легли не только воззрения суфиев, но и современные, общепринятые в психологии, положения о том, что структурными и функциональными компонентами духовно-нравственной сферы личности являются: способность субъекта видеть взаимосвязи между своими действиями и значимыми для него событиями жизни и принимать за это персональную ответственность. А также способность личности действовать в рамках этических и нравственных норм с учетом интересов окружающих и себя.

Методика «Семь стоянок духовной эволюции личности» включает в себя 7 шкал, соответствующих стоянкам пути суфия: «Раскаяние», «Воздержание», «Самоотречение», «Бедность», «Терпение», «Доверие», «Удовлетворенность». Тестовые задания для каждой шкалы описывают когнитивные, эмоциональные и поведенческие паттерны, которые по замыслу, должны отражать мировоззрение человека, свойственное соответствующей стоянке духовной эволюции. Каждый

пункт опросника предусматривает основное незаконченное предложение и четыре варианта его завершения, выражающих различную склонность к подобному типу мыслей, чувств и действий, а также свободный вариант завершения. Для наглядности, приведем пример одного пункта из шкала 5 – «Терпение».

2. Когда проблемы «достают» до предела...

А ...мне удастся справиться с трудностями, но, к сожалению, не всегда.

Б ...расстраиваюсь и так нервничаю, что обычно срываюсь на других.

В ...близкие мне люди, говорят, что я стойко выдерживаю такие ситуации.

Г ... понимаю, что надо взять себя в руки, чтобы справиться с проблемами, но это довольно сложно.

Д ...

В настоящее время опросник прошел три этапа апробации (опросник создается и апробируется на двух языках: узбекском и русском). Каждый последующий этап апробации – использование варианта опросника, в который внесена редакция утверждений на основе данных статистической обработки по определению надежности тестового инструмента. На сегодняшний день коэффициенты α Кронбаха по пунктам и шкалам варьируют в пределах 0.457–0.667, а в целом по опроснику коэффициент α Кронбаха составляет 0.665, что свидетельствует о потенциальных возможностях создаваемого инструмента.

Использование опросника связано не только с исследовательскими задачами. В практике консультирования, в частности по проблемам внутриличностного характера, результаты по опроснику позволяют выявить тот аспект системы отношения человека к себе, к другим и к жизни вообще, который можно рассматривать как «пробуксовку» на пути к ощущению удовлетворенности собой и своей жизнью. Исходя из опыта осторожного использования опросника в консультировании, например, чувства обиды и неприятия к близкому члену семьи, удалось посредством анализа результатов, которые были получены по опроснику и на основе которых был сделан выбор в сторону принятия члена семьи без попыток его «переделать». Психологической сутью этой позитивной трансформации было движение по пути духовной эволюции, способствующей принятию людей такими, какие они есть.

Обсуждение проблем психологического благополучия существенно пополняется обращением к идеям духовной эволюции человека в суфизме. Удовлетворенность – это высшая форма свободы от себя. Глубокое внутреннее удовлетворение, сострадательная любовь, сочувствие к другим, искреннее служение Человечности – скромная и молчаливая – являются внешними проявлениями удовлетворенности, внутренние проявления – доверие и уверенность. Состояние удовлетворенности – это приятие жизни такой, какая она есть.

Литература

1. *Идрис Шах*. Путь суфиев. – М.: Эннеагон Пресс, 2011. – 416 с.
2. *Созонтов А.Е.* Гедонистический и эвдемонистический подходы к проблеме психологического благополучия // Вопросы психологии. 2006. № 4. С. 105–114.

3. *Торчинов Е.А.* Религии мира: опыт запредельного. Психотехника и трансперсональные состояния. – 4-е изд. – СПб.: «Азбука-классика», «Петербургское востоковедение», 2005. – 544 с.
4. *Шевеленкова Т.Д., Фесенко Л.Л.* Психологическое благополучие личности // Психологическая диагностика. 2005 № 3. С. 95–129.

Страхи женщин на раннем этапе материнства и пути их преодоления

Тихомирова Е.В., Цветкова А.В.

Период освоения роли матери характеризуется амбивалентностью чувств женщины. Радость, ожидание позитивных перемен в жизни, связанных с развитием малыша, позитивные эмоции во время кормления часто могут омрачаться негативными переживаниями, связанными с профессиональной стагнацией, изменением внешности, физиологической усталостью, изменениями в сфере супружеских отношений и т.д. Психическая чувствительность, социальный контекст, физиологические изменения, а главное повторяющиеся трудности, связанные с ребенком могут привести к такому состоянию как страх. Под страхом мы понимаем – внутреннее состояние, обусловленное наличием реальной или воображаемой угрозы, которая воздействует на все психические процессы [1]. Из всех существующих классификаций страха в своей работе мы придерживаемся типологии Щербатых Ю.В., он разделил все страхи на три группы: биологические (природные); социальные; экзистенциальные (внутренние) [2].

Особенно неблагоприятную роль возникающие и закрепляющиеся страхи могут играть в период раннего материнства от зачатия до 1,5–2 лет (А.Ю. Лысенко, Н.В. Дармоустук и др.). Именно в это время закладываются основы будущего отношения матери к ребенку, формируется привязанность, доверительное отношение ребенка к обществу, проводником которого является фигура «матери». Проявления неблагоприятного психоэмоционального состояния женщин в ранний период материнства не может не сказываться на диадных отношениях «мать-дитя». В нашем исследовании мы предположили, что на раннем этапе материнства возникают специфические страхи у женщин, связанные с освоением новой социальной роли.

Эмпирическую базу исследования составляют 80 человек. Преимущественно женщины нашей выборки находятся на стадии вскармливания. В первую группу испытуемых вошли женщины в количестве 40 человек от 18 до 30 лет с одним ребенком до 3-х лет. Вторую группу респондентов составили женщины в количестве 30 человек от 22 до 36 лет с двумя детьми и более. Третью группу испытуемых составили женщины осужденные рецидивистки в количестве 10 человек, имеющие детей до 3-х лет, отбывающие срок наказания в исправительной колонии № 8 общего режима. Возраст осужденных варьируется от 24 до 37 лет. Данная группа не имеет возможности постоянного

непосредственного общения со своими детьми. Их дети находятся в детских домах, у опекунов (родственников осужденных) или в патронатных семьях.

При рассмотрении феномена страха мы исходили из: активно-субъектного (К.А. Абульханова-Славская); когнитивного (Р.С. Лазарус, М.С. Зингер, М. Симон); экзистенциального (Д. Бюджентала, Р. Мэя, В. Франкла) подходов.

При изучении материнства мы опирались на теорию онтогенеза материнства (Г.Г. Филиппова, Р.В. Овчарова, А.В. Котова, Е.В. Матвеева).

Для проверки выдвинутых гипотез и решения поставленных задач был сформирован методический комплекс: «Опросник способов совладания» (Фолкман, Лазарус), «Опросник иерархической структуры актуальных страхов личности» (Ю. Щербатых), «Тест (шкала) самооффективности» (Шварцер Ральф), «Методика измерения уровня тревожности» (Дж.Тейлор), феноменологическое интервью, направленное на определение актуальных страхов женщин в период раннего материнства и путей их преодоления. В целях математической обработки данных применялись U-критерий Манна-Уитни, метод ранговой корреляции R Спирмена, критерий Фишера.

В результате нашего исследования мы пришли к следующим выводам:

Существуют типичные страхи для всех трех групп респондентов: страх смерти ребенка, страх болезни ребенка, страх навредить ребенку, страх ошибки врачей. Желание матери, чтобы их дети росли здоровыми и прожили долгую, счастливую жизнь является естественным, однако даже оно может сопровождаться негативными эффектами: *«я замучила детей сдачей анализа крови, т.к. больше всего боюсь раковых заболеваний, и при любом подозрении бегу с ними в лабораторию»*. Страх ошибки врачей – один из критериев, получивших наибольшее количество выборов во всех трех группах. На сегодняшний день женщины все избирательней относятся к выбору врачей, которые будут лечить их детей. Такое поведение обосновано желанием получить квалифицированную помощь, чтобы ребенку не причинили вреда.

Помимо типичных страхов существуют специфические страхи женщин в ранний период материнства:

- женщины с одним ребенком: страх навредить ребенку, страх большого количества микробов, страх не распознать сигналы, которые подает младенец, страх изменения взаимоотношений в семье, страх не соответствовать идеалу матери;
- женщины с двумя детьми и более: страх, что один из детей будет преградой для воспитания другого, ревность детей друг к другу, страх потери социальных связей, страх потери своего здоровья;
- осужденные женщины: страх проявления неблагоприятной генетической наследственности, страх неизвестности будущего.
- В контексте биологических страхов существуют различия между группами по критерию «страх навредить ребенку» (Женщины с одним ребенком: поддержка родственников и друзей, поиск информации самостоятельно

(книги, интернет), рационализация (анализ проблемы), отдых, самовнушение/самоуспокоение.

- Женщины с двумя детьми и более: поддержка родственников и друзей, поиск информации самостоятельно (книги, интернет), самовнушение/самоуспокоение, обращение к религии.
- Осужденные женщины: поддержка родственников и друзей, самовнушение/самоуспокоение, уход от проблемы, обращение к религии, отдых.

Таким образом, наша гипотеза в ходе исследования подтвердилась.

В заключение важно сказать о практической значимости исследования, которая заключается в возможности применения полученных результатов при составлении программ коррекции и профилактики страха на раннем этапе материнства с разным материнским опытом. А также полученные данные могут быть использованы для разработки типологии женщин, находящихся на раннем этапе материнства, по актуальным страхам. Помимо этого, результаты исследования могут быть применены в пенитенциарной системе в индивидуальном консультировании и психокоррекционной работе с осужденными женщинами, имеющими детей до 3-х лет.

Литература

1. *Конюхов Н.И.* Словарь-справочник практического психолога / Н.И. Конюхов. – М., 1996.
2. *Щербатых Ю.В.* Физиология и психология страха / Ю.В. Щербатых, А.Д. Ноздрачев // Природа. – 2000. – № 5. – С. 61–67.

Профессиональное развитие субъекта (в стадии взрослости)¹

Толочек В.А.

Проблема *профессионального становления субъекта* (ПСС) в стадии взрослости стала широко разрабатываться с 1950-х годов в зарубежной психологии русле периодизации развития и *профессиональной карьеры* (ПК) индивидов, с 1960-х – в отечественной психологии как проблема развития человека в возрасте зрелости, которая с 1990-х дисциплинарно оформилась как акмеология. При критическом анализе работ в названных областях специалисты – Л.М. Митина, Ю.П. Поваренков и другие отмечают: 1) жесткие рамки периодизации развития человека как субъекта деятельности; 2) универсальный для всех людей характер продолжительности отдельных периодов; 3) «привязанность» этапов к социальным типовым жизненным сценариям (возраста окончания школы, вуза, выхода на пенсию и т.п.). К названным чертам типовых теорий периодизации можно также добавить следующее: 4) ориентация и оперирование преимущественно внешними критериями ПСС и ПК (рассматриваемых как экстернали-

¹ Исследование поддержано грантом РНФ № 14-28-00087: «Способности как основа ментальных ресурсов в разные возрастные периоды: механизмы развития, когнитивные технологии диагностики и формирования».

ная карьера); 5) адресация к типовым вариантам профессиональной эволюции субъекта труда в крупных организациях; 6) адресация к типовым вариантам ПСС в системах «человек – техника» (по Е.А. Климову); 7) ориентация на «среднего» по квалификации и успешности субъекта; 8) игнорирование исторических реалий социального движения человеческих ресурсов (глобализация и миграции, диверсификация рабочей силы, гибкие графики, дизайны рабочих мест, виртуальные рабочие места и пр.); 9) отождествление физического, профессионального и личностного развития человека как субъекта жизнедеятельности. Менее изученной остаются аспекты субъективной представленности ПСС и ПК (так называемой интернальной карьеры). Но именно изучение представлений субъекта о динамике своего профессионального становления и могло бы способствовать преодолению «типологической доминанты» в понимании ПСС и профессионального развития субъекта в стадии взрослости.

Принимая во внимание радикальные и стремительные изменения форм организации труда в России в 1990–2000-х годах, изменения в технологиях профессиональной деятельности, расширение разнообразия ее видов, изменения форм организации труда, миграции населения, нужно признать необходимым критическое переосмысление положений «классических» теории периодизации и развития, опираясь на современные эмпирические данные. «Препятствиями» в успешном решении поставленных задач могут выступать как объективные сложности изучения ПСС и ПК на протяжении всей профессиональной жизни человека, так и ограничения устоявшегося методического арсенала академической психологии. Одним из возможных путей решения задач выявления факторов и критериев профессионального развития субъекта в стадии взрослости, числа и продолжительности отдельных этапов, может быть обращение к *квази-измерениям* (*к-измерениям*).

К-измерения – процедуры использования естественных изменений физических объектов или изменений внутренних состояний субъектов для проведения количественных вычислений (по В.С. Степину). В психологии это может быть использование изменений опыта, возраста, социального статуса человека при изучении его представлений о своем прошлом и будущем состоянии [1; 2; 3]. Для к-изменений привлекаются большие гомогенные профессиональные выборки субъектов (50–200 чел.), а полученные данные характеризуются высокой надежностью и валидностью [2; 3].

Основные результаты цикла наших исследований (обследовано более 1000 представителей разных профессий в возрасте от 30 до 55 лет – государственных служащих, менеджеров, бухгалтеров, учителей, врачей и др.): *возрастная динамика ПСС* характеризуется следующими особенностями: 1) В ПСС различаются четыре части – *эволюция*, «*плато*», в котором выделяются стадии *роста* и *снижения*, *общая инволюция* систем. 2) Типовая картина такова: слабо выраженная вершина на рубеже 35–45 лет с монотонно восходящей и

нисходящей кривыми, сравнительно непродолжительное «плато» в 10–15 лет, в котором явно различаются две разные части – возрастание и снижение уровня развития систем, поддерживающих ПСС. 3) Изменения в развитии разных систем неравномерны и гетерохронны. 4) Возрастная динамика сопряжена с факторами внешней макро- и мезосреды (статусом профессии, типичной корпоративной культурой организаций, и т.п.), с факторами социальной микросреды (отраженной в таких переменных, как занимаемая должность, профессиональная квалификация субъекта, пол, семейное положение, наличие детей и др.), с «внутренними условиями», «преломляющих» (по С.Л. Рубинштейну) условия родительской и собственной семьи, особенности воспитания и образования и др. 5) ПСС зависит от типа и полноты актуализируемых субъектом условий внешней и его внутренней среды. 6) ПСС характеризуется периодическими изменениями ресурсов, поддерживающих позитивное социальное и профессиональное развитие субъекта. 7) ПСС тесно связана с полнотой самореализации в разных сферах – труда, семьи, досуга. 8) Динамика во многом определяется активностью субъекта в начальных стадиях профессиональной карьеры. 9) Завершающие стадии ПСС связаны с полнотой самореализации в труде и в семейной сфере. 10) Наибольшая индивидуальная вариативность динамики отмечается в завершающих стадиях профессиональной карьеры.

Литература

1. *Толочек В.А.* Квазидиагностика и проблемы целостного изучения человека // Мир психологии. 2004. № 4. С. 100–111.
2. *Толочек В.А.* Квазизмерения в изучении профессиональных способностей субъекта / Материалы итоговой научной конференции Института психологии РАН. Отв. редакторы А.Л. Журавлев, Т.И. Артемьева. – М.: Изд-во Институт психологии РАН, 2008. С. 203–217.
3. *Толочек В.А., Журавлева Н.И.* Динамика актуализации ресурсов субъекта на протяжении профессиональной карьеры // Психологический журнал. 2015. Т. 36. № 1. С. 91–107.

Риски профессионального становления субъектов педагогической профессии

Толочек В.А., Денисова В.Г.

Профессиональное становление субъекта (ПСС) рассматривается как специфическая социализация человека – как индивидуализация личности, как специфическая форма научения и развития, проявления активности, как часть жизненного пути, согласно работам И.С. Кона, Е.С. Кузьмина, Б.Д. Парыгина и других. В последние десятилетия ПСС Н.Е. Водопьяновой, Л.М. Митиной, Ю.П. Поваренковым и другими специалистами понимается уже не только как исключительно позитивный процесс, но как множество параллельно развивающихся изменений, позитивных и негативных – личностное и профессиональное развитие, личностные деформации и профессиональные деструкции, психическое выгорание, профессиональные стрессы. В изучении негативных

синдромов ПСС можно выделить несколько ключевых моментов: 1) деструкциям и выгоранию наиболее подвержены представители социномических профессий; 2) основными детерминантами таких синдромов выступают как интрасубъектные факторы (личностные особенности, стаж работы, отношение к работе и др.), так и внесубъектные – социальные институты, актуальный уровень социальной защиты и т.п.; 3) наиболее опасным фактором в развитии данных синдромов являются их неосознаваемость, их недостаточная рефлексия субъектом на первых стадиях; 4) разные негативные процессы начинают проявляться достаточно рано: после 3–5 лет работы.

В наших предыдущих работах установлено: 1) Динамика ПСС имеет четыре части – *эволюцию*, *«плато»*, в котором различаются стадии роста и снижения, *инволюцию*. Общая картина динамики ПСС: слабо выраженная вершина на рубеже 35–45 лет с монотонно восходящей и нисходящей кривыми, сравнительно непродолжительное «плато» в 10–15 лет, в котором явно различаются две разные части. 2) Изменения в развитии разных систем неравномерны и гетерохронны. 3) ПСС имеет выраженную индивидуальную вариативность в эволюции всех составляющих 4) Внутренние условия субъекта (которые могут выступать как *интрасубъектные* ресурсы) можно рассматривать как своеобразные призму, фокусирующую или рассеивающую разные влияния внешних причин; организацию внутренних условий – как определяющую чувствительность и разную реактивность человека на внешние, средовые условия (которые могут выступать как *внесубъектные* ресурсы).

Цель нашего исследования определялась как изучение позитивных и негативных изменений эволюции/инволюции в ПСС субъектов педагогической деятельности на протяжении профессиональной карьеры. *Выборки*: 1) 52 *учитель* средних школ в возрасте от 28 до 65 лет ($M=46.2$; $CD=8.6$), со стажем работы от 7 до 42 лет ($M=23.9$; $CD=9.1$); 2) 29 *воспитателей* ДДУ: 34 женщины в возрасте от 29 до 65 лет ($M=46.4$; $CD=10.4$), со стажем работы от 2 до 43 лет ($M=24.1$; $CD=10.3$); все – женщины. Базовый метод исследования назван нами *квазиизмерения* (Толочек, 2008 а; 2008 б; 2009; Толочек, Денисова, 2010; Толочек и др., 2001, 2012). Респондентам предлагалась анкета «Динамика ПСС» (ДПСС). Используя 9-балльную шкалу, в 5-летних интервалах от возраста 20 до 65 лет респонденты оценивали реальную (до актуального возраста респондента, например, до 40 лет) и предполагаемую динамику (например, от 40 до 65 лет) составляющих своей биологической, психической и профессиональной эволюции/инволюции. В список 22 вопросов анкеты входили: произвольная и непроизвольная память, обучаемость, физическая и интеллектуальная работоспособность, физическое и духовное здоровье, профессиональные компетентность и интуиция, эмоциональная и интеллектуальная саморегуляция, саморегуляция физического состояния, широта и цельность интересов и др.

Обобщая результаты исследования, можно констатировать: 1) У субъектов педагогической деятельности профессиональная карьера разделяется на несколько частей, преимущественно детерминируемых ресурсами одного из трех выделенных типов: *интра-, интер- и внесубъектными*. 2) Профессиональное становление учителей и воспитателей не может считаться безупречным («беспроблемным») наилучшим из возможных альтернатив), а полнота использования ими потенциально доступных интра-, интер- и внесубъектных ресурсов оставляет желать лучшего. 3) Разные группы субъектов характеризуются предпочтением и частичным использованием ресурсов лишь определенного типа. При этом даже малая представленность отдельных ресурсов оптимизирует динамику ПСС. Напротив, те группы учителей и воспитателей, которые игнорируют все возможные ресурсы, либо являются профессиональными аутсайдерами, либо платят за свой профессионализм чрезмерно высокую психофизиологическую «цену». 4) Субъектам педагогической деятельности присуще выраженное снижение уровня основных психических функций в середине карьеры с параллельным возрастанием выраженности деструктивных процессов уже с 35–40 лет. Сравнение воспитателей, работающих в социально и психологически более комфортных условиях, и учителей, работающих в условиях выраженного психофизиологического напряжения, нарастающего объема формальной отчетности, внешнего контроля, ухудшения баланса прав и обязанностей, выявляют более интенсивное и более раннее развитие всех деструктивных процессов у учителей, большее ослабление основных психических функций, сужение «широты связей с миром» (по А.Н. Леонтьеву), снижение представлений о своей профессиональной компетентности к критическому возрасту официального выхода на пенсию. 5) Возрастающая в среднем возрасте индивидуальная вариативность оценок уровня развития составляющих ПСС в рассматриваемых группах педагогов, показывает, что отдельные лица находят необходимые ресурсы (вне-, интер- и интрасубъектные) для поддержания профессионального долголетия и здоровья, тогда как другие не справляются с такими задачами.

Представленные выше результаты цикла исследований указывают на то, что профессиональная эволюция учителей и воспитателей характеризуется значительными межгрупповыми различиями, высокой межиндивидуальной вариативностью динамики рассматриваемых систем в начале и в конце карьеры, слабыми корреляциями переменных разных групп и вместе с тем сочетающимися, «согласованными» изменениями систем, поддерживающих профессионализм. Следовательно, не состав и не уровень развития отдельных систем, а их структуры определяют, с одной стороны, восприимчивость человека к средовым факторам, способность их «чувствовать», интегрировать, делать своим достоянием, с другой – актуализировать свои системы саморегуляции, выводить их в роль «метаспособностей» (по А.В. Карпову, М.А. Холдной), делать их психологическими инструментами.

Риски развития негативных тенденций у субъектов педагогической деятельности связана, с одной стороны, со слабой и недостаточной актуализацией возможностей самих субъектов (как интрасубъектных ресурсов), с другой – с необходимостью оптимизации условий среды деятельности так, чтобы они более и чаще могли использоваться как возможные ресурсы (внесубъектные ресурсы), способствующие не только успешности деятельности, но и развитию личности и профессионализма субъектов на протяжении всей профессиональной карьеры.

Литература

1. Толочек В.А. Квазидиагностика и проблемы целостного изучения человека // Мир психологии. 2004. № 4. С. 100–111.
2. Толочек В.А., Денисова В.Г. Квазиизмерения в психологии: содержание, потенциал, перспективы // Математическая психология: школа В.Ю. Крылова. Сер. «Научные школы Института психологии РАН». – М.: Изд-во Институт психологии РАН, 2010. С. 234–241.
3. Толочек В.А., Денисова В.Г., Журавлева Н.И. Квази-измерения в решении научных и прикладных задач комплексного человекознания: надежность и валидность // Проблемы социальной психологии личности: Межвуз. сб. научн. тр. Вып.11. – Саратов: Изд-во Саратов. ун-та, 2013. С. 32–45.

Психологическое благополучие и субъективное восприятие времени в период средней зрелости

Трошихина Е.Г.

Проблема психологического благополучия давно привлекает внимание ученых, а в последние десятилетия она все чаще становится предметом исследований психологов. Отечественными авторами традиционно подчеркивается необходимость осмысленности, насыщенности и продуктивности жизни для внутреннего благополучия человека (Б.Г. Ананьев, С.Л. Рубинштейн, А.В. Брушлинский). Такой точки зрения придерживаются и современные отечественные психологи (Л.В. Куликов, Д.А. Леонтьев, П.П. Фесенко и др.).

В зарубежной психологии концепцию, противостоящую гедонистическим взглядам на счастье, выдвинул А.С. Ватерман. Он подчеркивает, что для благополучия человека гораздо большее значение имеет направленность на реализацию глубинных ценностей, чем состояние удовольствия. Если понимание благополучия в гедонистическом ключе предполагает удаление от проблем, то благополучие в эвдемоническом смысле связано с напряжением и усилиями, направленными на их решение.

К наиболее значимым дальнейшим теоретическим разработкам вопроса благополучия человека в рамках эвдемонического подхода можно отнести теорию психологического благополучия К. Рифф. Ее концепция объединила в себе различные философские воззрения и психологические теории, объясняющие позитивное функционирование человека (Ш. Бюлер, А. Маслоу, Г. Ол-

порта, К. Роджерса, Э. Эриксона, К.Г. Юнга и др.). Психологическое благополучие определено К. Рифф как базовый субъективный конструкт, отражающий восприятие и оценку своего функционирования с точки зрения вершины потенциальных возможностей человека. На основании теоретического анализа работ она выделила шесть компонентов: автономность, компетентность, личностный рост, позитивные отношения, жизненные цели и самопринятие, и затем разработала методику «Шкала психологического благополучия», которая активно используется исследователями разных стран. К. Рифф и ее коллеги отмечают, что психологическое благополучие динамично и напряженно. Такие экзистенциальные компоненты, как «цели в жизни» и «личностный рост» отражают направленность человека в будущее.

Еще одно направление исследований благополучия связано с выявлением внутренних факторов его устойчивости. Поиски ответа на вопрос, что же дает возможность человеку выстоять перед лицом тяжелых ситуаций, привели к разработке целого ряда теорий. А. Антоновский в поисках объяснения способности некоторых людей оставаться здоровыми при воздействии стрессоров, предложил понятие «чувство связности» (Sense of Coherence). Он полагал, что человек, имеющий выраженное чувство связности меньше напряжен в стрессовых условиях, поскольку верит, что готов встретиться с требованиями среды. А. Антоновский определил чувство связности как прочное, хотя и динамичное, чувство уверенности, что окружающая среда предсказуема и, события будут развиваться в соответствии с разумными ожиданиями. Другими словами, это сочетание оптимизма и контроля. Он выделил три компонента – постижимость, управляемость и осмысленность: события предсказуемы, с ними можно справиться и есть чувство, что жизнь имеет смысл. Для изучения чувства связности А. Антоновский разработал соответствующую шкалу [3].

В качестве важной составляющей психологического благополучия многие исследователи выделяют наличие во внутреннем мире образа целостной, протяженной и содержательно насыщенной временной перспективы (Ф. Зимбардо, Дж. Бойд, Ж. Нюттен и др.). Отражение прошлого, настоящего и будущего в их взаимосвязи позволяет опираться на прошлый опыт и строить планы на будущее, так что временная перспектива играет важную роль в регуляции жизнедеятельности и чувстве насыщенности проживаемой жизни. Ж. Нюттен указывает, что необходимо учитывать протяженность и глубину временной перспективы, насыщенность событиями, степень структурированности, яркости и реалистичности восприятия событий человеком [2].

Созданная Л.И. Вассерманом и соавторами методика «Семантический дифференциал времени» позволяет исследовать характеристики субъективного восприятия времени. Авторы выделяют пять факторов. «Активность времени» указывает на уровень энергетической наполненности психической жизни. «Эмоциональная окраска времени» отражает преобладание позитивных или негативных

эмоций в отношении временного периода. «Величина времени» говорит о его смысловой наполненности. Фактор «Структура времени» отражает степень ясности и упорядоченности периода времени, а также насколько прогнозируемы и контролируемы события в представлении человека. «Ощущаемость времени» показывает наличие или отсутствие тесной психологической связи человека с соответствующим временным периодом, уровень вовлеченности [1].

Таким образом, понятия психологического благополучия, чувства связности и временной перспективы, раскрывающие грани внутреннего мира человека пересекаются по содержательному наполнению. Очевидно, что схожесть понятий объясняется их связью с осмысленностью жизни и продуктивным функционированием личности. Однако можно выделить и область различий. Понятие психологического благополучия в большей мере подчеркивает идею устремленности человека в будущее, его заинтересованность в постоянном личностном развитии и реализации своего потенциала. Концепт «чувство связности» в большей мере отражает способность человека справляться со стрессовыми ситуациями настоящего. Он был создан для того, чтобы выявить, за счет чего люди могут вынести тяжелые испытания, преодолеть трудные обстоятельства.

Временная перспектива, отражающая восприятие времени и соотносительность жизненных периодов прошлого, настоящего и будущего, также чувствительна к стрессовым воздействиям. Ж. Нюттен считал, что в опасных ситуациях жизненная перспектива может сужаться до очень близко находящихся целей или объектов. А в период спокойной рефлексии она может расширяться вплоть до очень отдаленных моментов прошлого и будущего [2]. На наш взгляд характеристики временной перспективы во многом определяются наличием или недостатком у человека внутренних ресурсов. Высокий уровень психологического благополучия, установки на постижимость, управляемость и осмысленность мира, могут послужить буфером в стрессовых ситуациях и обеспечить сохранность временной перспективы.

Важно также отметить, что, предположительно, внутренний мир социально и психологически благополучного человека выступает системным образованием и предстает целостным, соразмерным и гармоничным феноменом. Нас заинтересовал вопрос о взаимосвязи шкал психологического благополучия и чувства связности, а именно, создают ли они непротиворечивую структуру у людей периода средней зрелости, благополучных в социальном плане. Насколько важно для позитивного восприятия временных периодов прошлого, настоящего и будущего высокое психологическое благополучие и чувство связности? Действительно ли психологическое благополучие больше ориентировано в будущее, чем в настоящее и прошлое?

В исследованиях Л.А. Черезовой и А.В. Колтуновой, выполненных под нашим руководством, рассматривались взаимосвязи психологического благополучия, чувства связности и субъективного восприятия времени прошлого,

настоящего и будущего людьми периода взрослости. В общей сложности, выборку возрастного диапазона от 26 до 40 лет составили 112 человек, из них 55 женщин и 57 мужчин. Все испытуемые имели высшее образование и работали. Исследования показали, что шкалы психологического благополучия и чувства связности образуют целостную гармоничную структуру, получены множественные и только положительные их взаимосвязи. Шкалами, образующими систему, явились «осмысленность» и «компетентность». Слабо встроенным в общую структуру оказался только компонент «автономность». В целом можно сказать, что восприятие проблем и задач, которые ставит жизнь, в качестве «вызовов», взаимосвязано с заинтересованностью в личностном развитии, наличием многих жизненных целей и чувством компетентности в различных жизненных ситуациях у людей периода средней взрослости.

Что касается субъективного восприятия времени, то все шкалы, как психологического благополучия, так и чувства связности, имеют только положительные взаимосвязи с факторами времени, что также свидетельствует о гармоничности внутреннего мира социально благополучных взрослых периода средней взрослости и, видимо, непротиворечивости изучаемых конструктов.

Компоненты психологического благополучия больше всего связаны с восприятием времени Будущего, причем наибольшее количество связей имеют шкалы «личностный рост» и «жизненные цели». Эти результаты согласуются с представлением о преимущественной направленности психологического благополучия в будущее, и подтверждают высокую значимость компонентов «личностный рост» и «жизненные цели» для позитивного восприятия открывающихся горизонтов. Чем больше жизненных целей и ярче ощущение личностного роста, тем более энергичным и наполненным событиями представляется будущее людям периода средней взрослости.

Компоненты «чувства связности», напротив, больше интегрированы со шкалами восприятия Настоящего, в качестве системообразующей выступила шкала «осмысленность». Это свидетельствует о том, что чувство связности больше важно для позитивного восприятия времени Настоящего. Готовность встретиться с требованиями среды и чувство, что происходящим в жизни событиям можно придать смысл, способствуют восприятию времени Настоящего как упорядоченного, контролируемого и энергетически наполненного. Эти данные согласуются с точкой зрения А. Антоновского, что люди с высоким чувством связности менее напряжены в стрессовых ситуациях.

Факторы субъективного восприятия Прошлого слабо связаны с компонентами психологического благополучия, а шкалы чувства связности вообще не имеют с ними корреляций. Иными словами, психологически благополучные люди могут видеть свое прошлое различно по эмоциональным, структурным и активным характеристикам. Интересно, что шкала «автономность» оказалась практически не взаимосвязанной с факторами субъективного восприятия все временных периодов.

В целом, результаты данных исследований показывают, что внутренний мир психологически благополучного человека представляет собой многогранный целостный и гармоничный феномен. Психологически благополучные люди периода средней зрелости могут по-разному относиться к своему прошлому, а настоящее и будущее воспринимают оптимистично и позитивно, видят в жизни смысл и возможности для саморазвития и самопознания.

Литература

1. *Вассерман Л.И., Кузнецов О.Н., Таилыков В.А., Тейверлаур М., Червинская К.Р., Щелкова О.Ю.* Семантический дифференциал времени как метод психологической диагностики личности при депрессивных расстройствах / Пособие для психологов и врачей. СПб.: СПбНИПНИ им. В.М. Бехтерева, 2005.
2. *Нюттен Ж.* Мотивация, действие и перспектива будущего. М.: Смысл, 2004.
3. *Осин Е.Н.* Чувство связности как показатель психологического здоровья и его диагностика // Психологическая диагностика. 2007. № 3. С. 22–40.

Часть 2

Отношения между поколениями

Изучение подвигов старшего поколения как основа патриотического воспитания молодежи

Богатов В.В.

Нет необходимости убеждать кого-либо в том, что воспитание у молодежи патриотических чувств входит в основные задачи любого государства, радеющего за сохранение своей целостности, а уж тем более за достижение лидирующего положения на мировой арене. Для России, имеющей глубинные исторические корни государственного устройства, переживающей сегодня непростой период своего исторического развития, проблема укрепления национального самосознания на основе формирования у молодого поколения патриотических устремлений приобретает характер первостепенной миссии государственной важности. В истории России немало памятных дат, рожденных героическими и трагическими событиями. Одни из них со временем стираются из памяти людей, другие наполняются другим содержанием, третьи приобретают всенародный характер. Великая Отечественная война для наших земляков, как и для всего народа, стала суровым испытанием. В годы войны из каждой семи нашего села уходили мужчины – отцы, мужья, сыновья. Война забирала целые семьи.

Патриотическое воспитание стало важным направлением в деятельности многих структур администрации Костромской области, ведущих общественных объединений региона по выполнению региональных программ работы с молодежью. Начиная с мая 2005 года, 60-летнего юбилея Победы советского народа в Великой отечественной войне, Костромской областной центр детско-юношеского туризма «Чудь» проводит ежегодный областной конкурс исследовательских краеведческих работ обучающихся, участников областной туристско-краеведческой программы «Без истока – нет реки». Участниками конкурса являются учащиеся 6–11 классов в возрасте 12–18 лет и группы школьников, учеников образовательных школ, учреждений дополнительного образования детей, кружки, клубы, музеи, поисковые отряды. В основу реализации целей и задач конкурса заложены главные содержательные социально-патриотические качества:

- чувство привязанности к тем местам, где человек родился и вырос;
- уважительное отношение к историческому прошлому родины;
- проявление позитивно-оценочного отношения к достижениям своих сограждан, уважительное отношение к старшему поколению;
- соблюдение морального такта по отношению к национальным обычаям и традициям;
- проявление гражданских чувств, сохранение верности и преданности родине;

- стремление посвящать свои силы и способности укреплению могущества и расцвету родины;
- готовность отстаивать честь и защиту страны.

Участники конкурса самостоятельно готовят исследовательские работы по 6-ти направлениям:

1. **Летопись родных мест**

- Забытые деревни;
- Загадки топонимики;
- Наши земляки;
- История народного образования.

2. **Родословие**

- Древо жизни;
- Семейные традиции и обряды.

3. **Военная история**

- Великая отечественная война;
- Мемориал;
- Современные военные конфликты.

4. **Культурное наследие**

- Исчезнувшие памятники Костромской области;
- Литературное наследие родного края.

5. **Природное наследие**

- Природные памятники Костромской области;
- Тайны природы;
- Природа в опасности.

6. **Этнография**

- Обычаи и обряды моего народа;
- Народная игра;
- Народные промыслы;
- Фольклор.

Ежегодно на конкурс представляются до 150 работ, как индивидуальных, так и групповых, в которых принимают участие юноши и девушки из всех 26 районов Костромской области. Творчество молодых исследователей курируют опытные педагоги-наставники и музейные работники, которые помогают ребятам в сборе, обработке и оформлении наработанного эмпирического материала.

Все конкурсные работы проходят этап рецензирования опытными экспертами по строго определенным критериям. На основании письменных отзывов-рецензий жюри конкурса выявляет лучшие работы в каждой номинации. К примеру, в номинации «Военная история» *первое место* заняла работа Голубкова Евгения «Книга воинской славы моей семьи» (научный руководитель Ухова Л.Н.) МОУ Михайловская СОШ (Судиславский район). «Мои родственники, прадеды, прапрадеды, как и миллионы других советских людей,

по зову Родины встали на ее защиту, – пишет десятиклассник. Многие из них погибли, чтобы мы жили в свободной стране, другим посчастливилось вернуться. Светлой памяти павших и доброй памяти живых посвящена моя работа. Я с детства знаю, что у нас, в роду Голубковых, есть Герой Советского Союза Голубков Алексей Константинович. В музее Михайловской школы, в которой я учусь, есть бюст Героя. Я посчитал своим долгом узнать как можно больше о своем знаменитом родственнике, о его подвиге, о том, какие связи существуют между этим героическим человеком и мной, поэтому постарался выстроить цепочку родственных связей». Автор рассказал о подвиге Героя и создал Книгу памяти родственных связей семьи Голубковых. В поселке Судиславль и в городе Кострома есть улицы Голубкова, названные в честь Героя.

Второе место заняла работа Годунова Ивана «История пропавшего бомбардировщика» (научный руководитель Сиваш О.Н.) МОУ ДДТ «Жемчужина» (г. Кострома). Потрясает юношеская откровенность и искренность, с которой начинается исследование: «Я простой костромской школьник. Мне 14 лет и, конечно, я много времени провожу в глобальной сети «Интернет». Однажды в поисковой системе я увидел заголовок, который привлек мое внимание. Суть заголовка заключалась в следующем: в Ленинградской области найден бомбардировщик ДБ-3Ф, вылетевший на задание с костромского аэродрома и бесследно пропавший в 1941 году. Я задался целью узнать подробности данного события, ведь война коснулась и моей семьи, ведь я – костромич, и мне дороги память и подвиг не только моих земляков, но и всех тех, кто отдал жизнь ради Победы». Иначе, как патристичными, нельзя назвать слова автора, которые он высказал в конце своей работы: «Я считаю дело восстановления событий Великой Отечественной войны очень важным. История нашей Победы, к сожалению, содержит еще много неизвестных страниц, которые необходимо открывать. Это тем более важно, что касается увековечивания памяти павших в боях за Родину. Пока мы знаем и помним историю своей страны, мы непобедимы».

Третье место заняла работа Шороховой Дарьи «Трагизм фашистского плена» (научный руководитель Шатрова Г.И.) МОУ Зебляковская СОШ (Шарьинский район). В работе раскрыты судьбы военнослужащих-костромичей, переживших фашистскую неволю. Шарьинская девятиклассница доказала, что фашистский плен – это трагедия не только отдельной личности, но и целого поколения фронтовиков и их семей. В своей работе Дарья рассказала о судьбах костромичей, оказавшихся в пламени войны и по воле злого рока переживших трагизм, нечеловеческие лишения и муки плена. В данном исследовании кроме личных бесед с земляками использован широкий круг источников: архивные документы, периодическая печать, художественная литература, интервью с участниками событий.

Организаторам конкурса и членам жюри непросто выявлять победителей, так как каждая работа отличается индивидуальностью и новизной, пронизана ис-

кренностью и патриотизмом. В завершение каждого ежегодного конкурса «Без истока – нет реки» проводится итоговая конференция Костромского ОЦДЮТ «Чудь», на которой победители в каждой номинации защищают свои работы. Лучшие работы отмечаются грамотами, ценными призами и представляются на Всероссийский конкурс краеведческих исследовательских работ участников туристско-краеведческого движения Российской Федерации «Отечество». Можно справедливо отметить, что с каждым годом работы школьников становятся все более качественными и количество участников увеличивается. Во всех исследовательских работах конкурса «Без истока – нет реки» прослеживается творческий поиск, вдохновение и искреннее стремление ребят в изучении исторического прошлого. Школьники с воодушевлением описывают ратные подвиги своих земляков и родственников старшего поколения, на конкретных примерах показывают их мужество, стойкость и героизм. Грамотное прочтение своей истории бальзамирует сознание молодого поколения, развивает у молодежи чувство национальной гордости, достоинства и уважения к родным истокам.

Вот что пишет в своем сочинении ученица Спасской школы из Костромской области: «Мне 16 лет, еще с начальной школы увлекаюсь историей России. Безумно интересно знать, как люди жили в прошлом, их мысли, чувства. Конечно, полностью понять и почувствовать характер человека, жившего в эпоху Петра I сейчас довольно затруднительно, но мне повезло – я узнаю много интересного о XX веке. В нашей школе уже несколько лет действует клуб «Патриот». Меня выбрали руководителем клуба. В год юбилея Победы мы вновь обращаемся к событиям Великой Отечественной войны, которая осталась навсегда в памяти миллионов людей, коснулась каждой семьи. Это трагическая и героическая страница нашей истории не должна быть забыта! Члены нашего клуба оказывают тимуровскую помощь ветеранам, поздравляют с праздниками, да и просто общаются с ними. Я знаю на собственном опыте, что ничто так не радует пожилого человека, как разговор с молодыми, полными жизненных сил и энергии ребятами. А встречи с замечательными людьми помогают нам взглянуть на историю другими глазами, мы стремимся стать настоящими гражданами своей страны».

В канун 70-й годовщины Победы, когда количество живых участников войны становится все меньше с каждым днем, особо чувствуется пространство времени. Для современного молодого поколения это уже история XX века. Конкурс «Без истока – нет реки» – это уникальная возможность для молодого поколения взглянуть на события военной поры глазами очевидцев, узнать из первых уст о суровой правде военной службы, об историческом опыте стойкости и беззаветного служения Родине ее сыновей.

Актуальность данных исследовательских проектов, их сегодняшняя востребованность доказана самой жизнью. В ходе проекта – через знакомство с историческим опытом ветеранов Великой войны, через добровольческую

деятельность – у школьников формируется активная гражданская позиция. Совместный труд школьников, педагогов, родителей, ветеранов, общественности способствует формированию социально-нравственных, патриотических ориентиров молодежи.

Проходят годы и десятилетия. Мы живем в новой эпохе – эпохе больших возможностей. В наше время другие ценности. Но одно должно остаться для всех поколений ценным, главным и святым... Память и Благодарность!

Психологические аспекты семейных конфликтов между поколениями

Быкова Е.А.

Проблема конфликтов представителей старшего поколения семьи с более молодыми встает сегодня особенно остро. Основной трудностью, которая возникает в общении между домочадцами разного возраста, становится то, что каждый из них – «продукт» совершенно разного времени. Каждое поколение формировалось в другой среде, и это создает огромный разрыв между ними. Именно поэтому отношение даже к простейшим вещам в жизни у них совершенно разное, и именно в этом заключаются особенности семейных конфликтов между поколениями.

Бурное развитие технологий делает разрыв между поколениями еще больше. Новые технические устройства появляются так быстро, что люди постарше просто не успевают адаптироваться к ним.

Самая главная причина, из-за которой этот разрыв становится возможным – это нежелание понять друг друга и общаться друг с другом.

Причины межпоколенных конфликтов в семье – вопрос, безусловно, неоднозначный. Достаточно сложно выделить одну или две каких-то причины. Как правило, их гораздо больше, они могут накапливаться годами, зависеть как от особенностей личности членов семьи, так и от специфики семьи и даже ситуации в обществе.

Таким образом, семейные конфликты между поколениями возможны тогда, когда существует непонимание между разными возрастными группами и/или отсутствие уважения, как правило, у младших по отношению к старшим. Молодому поколению бывает трудно понять, что старшие тоже были такими молодыми, что они внесли свой вклад в общество и что, хоть они и стали менее активны в силу своего возраста, они по-прежнему умны и обладают богатым опытом, который может быть полезен другим.

Старшему поколению, возможно, трудно мириться с поведением некоторых молодых людей. Они видят, что молодежь сейчас имеет больше возможностей, чем имели они в свое время, и что у младшего поколения нет тех трудностей, которые когда-то переносили они. Пожилые люди не могут

понять, что молодые люди сегодня сталкиваются с различными проблемами, связанными с особенностями современного общества, и не могут признать, что проблемы эти по-своему тоже очень непросты [1].

В основе конфликтов между средним и пожилым поколениями в семье лежит разница в ценностях. Многие исследования указывают на социально-экономический кризис и политическую нестабильность в стране. Но больше настораживает духовный кризис, который респонденты обозначают как падение нравов, которое, с их точки зрения, наблюдается в том, что в обществе невелико почтение к возрасту; чаще отдается предпочтение новым веяниям, чем проверенному временем опыту; увеличилось общее количество конфликтов в обществе [7].

Современная российская семья не похожа на традиционную патриархальную, и в обществе теперь больше ценится индивидуальный успех, чем семейное благополучие; многопоколенная семья считается пережитком прошлого, вынужденной формой проживания. Все это способствует конфликтам поколений в семье и обществе. Изменения, происходящие в современном российском обществе, делают межпоколенные конфликты в семье более частыми и глубокими, а социальные конфликты поколений в обществе неизбежно отражаются на семейных взаимоотношениях.

Изменяются личностные особенности членов семьи, которые влияют на течение конфликтов.

С возрастом закономерно возрастает ранимость и обидчивость, что особенно ярко проявляется в контактах с близкими. Пожилые люди сильнее переживают негативные, чем позитивные аспекты общения. В целом эмоции теряют интенсивность. Печаль часто может быть связана с отказом от общения.

Старение является неизбежным элементом развития, как отдельных людей, так и всего населения. Именно старость очерчивает перспективу развития личности.

Существует множество описаний особенностей, характеризующих личность пожилого человека. Согласно исследованиям, проведенным О.В. Красновой, представители различных возрастных групп выделяли такие особенности стариков, как мудрость, наличие большого жизненного опыта, доброта, духовная значимость для молодежи. Но вместе с тем отмечаются и негативные их характеристики: эгоистичность, жадность, упрямство, безразличие ко всему, интеллектуальная деградация, консерватизм, критическое отношение к молодым людям [6].

И.С. Кон выделяет несколько типов разных социально – психологических типов старости, используя направленность деятельности К позитивным благополучным типам, относятся:

- а) активная, творческая старость;
- б) энергия направлена на устройство собственной жизни, материальное благополучие, отдых и т.д.;

- в) главное приложение своих сил люди данного типа старения находят в семье;
- г) смыслом жизни людей данного типа является забота об укреплении собственного здоровья.

Все четыре типа старости И. Кон считает психологически благополучными, и замечает, что есть и отрицательные типы. К таковым он относит агрессивных старых ворчунов, разочаровавшихся в себе и собственной жизни, одиноких и глубоко несчастных неудачников, критикующих все, кроме себя. Именно у таких типов чаще и возникают конфликты с молодыми членами своих семей [3].

В исследовании Г.А. Миннигалеевой, К.В. Деминой, Т.Ш. Зулкарнаева, Л.М. Юсуповой, И.С. Хижняковой было выявлено, что в обществе складывается стереотип восприятия пожилых людей. Многие считают, что пожилые люди не способны ориентироваться в современном мире без помощи семьи и общества (70–80 %), и в меньшей степени в том, что они находятся в «недовольном» настроении (50–75 %). Кроме того в описании пожилого человека используются такие характеристики как «грустный», «подавленный», «несчастлив», «разочарован». Образ пожилого человека и пожилого возраста в глазах представителей других поколений и СМИ в целом скорее негативен [2, с. 58].

Интересен тот факт, что самая молодая группа (до 20 лет) чаще всего воспринимает роль пожилого человека в семье позитивно: около 60 % ответили, что пожилой человек объединяет и сплачивает семью. Тогда как с этим согласились только 30 % респондентов старше 60 лет. В категории вопроса «семья» звучит и тема заботы о пожилых («мы должны о них заботиться»), в то же время подчеркивается роль пожилых людей для воспитания внуков [2, с. 59].

Представители старшего поколения семьи весьма озабочены жизнью и судьбой детей и внуков, считают их проблемы собственными.

Воздействие бабушек и дедушек на младших членов семьи, их вклад в воспитательный потенциал семьи трудно оценить однозначно. Сложные и противоречивые отношения связывают подчас родителей и их взрослых детей и внуков.

Приобретение новой внутрисемейной роли (роли бабушки или дедушки) сопровождается существенной перестройкой сложившейся иерархии отношений, поиском гармонии возникшей социальной роли и уже имеющихся ролей (у женщин – роли жены, мамы, свекрови или тещи), которые часто противостоят друг другу: Освоение прародительского статуса требует выработки новой внутренней личностной позиции.

В отечественной психологии первое эмпирическое исследование вклада бабушек в жизнь семьи детей и взаимоотношений бабушек с внуками проведено общественным центром «Геронтолог» (О.В. Краснова) [4]. В исследовании участвовали женщины, проживающие в Москве и в небольших городах Московской области, в возрасте от 40 до 85 лет, имеющие внуков. Учитывался ряд параметров: возраст бабушек, образование, совместное или раздельное проживание с детьми, факт продолжения трудовой деятельности, характер родственных связей

(внук/внуки от сына или дочери), частота контактов, возраст внуков. Специально разработанная анкета включала вопросы о совместных занятиях бабушек с внуками; о представлениях бабушек о воспитании внуков; о системе поощрений и наказаний внуков; о надеждах на будущее; о помощи детям в воспитании внуков; о том, где внуки учатся хорошему и дурному; о доле участия старшего поколения в воспитании внуков; о причинах беспокойства за внуков; о конфликтах с детьми; о роли в семье, которую отводит себе старшее поколение.

На основании анализа полученных данных выделены три основных типа бабушек: «формальная», или «обычная»; «активная», или «увлеченная»; «далекая», или «отстраненная», «символическая».

Согласно проведенному опросу, каждая вторая бабушка относится к типу «обычной». Она вместе с внуками смотрит телевизионные передачи, читает им, гуляет с ними, летом, как правило, проводит время вместе (например, на даче). В приготовлении уроков, в играх, культурном просвещении внуков бабушки этого типа участвуют незначительно. Они поощряют внуков: хвалят, обнимают, целуют; покупают мороженое, сладости, фрукты, игрушки, вещи. При этом обычно делают это «просто так» или «за хорошее поведение», «за то, что она маленькая». В качестве наказаний «в случаях плохого поведения», непослушания предпочитают не общаться с ними или поругать.

«Активные», «увлеченные бабушки» имеют высокую степень вовлеченности в досуг и проблемы своих внуков. Увлеченные бабушки чаще отмечают и поддерживают у внуков проявления доброты, сочувствия, помощи; чувствительны к моментам, когда внукам требуется поддержка, ободрение. В качестве наказания за «вранье, лень, грубость» ругают, запрещают смотреть телевизор или ходить в гости, могут дать подзатыльник или не общаться, т.е. они проявляют большую активность в наказаниях по сравнению с бабушками предыдущего типа и считают, что имеют на это право.

«Далекие», «отстраненные бабушки» затрачивают на внуков гораздо меньше времени. Внуки таких бабушек с рождения воспитывались или только родителями, или с помощью старшего поколения «с другой стороны», т.е. бабушки «отстраненного» типа не имели и продолжают не иметь каких-либо обязанностей по отношению к внуку [4].

Оптимальная готовность бабушек и дедушек состоит в осознании своей собственной особой роли. Прародители понимают ценность внуков, появление которых означает новый этап их жизненного пути, повышает общественный престиж, удлиняет жизненную перспективу, создает новые источники удовлетворенности жизнью. Наряду с оказанием некоторой помощи – бытовой, материальной, бабушки и дедушки выступают в роли связующего звена между прошлым и настоящим семьи, передают традиции и проверенные ценности, окружают внуков поистине безусловной любовью. Незрелость, неготовность прародителей выражается в том, что они вообще отказываются от новой позиции, защищаются против нее («ребенок ваш», «нам тоже никто не

помогал») либо, напротив, «с восторгом и усердием» захватывают, узурпируют родительскую роль, лишая ее молодых родителей. Это является еще одним поводом для разворачивания семейных конфликтов [7].

Таким образом, проблема остается открытой, поскольку семейные конфликты были и остаются важным аспектом, требующим особого внимания специалистов психологических служб и социальных работников, оказывающих социально-психологическую поддержку людям зрелого возраста. Для социальной политики это может означать необходимость организации возможностей для более частого значимого взаимодействия пожилых и молодых людей, для снятия психологического эффекта «свой – чужой».

В свою очередь стереотипное мышление младших поколений порождает негативное отношение к собственной старости и ожидание угасания, отрицательных проявлений процесса старения, оказывает влияние на формирование социальной политики, и идеологии государства, политики и действий в отношении пожилых людей в целом [5].

Литература

1. *Анцыферова Л.И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М., 2006.
2. *Миннигалева Г.А., Демина К.В., Зулкарнаев Т.Ш., Юсупова Л.М., Хижнякова И.С.* Образ пожилых людей сегодня // Психология зрелости и старения. 2013. № 4.
3. *Кон И.С.* В поисках себя: личность и ее самосознание. – М., 1984.
4. *Краснова О.В.* Бабушки в семье // Социологические исследования. 2000. № 11.
5. *Краснова О.В.* Порождение заблуждений: пожилые люди и старость // Отечественные записки. 2005. № 3.
6. *Краснова О.В.* Стереотипы пожилых и отношение к ним // Психология зрелости и старения. 1998. № 30 (1).
7. Проблемы пожилых людей и пути совершенствования геронтологической помощи // Сб. ст. 2-ой межрегиональной конференции «Проблемы пожилых людей и пути совершенствования геронтологической помощи». Ярославль, 2003.

Взаимосвязь между формами межпоколенных взаимодействий и уровнями развития «акме»

Воюшина Е.А.

В настоящее время, благодаря изменениям, происходящим в обществе, изучение человеческого потенциала переживает новый виток популярности. Динамично развивающееся общество привело к созданию человека нового образца – деятельного, самостоятельного, креативного, быстро адаптируемого к новым условиям, совершенствующегося в течении всей жизни. Вместе с тем, далеко не всем удастся достичь этого «идеала», успешно реализовать в социуме и профессиональной сфере. Эта проблема и пробудила интерес к тем условиям, механизмам, факторам, которые отвечают за формирование человека нового образца.

Изучением человека в психологическом, социальном и профессиональном плане занимается акмеология. В основе этой науки лежат идеи об уникаль-

ности и ценности человеческой жизни, способности человека к творчеству и самосовершенствованию.

В качестве основного понятия в акмеологии выступает понятие «акме». Ученые так и не достигли единой точки зрения в вопросе понимания сущности «акме». На наш взгляд, наиболее полную характеристику этому понятию дал А.А. Бодалев, он описывает «акме» как «высший для каждого человека уровень развития его физического здоровья, ума, чувства, воли, взаимодействующих таким образом, что он добивается наибольшего результата, проявляя себя как индивид, как личность и как субъект деятельности» [1, с. 17].

Наиболее близкими к понятию «акме» являются понятия «самоактуализация», «самореализация» и «саморазвитие».

Понятие «самоактуализация» чаще всего упоминается со ссылкой на теорию А. Маслоу, а также ряда других представителей гуманистической психологии (К. Роджерса, Э. Фромма, К. Гольдштейна).

Все эти концепции, так или иначе, имеют отношение к феномену самореализации человека, ядро которого составляют потребности роста, развития и самосовершенствования.

Кроме того, некоторые отечественные ученые рассматривают «самореализацию» как более общий термин по отношению к «самоактуализации», «саморазвитию», «самосовершенствованию». На наш взгляд, именно понятие «самореализация» наиболее близко к феномену «акме» и обладает теми характеристиками, которые ему присущи. Поэтому, в дальнейшем, мы будем использовать эти понятия как синонимичные.

Обширное и глубокое исследование психологии самореализации личности провела Л.А. Коростылева. Именно на ее понимание феномена самореализации мы и будем опираться в нашем исследовании. Описывая самореализацию в самом общем виде, она говорит о достижении человеком своего пика в жизни и повседневной деятельности, определении и следовании своему особенному пути в этом мире, своим ценностям, идеалам и о нахождении смысла своего существования в каждый данный момент времени.

На основе анализа трудов классиков психологической науки и эмпирических данных, Л.А. Коростылева выделяет уровни развития самореализации: примитивно-исполнительский уровень, индивидуально-исполнительский уровень, уровень реализации ролей и норм в социуме (с элементами духовного и личностного роста), уровень смысложизненной и ценностной реализации (реализации сущностной аутентичности). При этом система уровней представляет собой иерархически упорядоченную структуру. Описание уровней автор дает через сравнение с типологиями, выделенными другими исследователями (К.А. Абульхановой – Славской, А. Маслоу, Х. Томэ, А.А. Кроником, В.Э. Чудновским и др.) [2, с. 109].

При таком понимании «самореализации» особое значение приобретают механизмы, способствующие достижению ее вершины. А.А. Бодалев выделял ряд факторов, помогающих или мешающих достижению «акме» человеком: социальные макрофакторы, социальные микрофакторы и фактор саморазвития человека.

Одним из значимых социальных микрофакторов являются отношения между поколениями.

М.И. Постникова определяет межпоколенные отношения (МПО) как сложный многоуровневый и многокомпонентный системный, опосредованный культурно-историческим развитием общества, процесс, суть которого заключается в осознанной, ценностно-осмысленной и эмоционально окрашенной интра- и интерпсихической активности субъектов – представителей разных поколений – людей разного возраста [3, с. 47].

Анализ психолого-педагогических источников показал, что в современном научном знании можно выделить четыре формы взаимодействия между поколениями: разрыв, конфликт, преемственность и сотрудничество. Эти формы выделены на основании соотношения двух критериев: степени противоречия во взаимодействии и степени принятия опыта [3, с. 47].

Мы предполагаем, что каждому уровню развития «акме» соответствует определенный тип взаимодействия между поколениями. Опираясь на описание уровней саморегуляции, мы предполагаем, что есть основания для выделения следующих пар связей:

1. разрыв между поколениями – примитивно-исполнительский уровень развития «акме»;
2. конфликт между поколениями – индивидуально-исполнительский уровень развития «акме»;
3. преемственность между поколениями – уровень реализации ролей и норм в социуме;
4. сотрудничество между поколениями – уровень смысложизненной и ценностной ориентации.

На данный момент эти предположения носят только умозрительный характер, однако в дальнейшем, в нашем исследовании мы планируем доказать это эмпирически.

Литература

1. Бодалев А.А. Вершина в развитии взрослого человека: характеристики и условия достижения. М., 1998.
2. Коростылева Л.А. Психология самореализации личности: затруднения в профессиональной сфере. СПб., 2005.
3. Постникова М.И. Психология отношений между поколениями: теоретико-методологический аспект. Архангельск, 2010.

Специфика родительской позиции по отношению к взрослым детям, проживающим отдельно или совместно с родителями

Егоров Р.Н., Шаповаленко И.В.

Вклад детско-родительских отношений в развитие личности ребенка не подлежит сомнению. Одной из важнейших характеристик детско-родитель-

ских отношений является родительская позиция [1]. В литературе (А.С. Спиваковская, Р.В. Овчарова, О.А. Карабанова) приводятся различные определения понятия «родительская позиция», способы ее диагностики (С.С. Жигалин, Р.Р. Калинина, Е.О. Харламова) и возможные типы (О.А. Карабанова, Р.В. Овчарова, Р.Р. Калинина). Большое количество работ посвящены определению родительской позиции по отношению к детям дошкольного (А.А. Шведовская), младшего школьного (С.С. Жигалин, Е.О. Харламова) и подросткового возраста (С.С. Жигалин). При переходе к новому психологическому возрасту изменяется социальная ситуация развития ребенка, ведущая деятельность; претерпевает изменения родительская позиция по отношению к ребенку.

Нас интересует проблема изменения родительской позиции в период взросления детей. В контексте концепции стадий семейного цикла выделяют момент отделения детей от родителей: сепарация взрослеющих детей является серьезной трансформацией в жизни каждой семьи (Г. Крайг, Д. Бокум). Как показывает практика семейного консультирования (Ю.Е. Алешина, С.Н. Малимонова), позиции родителей по отношению к взрослым детям, иногда даже живущим отдельно от родителей, бывают неадекватны стадиям семейного цикла и могут вызывать разного рода затруднения во взаимодействии между поколениями.

Мы можем выделить несколько противоречий, которые определяют задачи настоящего исследования:

- между разработанностью характеристики «родительская позиция» в системе отношений «родитель-ребенок» и недостаточной ее изученностью для системы «родитель-взрослый ребенок»;
- между разнообразием и громоздкостью методического аппарата для диагностики различных компонентов родительской позиции (взаимодействие родитель-ребенок, родительское отношение, тип семейного воспитания) и отсутствием одной компактной методики для ее определения;
- между сформированной родительской позицией по отношению к взрослым детям и слабым представлением о ее адекватности на стадии отделения взрослых детей от родителей.

Цель нашего исследования состоит в том, чтобы выделить, описать и проанализировать некоторые типы родительской позиции по отношению к взрослым детям. Мы предполагаем, что существуют различные типы родительской позиции по отношению к взрослым детям, а родительская позиция по отношению к «взрослому ребенку», проживающему совместно с родительской семьей, имеет специфические различия по сравнению с родительской позицией по отношению к «взрослому ребенку», проживающему отдельно.

Задачами исследования являются:

- теоретическое обоснование представления родительской позиции в виде единства образующих компонентов;
- выбор методического инструментария для исследования родительской позиции по отношению к взрослым детям;

- выявление родительской позиции матерей по отношению к взрослым детям;
- определение особенностей родительской позиции по отношению к взрослым детям, проживающим отдельно или совместно с родителями.

Теоретико-методологические основы исследования: учение о психологическом возрасте (Л.С. Выготский), деятельностный подход к воспитанию детей (А.Н. Леонтьев), представление о родительской позиции как совокупности эмоциональной, когнитивной и поведенческой составляющих (О.А. Карбанова, А.Я Варга, В.В. Столин), представление о мотивах родительства (А.С. Спиваковская), представление о зоне ближайшего развития (Л.С. Выготский), стадии психосоциального развития личности (Э. Эриксон).

Выборка представляет собой женщин зрелого возраста (от 40 до 55 лет) и их взрослых детей (от 22 лет). Половину выборки составляют диады «мама-взрослый ребенок», проживающие совместно, в рамках родительской семьи, другую половину – проживающие отдельно друг от друга. Репрезентативность выборки по составу обеспечивается наличием полных и неполных семей, семей с различным количеством детей. Также среди родителей часть имеет высшее образование, часть – среднее специальное и часть – общее среднее образование.

Для исследования подобран следующий набор методик:

1. Опросник «Анализ семейных взаимоотношений» Э.Г. Эйдемиллера взят для описания поведенческой компоненты родительской позиции выборки. На основе результатов опросника АСВ можно выявить наличие или отсутствие шести психогенных стилей воспитания [2].
2. Опросник «Представление об идеальном родителе» Р.В. Овчаровой и Ю.А. Дегтяревой представляет собой методику семантического дифференциала, содержащий 48 полярных пар качеств, которые создают образ идеального родителя. В рамках работы поставлена задача проанализировать ответы матерей, живущих отдельно и совместно с детьми. Например, в структуре образа идеального родителя может быть выражена эмоциональная или поведенческая составляющая [2].
3. Тест на межличностную зависимость Р. Гиршфилда, адаптированный О.П. Макушиной, выполняемый взрослым ребенком, позволит определить интегральный показатель зависимости в межличностных отношениях, что позволит нам оценить эмоциональную составляющую родительской позиции [3].

Важной видится проверка основной гипотезы исследования – о качественном различии компонентов родительской позиции по отношению к взрослым детям проживающим отдельно и совместно с родителями. Также одна из целей данной работы – разработка авторского опросника для диагностики родительской позиции по отношению к взрослому ребенку.

Литература

1. Калинина Р.Р., Санева Р.И. Диагностика родительской позиции // Сборник научных статей преподавателей Псковского Вольного института. – Псков, 2004.

2. Макушина О.П., Тенькова В.А. Методы психодиагностической и психотерапевтической работы с семьей: Учебное пособие для вузов. – Воронеж: Изд-во ВГУ, 2008.
3. Макушина О.П. Методы психологического изучения девиантного поведения: Учебное пособие. – Воронеж: Изд-во ВГУ, 2006. – 79 с.

Влияние экологии и личности матери в трудной жизненной ситуации на общение с ребенком младенческого возраста

Исенина Е.И.

В экологии – науке о различных жизненных пространствах человека рассматриваются проблемы взаимоотношения человека с окружающей средой. Осознание социальных проблем, связанных с экологией, привело к выводу о том, что в понятие фактора «окружающая среда» необходимо включить биологические, духовные и психологические факторы. Они являются условиями и средствами социальных культурно-исторических способов обеспечения жизнедеятельности человека. Экологи считают, что в рамках подхода человек-среда среда обеспечивает конкретному человеку индивидуальность своих психических процессов, состояний и сознания, она выступает в роли своеобразной среды развития (В.И. Панов и др.)

Имеется ряд представлений о системных объективных и субъективных факторах развития человека в семье: общественно-экономических, факторах культурной среды, естественно-географических и др. В конце 20 – начале 21 века в России в психологии особое внимание уделялось определению и изучению компонентов родительства – когнитивных, эмоциональных и поведенческих. Рассматривались такие психологические компоненты родительства как ответственность, отношение, чувства, установки и ожидания, стили семейного воспитания и членов семьи, функции семьи, семейные ценности, позиции, поведение, материнство и отцовство, психологическая готовность к материнству репродуктивное поведение (Р.В. Овчарова, 2005; Г.Г. Филиппова, Л.Ф. Обухова, О.А Шаграева, 1994; В.Н. Дружинин, 2007; Г.Г. Бойко, 1981 и др.).

В исследовании Л.Ф. Обуховой и О.А Шаграевой [1] категория «образ жизни семьи» как «тесное переплетение субъективных и объективных условий и форм ее жизнедеятельности» использовалась для выявления влияния *факторов окружения* (внутренних и внешних) на формирование личности и психики ребенка раннего возраста. В эти факторы входили: численность и состав семьи, денежные доходы, жилищные условия, уровень образования, профессиональная квалификация родителей, иерархия внутрисемейных отношений, эмоциональность и другие факторы. Было выявлено, что влияние этих факторов связано с иерархией *внутрисемейных отношений*: оно зависит от силы переживаний членов семьи, ответственности родителей, от качества практики ухода за маленькими детьми, от формы сотрудничества, от стиля общения в семье, от ха-

рактера наказаний, представлений и верований родителей. Таким образом, выстраивается целостное системно-структурное представление о родительстве.

Влияние экологии семьи на развитие членов семьи отражено в социально-экологической модели окружения У. Бронфенбреннера [3]. Согласно Бронфенбреннеру развитие человека – это динамический реципрокный процесс. Растущий индивид активно реконструирует свою многоуровневую жизненную среду и сам испытывает воздействие со стороны компонентов среды и связей между ними. У. Бронфенбреннер рассматривает особенности влияния на психическое развитие ребенка системы социальной действительности – экологических уровней развития. 1. Микросистема отражает взаимодействие индивида и его *ближайшего* семейного окружения (родители, брат, сестра), 2. мезосистема включает сферу вне семьи (например, ребенок – школа), 3. экзосистема включает формальную социальную среду вне семьи (работа, друзья, знакомые), или две, три микросистемы, например, мать–ребенок–школа, 4. в макросистему входят жизненные ценности, традиции, законы культуры и государства, политические и социально-личностные аспекты жизни. Эта модель дает возможность определить особенности экологии, в настоящем времени, культуре и стране, и также – возможность соотнести их с личностными качествами матери.

Р.В. Овчарова [2] кроме влияния внешних факторов (макросистемы – влияние общественных установок, мезосистемы – влияния родительской среды и микросистемы – индивидуального уровня и уровня собственной семьи) выделяет еще один экологический фактор влияния – индивидуально-личностный. Преломляясь через особенности личности обоих супругов, их ценностно-мотивационную сферу и опыт своей семьи, в каждом конкретном случае внешние факторы дают начало формированию родительства. Фактор личности, действительно, имеет большое значение для развития родительства, однако, он, не входит в структуру окружения как компонент.

Предмет нашего исследования – влияние социоэкологического окружения (согласно уровням Бронфенбреннера) и личности матери в трудной жизненной ситуации на ее общение с ребенком младенческого возраста.

Гипотеза. Общение матери с ребенком младенческого возраста зависит от социоэкологического окружения матери во всех периодах ее жизнедеятельности (начиная с младенческого возраста – до настоящего момента) и от ее личностных качеств.

Исследуемые – 15 женщин-матерей, в возрасте до 19 до 35 лет с детьми младенческого возраста. 4 младенца – в возрасте 1 мес., 7 младенцев в возрасте 7 мес., 4 младенца в возрасте 11 месяцев. Матери имели среднее и высшее образование.

Женщины находились в трудной жизненной ситуации. Будучи беременными, они не имели денежных средств и помещения для проживания с ребенком. Матери получили денежную помощь и средства для проживания с ребенком от благотворительного общественного Центра защиты материнства «Колыбель», г. Иваново.

Методики, материал исследования, статистическая обработка полученных данных.

Для определения экологических уровней жизни матери (начиная с младенческого возраста) были выделены характеристики окружения матерей согласно экологическим уровням У. Бронфенбрэнна. Анкета «Социо-экологические характеристики матери» (Е.И. Исениной) состоит из 54 вопросов относительно социоэкологического окружения матери в прошлом и настоящем, начиная с младенческого возраста.

Изучалось влияние следующих экологических уровней развития и их компонентов: «семья женщины в настоящее время» – возраст матери, ее семейное положение, количество детей, жилищные условия, доход семьи, материальная помощь от родственников, помощь отца, живущего вне семьи, употребление матерью или отцом спиртных напитков, курение, доход семьи, помощь со стороны, функции мужа и др. (15 вопросов), состав семьи женщины до замужества (4 вопроса), школьное обучение матери (7 вопросов), образование мамы после школы (2 вопроса), образование отца ребенка (1 вопрос), работа матери (10 вопросов), работа отца ребенка (1 вопрос), друзья матери (2 вопроса), влияние рождения ребенка (2 вопроса), соседи (1 вопрос), церковь (2 вопроса), органы здравоохранения (2 вопроса), органы соцзащиты (2 вопроса), другие государственные органы (1 вопрос).

Личностные качества матери определялись с помощью многофакторной личностной методики Р. Кетелла.

В результате наблюдений общения матери с младенцем были определены компоненты общения матери, способствующие успешному эффективному общению с младенцем: мать делает приглашение к общению, мать находится на близком расстоянии от ребенка, имеются тактильный и эмоциональный контакты с младенцем, активность матери, обучение младенца, взгляд матери в глаза ребенку, мать выражает положительные эмоции и дает обратную связь, у матери особый тембр ласкового голоса, при общении мать использует игры или игрушки. Нормированное наблюдение за общением матери и ребенка длилось 15 минут.

Была выдвинута гипотеза – на общение матери с младенцем влияют социоэкологическое окружение матери (начиная с ее раннего детства) и личностные качества матери. Проведен анализ корреляций для определения зависимости между экологическими и личностными характеристиками матери, а также вербальными и невербальными компонентами ее общения с ребенком.

Для статистической обработки данных были использованы несколько видов корреляционного анализа: `correls_groups`, `correls_al`, `_dists acv_groups` с уровнями статистической значимости 0, 01 %, 0,05 %, 0,1 %.

Результаты. Выявлены многочисленные зависимости (на уровне статистической значимости) между экологическими показателями окружения матери в

течение ее жизни и ее личностными качествами и также между экологическими показателями и показателями отношения матери в общении со своим ребенком.

Выводы. Результаты исследования дают возможность полагать, что много-слойное социальное *окружение матери* в течение ее жизни – четыре экологические зоны играют важную роль в разнообразных отношениях матери с ребенком младенческого возраста. Выявлены высоко значимые связи между социальным окружением матери – компонентами микросистемы, мезосистемы, экосистемой, макросистемы и ее личностными характеристиками, а также между экологией матери и ее отношением к ребенку младенческого возраста в общении. Можно сделать допущение, что связи между параметрами являются обоюдными. Окружение изменяет личность, но и личность может изменять свое отношение к окружающим ее экосистемам с помощью родительства. Родительство является особой формой самореализации взрослой личности еще и потому, что она участвует в самореализации личности ребенка и таким образом встречает, осознает уголки своей собственной личности и имеет возможность понять и изменить себя.

Литература

1. *Обухова Л.Ф., Шаграева О.А.* Семья и ребенок: аспекты детского развития. М., 1999.
2. *Овчарова Р.В.* Психология родительства. М., 2005.
3. *Bronfenbrenner U.* Ecology of the family as a context for human development research perspectives. *Developmental Psychology*, 1986. Vol. 22, № 6. P. 723–742.

Психологические компоненты доверия и мотивы обращения к педагогу-репетитору потребителей образовательных услуг

Крылова Н.Г.

Проблематика доверия учащихся к репетиторам связана с фактами перенасыщенности рынка образовательных услуг предложениями репетиторов. Доверие учащихся к своим педагогам-репетиторам имеет разноформатную значимость: как для финансового положения, самого репетитора, выражающееся в устойчивом контингенте, желающих заниматься с ним воспитанников, так и для самооценки себя как профессионала и специалиста.

Педагог-репетитор – (от лат. «repeto» или «repetitor») – это тот, кто помогает повторять. Репетиторы были всегда в системе образования, они принимали и принимают на себя выполнение разнообразных функций: посреднической; психолого-профилактической; информационной; консультационно-образовательной.

Востребованность услуг репетиторов сегодня очевидна, по результатам нашего исследования, в котором приняли участие 200 студентов первокурсников Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова, можно сказать, что 82 % опрошенных пользовались услугами репетиторов, параллельно были опрошены их родители – 147 человек.

На первом этапе нашего исследования, мы увидели, что полученные нами данные позволяют говорить о том, что активное обращение вчерашних школьников к услугам репетиторов связано было с кризисом в системе отечественного образования, о чем может говорить разрыв между содержанием и результатами массового образования, с одной стороны, и требованиями к образованному человеку со стороны профессиональных сообществ, экономических и общественных институтов. При этом ответы наших респондентов дали основание полагать, что у обсуждаемой проблемы существуют серьезные социально-психологические аспекты. Так, можно сказать, что услугами репетиторов пользуются не только слабые ученики, но не редко и достаточно хорошо подготовленные, вполне успешные учащиеся. Чаще всего, обращение к репетиторам, по мнению родителей, может рассматриваться как своеобразная инвестиция в будущее своего ребенка, которая позволит ему занять более высокий социальный статус (поступление в престижный вуз, получение высокооплачиваемой работы и т.д.). То есть, обращение к услугам репетиторов – это может быть часть широкой стратегии, родительского поведения, когда родители возлагают большие надежды на образование, высоко оценивают среду, которая способствует развитию познавательных и творческих способностей у своих детей. Как правило, родители готовы инвестировать средства в индивидуальные занятия или в занятия в небольших группах, что, по их мнению, может обеспечить формирование у детей осознанного ценностного отношения к учению (М. Брей). По мнению учащихся, их обращение к услугам педагогов-репетиторов имело для них различные «последствия»: происходил разрыв в уровне подготовки и освоенности ими учебного материала в пределах одного класса школы («я знал более глубоко те разделы учебного материала, на который школьный педагог не обратил особого внимания...»); изменялась система отношений к педагогам (появлялись примеры профессиональной и компетентной поддержки, со стороны педагогов-репетиторов); происходила коррекция собственной Я-концепции (появлялось чувство уверенности в собственных силах, чувство защищенности и т.д.). При этом 35 % опрошенных студентов указывали на то, что занятия с репетитором – это была «дополнительная, чрезмерно утомительная, но полезная для них учебная деятельность»; 48 % человек отметили, что от этих занятий они получали «удовольствие и были увлечены ею...»; 17 % респондентов высказали «отрицательное отношение как к процессу занятий с репетиторами, так и к сомнительности результата от нее».

Доверие потребителей образовательных услуг к педагогу-репетитору – это еще одна сторона исследуемой нами проблемы. Сегодня доверие рассматривается как особый вид установки-отношения человека на мир, на других людей (В.С. Абульханова-Славская, 1981;). Изучая феномен доверия, исследователи отмечают, что с одной стороны доверие проявляется в процессе реального общения (Ф. Теннис, 1931), однако может определяться и в самом общении непосредственно (А.А. Бодалев, 2004). Несмотря на имеющийся опыт исследований, продолжает ощущаться недостаток в эмпирических исследованиях в

области данной проблематики, а именно в исследовании индивидуальных особенностей личности, которые оказывают влияние на ее доверие к незнакомому субъекту или незнакомой социальной группе, которое формируется с помощью различных каналов коммуникации и их имиджа. Актуальность подобных исследований отмечается как в сфере общения и взаимодействия учащегося и педагога-репетитора, так и в ситуации выбора учащимся «своего» педагога из числа прочих, мало знакомых ему специалистов или незнакомых совершенно.

Так, на втором этапе нашего исследования мы предприняли попытку определить социально-психологические компоненты, влияющие на доверие потребителя образовательных услуг к педагогу-репетитору. Мы увидели, что на отношение доверия или недоверия учащегося к педагогу-репетитору влияет: канал информации, через который получена информация о нем. Причем для разных групп учащихся значим свой канал коммуникации (информация, полученная по нему, вызывает наибольшее доверие отзывы успешно поступивших в вузы друзей, характеристики педагогов, одноклассников, родителей, СМИ); между потребителями образовательных услуг, доверяющих различным коммуникативным каналам для получения информации о педагогах-репетиторах, имеются различия в личностных характеристиках; эмоционально-оценочная составляющая идеального образа педагога-репетитора, которому учащийся доверяет или не доверяет, обладают устойчивостью и не изменяются на протяжении значительных промежутков времени; «идеальные» педагоги-репетиторы, которым доверяют учащиеся, характеризуются общностью эмоционально-оценочных характеристик.

Литература

1. *Абульханова-Славская К.А.* Личностный аспект проблемы общения // Проблема общения в психологии. М., 1981.
2. *Бодаев А.А.* Основные этапы исследования межличностного познания в отечественной психологии // «Человек, сообщество, управление». Краснодар, 2004. № 2.
3. *Брей М.* Частное дополнительное обучение (репетиторство): сравнительный анализ моделей и последствий / пер. с англ. Е. Фраминой // Вопросы образования. – 2007. – № 1. – С. 65–83.

Пожилой человек как субъект межпоколенных отношений: социально-психологический ракурс проблемы

Микляева А.В.

Межпоколенные отношения – сложный многоаспектный процесс, содержание которого определяется множеством факторов (социальных, экономических, исторических, культурных, психологических) и имеет широкий спектр проявлений. Сложность изучения межпоколенных отношений также обусловлена неоднозначностью трактовки понятия «поколение» в современной науке, когда оно может использоваться как в значении «группа современников-свер-

стников», так и в значении «место в системе родства» [2]. Подобные сложности, существующие на уровне научного анализа проблемы межпоколенных отношений, отражаются и в обыденных представлениях людей о собственной поколенческой принадлежности, которая, как показывают результаты наших исследований, не входит «в чистом виде» в число значимых признаков в структуре представлений людей о самих себе и зачастую «подменяется» представлениями об отнесенности к той или иной возрастной группе [1].

В контексте социально-психологического анализа проблемы межпоколенных отношений актуальными становятся именно обыденные представления людей о сути принадлежности к тому или иному поколению, поскольку именно они выступают регуляторами реального поведения во взаимодействии с другими людьми. Согласно полученным нами ранее результатам, в структуре представлений людей о собственной поколенческой принадлежности наиболее значимым оказывается возрастной аспект: поколенческая принадлежность, по сути, отождествляется людьми с возрастной и определяется посредством системы возрастных конструктов, существующих в обществе и составляющих «пространство» отношений между возрастными группами [1]. Благодаря этому основным регулятором отношений, которые люди квалифицируют как межпоколенные, чаще всего выступает не собственно поколенческая, а возрастная идентичность.

Возрастная идентичность представляет собой компонент социальной идентичности личности и является результатом отождествления человеком себя с определенной возрастной группой с принятием норм поведения данной группы в качестве в большей или меньшей степени регулирующих собственное поведение. Нами было проведено исследование, целью которого явилось изучение особенностей возрастной идентичности человека на различных этапах жизненного пути, в частности, в пожилом возрасте. Исследование проводилось с помощью анкетирования и опросника «Структура социальной идентичности» [1], в нем приняли участие 305 испытуемых (из них 115 детей, 56 подростков, 71 взрослый и 63 пожилых человека).

В результате исследования было показано, что возрастная идентичность формируется в детстве и сохраняет значимость на протяжении всей жизни человека, будучи особенно актуальной в подростковом и пожилом возрасте, что связано, на наш взгляд, с неоднозначностью статуса «подростка» и «пожилого человека» в системе социальных отношений (в сравнении со статусом «ребенка» или «взрослого»).

В ходе исследования возраст испытуемых сопоставлялся с их актуальной возрастной идентичностью (с тем, к какой возрастной группе они себя относят). Оказалось, что хронологический возраст не всегда совпадает с той возрастной ролью, которую приписывает себе человек. Ярче всего эти несовпадения проявляются в выборке пожилых людей, в которой такие несовпа-

дения встречаются почти в четверти случаев (21,7 %). Эти данные во многом соответствуют результатам, полученным зарубежными социальными психологами, которые показали, что наибольшие трудности в процессе идентификации со своей возрастной группой испытывают пожилые люди как возрастная группа, обладающая самым низким социальным статусом и не имеющая возможности попасть в наиболее высокостатусную возрастную группу [3]. Пожилые люди, чья возрастная идентификация не совпадает с паспортным возрастом, в подавляющем большинстве случаев идентифицируют себя с группой взрослых. Оценка модальности возрастной идентичности, проведенная с использованием опросника «Структура социальной идентичности», показала, что такие пожилые люди демонстрируют более низкие показатели благополучия в сфере возрастной идентичности, чем пожилые люди, чья возрастная идентичность соответствует хронологическому возрасту. Это дает основания рассматривать такой вариант возрастной идентификации как парадоксальную возрастную идентичность, которая является формой проявления кризиса социальной идентичности в ее возрастном аспекте.

Эти данные позволяют лучше понять положение пожилых людей в межпоколенных отношениях. В частности, в следующих наших исследованиях было выявлено, что в отношении пожилых людей в целом распространена конструктивная возрастно-толерантная отношенческая модель, которая в то же время не исключает и неконструктивные модели – возрастно-дискриминирующую и возрастно-толерантную (табл. 1).

Таблица 1

Распространенность различных моделей отношений к пожилым людям в сферах семейного и профессионального взаимодействия

Сферы взаимодействия	Распространенность моделей (%)		
	толерантная	дискриминирующая	манипулятивная
Семейная	48,0 %	23,3 %	27,1 %
Профессиональная	54,3 %	19,5 %	25,2 %

Интересно, что ресурсом переживания пожилым человеком неконструктивных отношений со стороны представителей других поколений является нормативная возрастная идентичность, предполагающая совпадение реального хронологического возраста и возрастной группы-объекта идентификации. В случае нормативной возрастной идентичности пожилые люди переживают факты возрастной дискриминации и манипуляции не слишком остро, воспринимая их как нормальное положение дел. По сути, в данном случае срабатывает эффект «самодискриминации», улучшающий, как ни странно, положение пожилых людей в системе межпоколенных отношений.

Таким образом, социально-психологический анализ проблемы положения человека в системе межпоколенных отношений предполагает изучение его субъектной позиции в этих отношениях, проявляющейся в особенностях

его идентификации с той или иной социальной группой. В случае пожилых людей в этой связи на первое место выходит проблема самодискриминации, основанная на распространенных в обществе геронтостереотипах и являющаяся нормативной составляющей идентичности современного пожилого человека. Выявленная эмпирическим путем нормативность самодискриминации наводит на мысль о том, что декларируемая в ответах на анкетные вопросы толерантность по отношению к пожилым людям зачастую является «внешней» и не отражает истинные установки представителей других поколений. Этот вопрос требует прояснений в дальнейших исследованиях.

Литература

1. Микляева А.В. Психология межвозрастных отношений. М., 2014.
2. Социологический энциклопедический словарь / ред.-координатор Г.В. Осипов. М., 1998.
3. Garstka T.A., Schmitt M.T. How young and older adults differ in their responses to perceived age discrimination // Psychology and Aging. 2004. Vol. 19. №. 2.

Конструкт «культурной» зрелости поколений

Пищик В.И.

Российская культура отдельными авторами [1; 3; 5] символически относится к периоду подросткового возраста, что может свидетельствовать о ее молодости и незрелости, когда самосознание народа еще не достигло своего расцвета. Душков Б.А. отмечает, что этноноопсихогенез русского народа характеризуется тем, что: «В настоящее время идет интенсивный процесс формирования этноноопсихологической внешней интенсивности, связанной с формированием новых социально-экономических и социально-политических связей» [3, с. 179]. Важно понять, что это за форма зрелости целого народа, включающего много поколений. В этой связи было бы интересно рассмотреть «культурную» зрелость российских поколений. «Культурная» зрелости может сосуществовать наряду с такими видами зрелости как: хронологическая, физиологическая, личностная, социальная, интеллектуальная, профессиональная и др.

Мы считаем, что «культурной» зрелости поколение достигает тогда, когда большинство его представителей принимают следующие доминирующие ценности – служение народу, поддержка незащищенных слоев населения, духовное развитие и в социальных практиках реализуют данные ценности.

«Культурная» зрелость опирается на личностную зрелость, которая составляет ее инструментальную часть. В культурах мы встречаем схожие представления о зрелости личности. Целые поколения осваивают его. Конструкт личностной зрелости включает следующие содержательные элементы: возможность и способность самостоятельно принимать решения, осуществлять выборы, находить средства к достижению поставленных целей, брать на себя ответственность и умение проявлять сострадание и заботу. В

восточных культурах последний элемент является наиболее важным [2; 7]. Социальное окружение контролирует процесс становления зрелости личности и культивирует те или иные общие черты у поколений.

Таким образом, «культурная» зрелость предполагает формирование определенных личностных черт у ее представителей.

Формирование общих черт поколений зависит от культурного контекста. В кросс-культурной психологии [4] выделена евро-американская пятифакторная модель личности, включающая следующие черты: экстраверсию, нейротизм, социальное соответствие, добросовестность и открытость. Она была дополнена в восточных культурах такими чертами, как лицо и гармония, в африканских культурах – духовностью. Культурная концепция личности является конструктом и содержит общие черты поколений. Акцентирование тех или иных черт у личности фактически приводит ее к канонам зрелости в социуме. Каждая культура вносит свое своеобразие в нее.

Постараемся проследить, черты, культивируемые в южно-российской культуре у молодежи [6].

Нами эмпирически было выявлено, что у переходных поколений (X – 1965–1982 г.р.) в культурно-ценностном дифференциале представлен горизонтальный индивидуализм с параметрами: душевность, разобщенность, самостоятельность, индивидуализм, недоверие к власти, традиционализм, коллективизм, своеволие, свободолюбие, анархия, холодность, соперничество, склонность к риску, традиционный тип ментальности.

У постсоветских поколений (Y – 1983 – конец 1990-х г.р.) преобладает инновационная ментальность со следующими социально-психологическими характеристиками: независимыми представлениями о своем «Я», индивидуалистические ценности, с направленностью на социальные изменения, дискурсивной гетерогенностью.

Поколение Z (начало 1990-х – 2000-е г.р.) обладает следующими характеристиками: агрессивность, рисковость, устремленность в будущее, соперничество, инновационный тип ментальности, основанный на ценностях вертикального индивидуализма, предполагающий открытые отношения, активную позицию в жизни, рациональность, ориентацию на личные достижения.

Южно-российские поколения немного отличаются по своим общим чертам друг от друга. Их характеризует тенденция к индивидуализму, когда ценность персоны выше групповой ценности, проявляется ориентация на личные достижения, что несколько расходится с коллективными заботами поколений. Возникает вопрос, если большинство представителей поколения индивидуалистически ценностно определено, то является ли оно культурно зрелым?

Одним из показателей личностной зрелости является материальная независимость молодых людей. Мы провели исследование влияния материальной независимости на молодых людей.

Объектом исследования стали (поколение Y) работающие и не работающие студенты Южного Университета (ИУБиП) г. Ростов-на-Дону – 60 человек различных направлений подготовки (психология, экономика, юриспруденция). Из них 33 неработающих и 27 работающих в возрасте от 20 до 23 лет (девушки 45 человек, юноши 15 человек).

В соответствие с задачами и гипотезами исследования был создан банк методик:

1. Анкета «Модели современного потребительского поведения молодежи» О. Василенко.
2. Методика «Культурно-ценностный дифференциал» Г.У. Солдатовой, И.М. Кузнецова и С.В. Рыжовой.
3. Опросник для изучения отношения молодежи к деньгам М.Ю. Семенова
4. Опросник САМОАЛЮ.Е. Алешинной, Л.Я. Гозман, М.В. Загика и М.В. Кроз.
5. Методика измерения типов ментальности (МИТМ) В.И. Пищик.

Проведенное эмпирическое исследование позволило установить, что в модели современного потребительского поведения молодежи можно выделить наиболее востребованные товары и услуги, которые практически не отличаются, независимо работает студент или нет. Работающих студентов в приобретенных товарах чаще устраивает все, а не работающих чаще не все устраивает, а именно – цена. Работающим студентам приобретать товары и услуги помогает работа, а неработающим – материальная помощь родителей. При выборе товаров не работающие студенты чаще ориентируются на личную оценку и качество товара. Так же им не всегда важно есть ли данный товар у других. Работающие студенты обычно о появлении новых услуг и товаров узнают от друзей (59 %), а неработающие еще и из телевидения – 40 % испытуемых. По данной анкете между двумя группами особо значимых отличий не выявлено, что может означать, что наличие работы не всегда влияет на потребительское поведение студентов.

Методика «Культурно-ценностный дифференциал» значимых различий между группами студентов не выявила, кроме показателя направленность на взаимодействие ($t = 2,653$). Неработающие студенты больше направлены на взаимодействие с окружающими. Обеим группам в целом свойственны: ориентация на группу, открытость к переменам, отвержение взаимодействия и слабый социальный контроль.

Применение t-критерия Стьюдента показало статистически значимое различие между группами по опроснику для изучения отношения молодежи к деньгам в параметрах: напряженность ($t = 3,68$) и удовольствие ($t = 2,04$).

Работающим студентам больше свойственно напряжение из-за денег. Они больше пользуются терапевтической функцией денег, чаще используют деньги как удовольствие или лекарство.

Неработающим же студентам свойственны положительные эмоции по отношению к деньгам, они реже испытывают напряжение из-за них. Но при этом они реже используют деньги ради удовольствия.

Менее значимые различия получились по другим шкалам этого опросника. У неработающих студентов выше показатели рационального отношения к деньгам, они больше фиксированы на них и чаще тревожатся из-за денег или их отсутствия.

Статистически значимые различия между группами работающих и неработающих студентов по опроснику САМОАЛ показали несколько шкал: поддержка ($t = 2,262$), ценностные ориентации ($t = 2,606$), взгляд на природу человека ($t = 4,121$) и принятие агрессии ($t = 2,165$). У неработающих студентов значительно ниже данные параметры. Это значит, что они реже руководствуются своими собственными целями, убеждениями, чаще подвергаются влиянию внешних обстоятельств, мнению других людей. Они в меньшей степени руководствуются ценностями, присущими самоактуализирующейся личности. Испытуемые считают человека в сущности плохим, что зло – это самое характерное свойство для природы человека. Они реже проявляют способность принимать свою агрессивность как природное свойство.

Методика измерения типов ментальности показала, что у обеих групп респондентов преобладает инновационный тип ментальности. Людям с таким видом свойственны закрытые отношения, активная жизненная позиция, рациональность во всем и ориентация на собственные достижения. Что соответствует психологическим характеристикам возрастной категории испытуемых, и как показали результаты, не зависит от того работают они или нет.

Материальная независимость студентов оказывает влияние не на все психологические показатели, но влияет на профессиональную зрелость.

Студенты на этапе принятия профессиональных решений часто попадают в неустойчивость, путаются между ожиданиями членов их семей и других лиц, которые важны для них. Такие студенты не в состоянии заставить других принять их просьбы и требования, а также принимая просьбы и требования других [9]. Авторы пришли к выводу, что профессиональная зрелость и неустойчивость тесно связаны с негативными представлениями о профессиональном выборе.

Как видим конструкт «культурной» зрелости многослоен. В представлениях о «культурной» зрелости можно обнаружить противоречие, связанное с тем, что зрелость связана с большой степенью независимости от других и вместе с тем «культурная» зрелость – это всегда культурные ограничения. У.Н.: Poortinga включает в культуру поведенческий репертуар, ограниченный культурными запретами [4, с. 37]. Таким образом, «культурная» зрелость – это рамочный конструкт и предполагает определенные предписания. Скорее всего, это нормативная форма. «Нормы на сознательном или же подсознательном уровне толкают вас к тому, чтобы поступать так, как «следует поступать», ценности – так, как «вы хотели бы или даже мечтали поступать». Конкретная ценность является критерием, определяющим выбор между существующими альтернативами» [8, с. 53]. Опираясь на взгляды Тромпенаарса Ф. и Хэмпден-

Тернера Ч., можно утверждать, что «культурная» зрелость нормативная, а личностная зрелость является ценностной по своей сути.

Литература

1. *Гумилев Л.Н.* Этногенез и биосфера Земли. М.: Айрис-Пресс, 2007.
2. *Далай-Лама, Эжман П.* Мудрость Востока и Запада. Психология равновесия. СПб.: Питер, 2011.
3. *Душков Б.А.* Психосоциология менталитета и нооменталитета. Екатеринбург: Деловая Книга, 2002.
4. *Мацумото Д.* Человек, культура, психология. Удивительные загадки и открытия. СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2008.
5. *Пищик В.И.* Основы этнопсихологии: учебное пособие / Ростов н/Д: СКНЦ ВШ ЮФУ, 2003.
6. *Пищик В.И.* Психологические особенности поколений в культурном контексте // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2015. № 4. С. 1–5.
7. Психология и Культура / Под. ред. Д. Мацумото. СПб.: Питер, 2003.
8. *Тромпенаарс Ф., Хэмиден-Тернер Ч.* Национально-культурные различия в контексте глобального бизнеса // Пер. с англ. Е.П. Самсонов. Мн.: ООО «Попурри», 2004.
9. *Seda Onen A., Canan Kocak.* Analysis on Professional Maturity Levels of Secondary School Students According to their Ruminative Thinking Skills // Procedia – Social and Behavioral Sciences. 2012. Vol. 47. P. 1894–1899.

Особенности влияния физической травмы у ребенка на психологическое благополучие в диаде отношений «мать–ребенок»

Сергеева В.В.

Серьезные психические травмы могут быть получены ребенком вследствие тяжелого физического повреждения в результате механической травмы или остро возникшего гнойно-воспалительного заболевания, требующего проведения экстренной медицинской помощи. Сам факт воздействия физической травмы на психику ребенка является причиной психоэмоционального стресса [5]. Психической травме способствует длительное пребывание в условиях стационара, проведение медицинских мероприятий и операций. Важным является устранение последствий физической и психической травм, полученных ребенком. Неотъемлемым компонентом эффективной психологической реабилитации детей, перенесших экстренную медицинскую операцию в результате острого заболевания или травмы, является способствование его полноценному восстановлению и возвращению в социум. Помимо внимательного и бережного отношения медицинского персонала, важнейшую роль для успешной реабилитации занимает взаимодействие с членами семьи и его ближайшим окружением.

Не остается без внимания огромное значение всей семьи – отца и матери, бабушки и дедушки, других родственников в оказании помощи и поддержки больного ребенка, наиболее важна работа со значимым для ребенка лицом, осуществляемым уход за ним в условиях больницы.

Проведенная нами статистика (в сопровождении матери в условиях стационара находилось – 89 % детей) показала, что основным значимым лицом при пребывании ребенка в стационаре является мать ребенка, в связи с чем, основной акцент нашей работы в настоящее время нацелен на оценку динамики переживаний в диаде отношений «мать – ребенок». В случае неожиданных травматических стрессовых событий, связанных с острым хирургическим заболеванием у ребенка или получение им острой травмы, в случае потери здоровья не только сам ребенок проходит стадии стресса, а в ряде случаев и стадии переживания «горя – потери», но и его мать.

В результате переживаний у ребенка, а также и у его матери могут развиваться: высокий уровень тревожности, нарушение коммуникативных функций, повышение агрессивных тенденций, чувство вины, состояние хронической беспомощности, снижение самооценки, неуверенности в себе и мнительности, сверхбдительности, эгоцентризма, эмоциональной неустойчивости, субъективизма в оценках, противоречивости и непоследовательности в поступках, снижения общей продуктивности, что оказывает неблагоприятное воздействие на последующие их развитие.

Тяжелая физическая травма является серьезным испытанием и большой эмоциональной нагрузкой для матери и ребенка, а также и для всей семьи [6, 7]. Тяжелые телесные повреждения и заболевания следует рассматривать как критическую ситуацию для ребенка и его семьи [2].

Исходя из того, что наиболее часто рядом с ребенком в стационаре находится мать больного, она, вероятнее всего, является основным помощником для формирования адекватного отношения ребенка к сложившейся тяжелой жизненной ситуации, внутренней картины болезни и имеет не последнюю роль в определении доминирующей позиции, реализуемой копинг – стратегии больного через аттитюды, сценарные послания, передаваемые вербально и невербально своему ребенку, которые ребенок считывает и неосознанно следует им, психологическая работа с матерью ребенка является наиболее важной и необходимой. Более того, роль матери в психологической поддержке больного ребенка крайне важна, и только стабильное и адекватное психическое состояние матери может приводить к благоприятному проживанию стрессовых переживаний, травматических событий у ребенка.

Эмоциональное состояние ребенка в большой степени зависит от эмоционального состояния находящейся рядом с ним матери. Подавленность, чувство бессилия, отчаяния, гневливости, выраженной тревоги и депрессии легко «считывается ребенком», в результате этого создаются условия для «эмоционального заражения» ребенка, что неблагоприятным образом сказывается на приспособлении к стрессовой ситуации и ее преодолении.

О.А. Овсяник в своей концепции социально-психологической адаптации женщин указывает на то, что сложные жизненные ситуации влияют на необхо-

димось использования адаптационного ресурса женщины. Чтобы справиться со стрессом женщина должна объединить когнитивные, эмоциональные и поведенческие стратегии, которые используются для того, чтобы справиться с жизненными трудностями. Ключевой личностной переменной является стабильная жизнестойкость, которая опосредует влияние стрессовых факторов на соматическое, душевное и социальное здоровье женщины, что может служить хорошим фактором – примером и иметь позитивное эмоциональное влияние на больного ребенка. Общее психическое состояние женщины – матери, ее адекватное самовосприятие, мотивация, жизнестойкость, когнитивные особенности, ценностные ориентации, аттитюды, использование совладающих копинг – стратегии, а также круг ее социальной поддержки прямым и косвенным образом будут содействовать благополучной реабилитации пострадавшего ребенка [4].

А.Н. Веракса в обзорной статье, ориентированной на данные современных зарубежных исследований социального аспекта в развитии регуляторных функций в детском возрасте, упоминает направление, посвященное изучению механизмов регуляции поведения, имеющих самостоятельный статус, а именно «executive functions» (регуляторные функции или Р-функции) – обобщающий термин, относящийся к нейрокогнитивным процессам и навыкам, позволяющий вести себя адаптивно и пластично в новых условиях. При рассмотрении роли взрослого в развитии этих функций у ребенка большую роль играет развитие совместного внимания между родителем и ребенком, помощь в удержании внимания на объекте, конструктивная и поддерживающая коммуникация с ребенком [1]. Исследования взаимодействия в диаде «мать–ребенок», проведенные С. Путманом и его коллегами, показали положительные корреляции между совместным вниманием и отсроченной реакцией у ребенка [8]. И. Силверман, Д. Рагуза по результатам своих исследований говорят о том, что теплый, позитивный стиль родительства положительно воздействует на способность ребенка к адаптации задержке реакции, и наоборот, негативный стиль родительства приводит к слабой задержке реакции и приспособляемости [8].

В условиях клиники достаточно часто можно наблюдать не способствующие продуктивной реабилитации взаимоотношения в диаде «мать–ребенок». Например, часто встречается директивный стиль отношения к больному ребенку со стороны матери, частые запугивания и угрозы – «уйду из больницы, больше к тебе не приеду, ты во всем виноват, неудачник, все будет плохо и т.д.». Подобные предъявления в отношении детей, особенно подросткового возраста, приводят к тому, что мать в таком случае получает сопротивление, негативизм. У ребенка возникает желание сделать «назло», вплоть до того, что он может бойкотировать медицинские указания. В подобных случаях ребенок получает дополнительный стресс вместо поддержки, сочувствия, уважения и любви – одних из базовых по-

требностей [3], удовлетворение которых особенно необходимо в преодолении сложной жизненной ситуации. Аффективная напряженность матери не только плохо влияет на отношения в диаде, но и наносит ущерб здоровью страдающего ребенка. Наиболее благоприятное отношение складывается в тех семьях, в которых мать старается лучше понять проблемы своего ребенка. По отношению к родителям больных детей критическое понятие «чрезмерная опека» часто используется несправедливо, особенно теми, кто не понимает ситуации. По сравнению со здоровыми ровесниками ребенку в состоянии физической и психологической травмы особенно необходима забота и поддержка. Ему требуется больше помощи, и он чувствует себя спокойно и хорошо, когда кто-то из родителей рядом.

Таким образом, полученная ребенком физическая травма, требующая нахождения в условиях скоромощного стационара и срочного оперативного вмешательства, является стрессовой, а порой и травматичной для психики ребенка. В такой ситуации практически всегда возникают изменения психоэмоционального состояния. Это может приводить к состоянию регресса, иметь последующее воздействие в виде отсроченных травматических психических реакций, состояний тревоги, страха, депрессии, и т.д. Снижение общей продуктивности в дальнейшем может приводить к отставанию в развитии и проблемам в обучении. Большую роль в преодолении стрессовых переживаний будут иметь личные особенности ребенка и социальное окружение – отношения окружающего персонала стационара, поддержка членов семьи ребенка, затем и поддержка коллектива школы. В связи с тем, что в условиях клиники в подавляющем большинстве случаев находится мать ребенка, особое внимание следует уделять психологической работе в диаде «мать-ребенок».

Литература

1. *Веркаса А.Н.* Социальный аспект в развитии регуляторных функций в детском возрасте: обзор современных зарубежных исследований // Вестн. Моск. ун-та. Сер.14. Психология. 2014. № 4. С. 1–160.
2. *Кондратенко В.Т., Донской Д.И.* Общая психотерапия. – Минск: Навукаітэхніка, 1993. – С. 191–200.
3. *Маслоу А.Г.* Дальние пределы человеческой психики / Пер. с англ. А.М. Таглыбаевой. Вступ. статья и коммент. Н.Н. Акуниной. – СПб.: Евразия, 1999. – 432 с.
4. *Овсяник О.А.* Социально-психологическая адаптация женщин второго периода взрослости: дис. ... д-р психол. наук: 19.00.05 / Овсяник Ольга Александровна. – М., 2013. – 348 с.
5. *Подхватилин Н.В., Арбузов С.С., Исхаков О.С., Шитилевский В.М., Басенцян Ю.Г., Бухрашвили М.К., Рошаль Л.М.* Психологическая служба в клинике неотложной детской хирургии и травматологии: двенадцатилетний опыт работы // Здравоохранение. – 2009. – № 8.
6. *Kenny N.J.* The hospitalized // *Pediatr. Clin.North Am.* – 1975. – V. 22. – P. 583–593.
7. *Robinson S.S.* The causes of burns in children in Scotland // *Br. J. Plast. Surg.* – 1968. – V.21. – P. 140–146.
8. *Putnam S.P., Spritz B.L., Stifter C.A.* Mother – child co – regulation during delay of gratification at 30 months // *Infancy.* 2002. Vol. 3. P. 209–225.
9. *Silverman I.W., Ragusa D.M.* Child and maternal correlates of impulse control in 24-month – old children // *Genetik, Social, and General Psychology Monographs.* 1990. Vol. 24. N 2. P. 162–187.

Типы речевого поведения у взрослых

Сперанская Г.Л.

Изучение устной речи у взрослых разных возрастных групп выявляет устойчивые и типичные особенности ее процессуальной и содержательной организации, которые характеризуют развитие личности на протяжении длительных периодов жизни. Наиболее существенные различия связаны с диалогической и монологической, соответственно связной и условно связной речевой организацией. Причем в каждом типе речевого поведения наблюдаются индивидуальные особенности, обусловленные культурой, условиями обучения и воспитания, профессией.

Теоретическим основанием исследования является субъект-субъектная парадигма, на основе которой все компоненты речевого поведения анализируются как условие и результат взаимного отражения в общении [2]. Процедура исследования организована поэтапно: получение аудио или видео образцов речи в личной беседе или при записи неподготовленной речи в дискуссиях на каналах ТВ; дословное протоколирование речевых образцов; содержательный анализ протоколов речи и соотнесение их со звучащими образцами.

При анализе протоколов в образцах речи выделяются содержательные группы, соответствующие целостному объединению представлений, возникающих в сознании при восприятии речи и составляющих фразу как законченную мысль и как сложное комплексное представление. В качестве содержательных групп выступают основное представление, составляющее «ядро» фразы в виде сцепления субъекта и предиката вместе с представлениями об их качествах-свойствах и отношениях (прилагательные и наречия) [3], также представления, обозначенные рефлексивными словами, некоторые дополнения и обстоятельства. Для полноты анализа возможен подсчет количества прилагательных, наречий и слов, их замещающих, деепричастий, частиц, слов-связок, прерывистости речи, срывов высказывания. Любой лингвистический компонент речи психологически оправдан и занимает свое место в речевом самовыражении личности в конкретной ситуации общения и взаимного отражения его участников. В звучащих образцах анализируется комплекс выразительных, процессуальных компонентов речи, характеризующих особенности взаимного отражения в общении: темп и громкость, длительность пауз, интонация фразы. Комплекс выразительных средств выступает в единстве с содержательной стороной речи, представляя целостную психическую реальность.

Изучение многочисленных образцов речи людей на разных этапах взрослости, различного социального статуса, профессии, половой принадлежности, индивидуальных особенностей выявило два устойчивых типа речевой организации, обусловленных особенностями взаимного отражения в общении. В речи говорящего при ее непрерывной ориентации на интеллектуальный и эмоциональный отклик, в целом сложную обратную связь собеседника наблюдается

повышение связности в виде увеличения среднего количества содержательных групп во фразе – от 2,5 до 4 (редко больше), последовательности и связности развития предмета общения в высказывании. При этом наблюдается снижение прерывистости речи, повторов, увеличение содержательной емкости высказывания. Выразительные средства, обеспечивающие процессуальную организацию речи, связанные непосредственно с условиями ее восприятия, демонстрируя замедления и ускорения темпа и перепады в громкости, вариативность в длительности пауз, разнообразие фразовой интонации.

При ориентации речевого поведения преимущественно на самовыражение и условной ориентации на слушателя связность речи снижается. Так, максимальное среднее количество содержательных единиц во фразе сокращается и только иногда достигает 2,5 (в редких случаях несколько выше), часто наблюдается прерывистость речи, повторы, изменение предмета высказывания, упрощение смысловой организации фразы и высказывания и снижение общей содержательной емкости речи. Отмечается также однообразие интонации фразы, отчего речь становится эмоционально маловыразительной, темп и громкость мало изменяются, что повышает монотонность звучания, паузы имеют примерно одинаковую длительность.

Приведем характерные образцы речи двух типов организации. Аудиозапись, представленная в протоколе 1, получена в непринужденной беседе с согласия собеседника – молодого человека 26 лет, имеющего высшее естественнонаучное образование. Аудиозапись в протоколе 2 получена из показанного по центральному каналу ТВ интервью с человеком в возрасте 55–60 лет, с высшим гуманитарным образованием и научной степенью, ведущего активную общественную деятельность.

1. *Я тебе расскажу про одного человека, который, скажем, начал жизнь с заглавной буквы, яркой ноты, и сразу уже разукрашенного листа и, в принципе, парил довольно высоко в свои четырнадцать – пятнадцать лет, или может быть даже раньше, скорее даже в свои десять тире тринадцать лет. В своей жизни у него было, были неплохие перспективы, которые вынудили его свою самооценку задрать слишком высоко. Не было никого, кто эту самооценку бы ему немножко снизил, вернул его на грешную землю и как-то сбил спесь, вот. Значит, впоследствии на фоне всего этого и отсутствие людей вокруг, которые как-то его правильно бы убедили, у него сложилось впечатление, что он вполне может себе жить без образования нормального, вот. А так как он гений-вундеркинд, он вполне себе может пойти учиться куда угодно, по пути наименьшего сопротивления, вот. И как только он с этим согласился, что он гений-вундеркинд, а соответственно, может идти по пути наименьшего сопротивления, с этого момента и началось его угасание, вот.*

В высказывании 156 слов, в среднем 3,4 содержательные группы во фразе, наблюдается логичность изложения, сохранение предмета общения, что ука-

зывает вместе с соответствующей организацией комплекса выразительных средств на принадлежность речи к связному типу, или типу с диалогической направленностью.

2. *Вопрос. Не кажется ли вам, что наши депутаты должны иметь уровень зарплат не выше среднего по стране?*

Ответ. На мой взгляд, это глупо, это дешевый популизм, если учесть, что все-таки люди, которые представляют народ, для меня очень важно, что чаще это люди из провинции, которые появились здесь. Они нам просто показывают, какова Россия, вот. Мне думается, что вообще эти разговоры – двадцать, тридцать тысяч. Я обратил внимание, что этим дешевым популизмом против депутатов занимаются те, которые имеют громадные состояния или которые находятся на содержании. Я очень боюсь, чтоб сейчас не повторился девяностый – девяносто первый год. Помните, как мы развалили страну? – Партийная номенклатура имеет привилегии... и, как сумасшедший, народ разрушил все, очень боюсь.

В высказывании 94 слова, в среднем 2 содержательные группы во фразе, наблюдаются случаи прерывистости речи, изменение предмета общения, уход от темы вопроса, что вместе с соответствующим комплексом выразительных средств дает основания отнести представленную речь к условно связному, или монологическому типу.

Внутри каждого типа можно характеризовать и особенности речи, отражающие преимущественно понятийную или образную индивидуальную картину мира. Так, анализ некоторых образцов речи с монологической направленностью у докторов наук показал, что количество содержательных групп в их высказываниях при сохранении специфичности выразительных средств может возрастать до показателей речи с диалогической направленностью.

Приведем для сравнения образцы речи творческих людей с высоким статусом, примерно одинакового возраста, с обобщенно-образной индивидуальной картиной мира. Образец 3 представляет речь с диалогической направленностью, получен в личной беседе, образец 4 – с монологической направленностью, получен при записи программы ТВ.

3. *Вот есть у Роберта Мюзилля, есть совершенно замечательная, значит, вещь такая, называется «Человек без свойств». И в ней внутри такая многослойная, такая совершенно прекрасная история. И там этот человек без свойств – он чем хороши, ну чем мне, значит, замечательно интересен, что есть, он придумал такое искусство возможного. ... Значит я, понимая, что я владею искусством возможного, я придумываю себе какую-то жизнь. Мне прекрасно в этой жизни, я себя ощущаю в этой жизни, придуманной мною. Меня все в ней устраивает, потому что это все мною придумано, тут все мне знакомо, любая бухточка, все маршруты, любой, без фонаря мне все высвечено. Я все знаю, это моя жизнь. Для тебя она придуманная, она возможная жизнь.*

А для меня она жизнь, которую я проживаю. И для меня она так же реальна, так же полноценна, так же эмоционально насыщена, как та жизнь, которую я как бы веду, вот, как бы общаясь с реальными людьми.

4. *Андрей Белый пишет о рае. Он пишет, что вот есть очень, очень много всяческих, как Данте, кругов. Это по Белому, символизм как мироощущение, книга. Он говорит: ну там, где-то наверху, есть очень красивые гармоничные люди. И там хорошо. И кто-то, наверное, помнит это хорошо. Как помнил Есенин, наверное, которого обожгло в девять лет строфой. Русские люди – не не любят жить. Может быть, наша нация помнит в подкорке, что такое рай, и хочет этого рая все время? Вплоть до коммунизма.*

В образце 3–150 слов, в среднем 2,5 содержательных групп во фразе, предмет речи сохраняется на протяжении всего высказывания, изложение последовательно, устанавливаются причинно-следственные связи, есть пояснения, яркая интонация, паузы разной длительности, выраженные ускорения и замедления темпа, перепады громкости.

В образце 4–79 слов, в среднем 1,9 содержательных групп во фразе, предмет речи, видимо, меняется, фразы яркие лексически, но интонация однообразная, хотя и несколько напряженная. Речь скорее утверждает, чем развивает и обосновывает содержание в предмете речи.

Сравним также полученные в личной беседе образцы речи людей одинакового возраста – около 40 лет, имеющих профессии, связанные с техникой. Представляется, что их индивидуальная картина мира имеет образную направленность с выраженным наглядным содержанием. Причем в образце 5 представлена речь человека со средним образованием, а в образце 6 – с высшим техническим образованием.

5. *Вопрос. Что ты думаешь об известном фильме N?*

Ответ. Ну, как тебе сказать? Это уже – ну, короче – как шедевр можно сильным не назвать. Дело в том, что время-то прошло воспоминаний. Ну, я считаю, такой души глубокой тогда у людей не было, как он показал, на том уровне, на котором он показал людей. Это мое личное мнение. Слишком за душу щипает. Это, понимаешь, когда – тогда носили прически другие, и люди были другие, и одежда была другая, и отношение к жизни было совершенно другое. Сейчас стало сложнее, потому что, я считаю, что люди умнее. Поэтому с этой колокольни показывать ту колокольню немножко не так.

В образце 93 слова, в среднем 2,3 содержательные группы, предмет речи сохраняется, развивается и обосновывается при развертывании высказывания, его содержательная емкость достаточно высока. Уровень абстрагирования в содержании речи демонстрирует использование прилагательных – 5 % от общего объема речи – и, в большей степени, наречий – 3 %. Речь имеет паузы разной длительности, выраженную интонацию фразы, явные замедления и ускорения темпа речи.

6. *Вопрос. Расскажи о книге, которая тебе запомнилась*

Ответ. Ты знаешь, была, была такая очень интересная одна. Когда-то я читал в роман-газете. В принципе, я изрядно когда-то почитал. Ну, в общем-то, все мои в общем-то прочитанное было связано больше с знаниями, чем с каким-то таким моральным впечатлением, понимаешь? Ну, что тебе сказать? Значит, читал такую вещь – вот сейчас даже трудно, понимаешь, как-то сориентироваться. Значит, речь, ну, конечно, в молодые годы – это про любовь. Понимаешь, конечно, понятное дело, вот. Ты знаешь, затрудняюсь даже сейчас, вот это надо просто вспомнить, такая вещь была впечатляющая. В общем, вкратце, ну, как, вкратце рассказать. Понимаешь, скорее всего этот сюжет остается на жизнь с точки зрения того, что, в общем-то, это частая ошибка всех людей, понимаешь? Вот, элементарное неуважение, ну, друг к другу, которое, в общем-то, обернулось таким довольно, ну, довольно жестоким концом, в конце м, ну, раз, разочарованием, понимаешь?

В образце 135 слов, в среднем 1,6 содержательных единиц во фразе; темп речи однообразный, громкость выше среднего, интонация однообразная, много повторов, прерывистости, частиц. Повторы слов «понимаешь, знаешь» компенсируют дефицит восприятия обратной связи от собеседника. Количество прилагательных – 6,6 %, наречий – 6,6 % от общего объема речи. Их увеличение по сравнению с образцом 5 связано, видимо, с наличием у говорящего высшего образования.

Речевая организация влияет на содержание и специфику свойств личности. Так, при диалогической направленности речи собеседники переживают эмоциональную и интеллектуальную общность, достигают взаимопонимания и удовлетворенности общением, переживают образ «Я» через рефлексии отношения к себе собеседника, умеют слушать, в их общении возникает «внутренняя драматургия». При монологической направленности речи говорящий эмоционально и интеллектуально замкнут на себе и склонен переживать скорее свои собственные состояния, чем откликаться на состояния другого, слушать в основном себя и часто превратно интерпретировать услышанное. При этом возникают затруднения в переживании образа «Я», который не столько рефлексивируется из отношения собеседника, сколько «рисует» самим для себя и транслируется для других в соответствии с собственными представлениями об эталонных свойствах личности. Таким образом, по известному выражению, Это действительно одето в мантию слов.

Типы речевого поведения устойчивы, обуславливая особенности психических свойств взрослого в любом возрасте. Аудиозаписи речи и личные наблюдения показывают длительное сохранение типов речи и специфики основных отношений, поведения, черт характера. Сравнение нескольких аудиозаписей речи людей диалогического типа, ведущих активный образ жизни, в 40 и 60 лет показывает, что за 20 лет связность речи возросла, но в отсутствие систематического самообразования один из респондентов сохранил преобладание наглядно образного содержания в индивидуальной картине мира.

О двух полюсах речи – как обращенной к «Ты» или к «Оно» – писал М. Бубер [1], считая, что нет двух родов человека – есть два полюса человечества и что «не речь заложена в человеке, но человек пребывает в речи и говорит из нее... Дух не в Я, он между Я и Ты» [1, с. 37]. И можно согласиться с утверждением некоторых специалистов, что речь человека – это его судьба.

Литература

1. Бубер М. Я и Ты // Два образа веры. М., 1995.
2. Теоретические основы психологии речи // Материалы научной конференции «Анальезские чтения – 2009», Методологические и теоретические проблемы психологии / Под ред. Л.А. Цветковой, В.М. Аллахвердова. СПб., Вып. 1. 2009.
3. Шахматов А.А. Синтаксис русского языка. М., 2015.

Особенности образа родительства у детей старшего подросткового возраста

Сычева О.А.

Качество воспитания, осознанное исполнение родительской роли определяют состояние общества, института семьи и психологическое здоровье личности последующих поколений. Практически каждый человек становится родителем, и качество воспитания, семейного взаимодействия зависит от состояния родительства. Оно играет значительную роль в жизни конкретной личности. Готовность к родительству, осознание себя родителем и способы поведенческой реализации родительства формируются под влиянием самых различных факторов.

Полноценное семейное воспитание, основой которого является осознанное отношение супругов к родительской роли, является особо актуальным в подростковом возрасте, когда у подростков формируются устойчивые ценностные ориентации. В настоящее время проявляются признаки кризиса семьи: нестабильность, малочисленность, феминизация, ослабление воспитательной роли отцов, которые отражаются на характере семейного воспитания. Это является ярким свидетельством того, что для многих семей, воспитывающих детей, родительство не стало осознанной миссией. Для его полноценного становления и развития необходима специальная работа с молодежью по формированию осознанного родительства.

Целевой смысл родительства – воспитание и социализация детей. Психолого-педагогическая некомпетентность родителей может отрицательно повлиять на стабильность будущей семьи и на полноценное развитие личности ребенка. Поэтому формировать родительскую компетентность, особенно когнитивный и эмоциональный компонент необходимо задолго до появления молодой семьи.

Нами исследовались социокультурные аспекты феномена родительства, общая структура и отдельные компоненты. Феномен родительства на основании изученной литературы [1, 3, 5] понимается нами как интегральное психологиче-

ское образование личности, которое включает когнитивную, эмоциональную и поведенческую составляющие, и представляет собой систему взаимодействия ценностных ориентаций, родительских установок, чувств, отношений, позиций и родительской ответственности, способствующих формированию гармоничного стиля семейного воспитания. Как интегральная структура личности, родительство может быть представлено на трех различных уровнях: осознаваемом, слабоосознаваемом, неосознаваемом (Е.Г. Смирнова).

В подростковом возрасте категория «родительство» может рассматриваться как надиндивидуальная категория, поскольку индивидуальный уровень, как показывают исследования, формируется в процессе реального осуществления родительской роли, а подростки еще не имеют такого опыта.

Общими положениями, характеризующими компонентную структуру родительства, являются следующие:

1. Все компоненты имеют три составляющие: когнитивную, эмоциональную и поведенческую, которые являются психологическими формами проявления родительства.
2. Компоненты родительства связаны друг с другом в единую структуру посредством взаимообуславливания составляющих элементов (когнитивного, эмоционального и поведенческого).
3. Совокупным выражением всех компонентов, наиболее доступным для наблюдения является стиль семейного воспитания.
4. Каждый компонент содержит определенную формируемую часть – педагогический компонент, воздействуя на который возможно осуществлять коррекционно-развивающую работу.

Кроме того, в семейной психологии выделяют три группы мотивов родительства:

1. Экономические мотивы: благодаря рождению ребенка родители достигают каких-то материальных выгод для себя или своей семьи, повышая свой экономический статус. Один из недавних примеров – принятие правительством России закона о выплате единовременного денежного пособия семьям на рождение второго ребенка.
2. Социальные мотивы: желание иметь детей возникает как реакция на социальные нормы и требования социума. Это подтверждение своей полноценности как члена общества и отстаивание перед окружающими своей репродуктивной способности. Еще один из мотивов – нормативные предписания и социальные стереотипы: «Я хочу иметь ребенка, потому что так принято», «Каждый мужчина должен построить дом, посадить дерево, вырастить сына».
3. Психологические мотивы: через рождение детей достигаются личностные, внутренние цели личности родителя, желание самореализоваться в ребенке: удовлетворение властных амбиций и потребностей; удовольствие от самого процесса общения с детьми [2].

Таким образом, основные личностные психологические компоненты, характеризующие родительство, следующие: ценностные установки, представления о родительстве, уровень ответственности, характер межличностных отношений. Все компоненты имеют три составляющие: когнитивную, эмоциональную и поведенческую, которые являются психологическими формами проявления родительства. На проявление родительства влияют и особенности мотивов родительства (экономические, социальные, психологические).

Подростковый возраст – трудный период психического развития; он труден не только для самого подростка, но и для общающихся с ним. В подростковый период происходит расширение жизненного пространства ребенка как в географическом смысле (интерес к путешествиям и т.п.), так и в смысле социального окружения. Но самая существенная трансформация жизненного пространства, как отмечает Д.И. Фельдштейн, происходит во временном измерении. Впервые появляется будущее как психологический детерминант личности. С возрастом жизненная перспектива увеличивается, и это становится одним из фундаментальных факторов развития личности [4].

Для формирования образа родительства в старшем подростковом возрасте заложены как положительные предпосылки (активное формирование эмоционально-ценностной сферы, повышенный полоролевой интерес, стремление к самореализации во взрослой жизни, интерес к своему будущему), так и опасности – снижение авторитета взрослого, в сфере межличностных отношений подверженность мнению сверстников, а не общепризнанному и даже своему. Все описанные выше особенности необходимо учитывать, обращая внимание в т.ч. и на индивидуальные особенности каждого подростка.

При формировании образа родительства у старших подростков, следует, в первую очередь, опираться на факторы микросреды (семья, ближайший социум) и факторы индивидуального уровня (личностные качества подростка). Главная роль, несомненно, отводится родителям, от их поведения, семейных традиций, в первую очередь, зависят установки подростков как будущих родителей. Формирование личностных качеств будет осуществляться и в ходе целенаправленной психолого-педагогической деятельности в образовательных учреждениях.

В ходе нашего исследования по выявлению ценностных установок и личностных особенностей старших подростков в аспекте их отношения к родительству мы провели диагностику качеств личности, необходимых старшему подростку для идентификации себя как будущего родителя.

Учитывая возрастные особенности старших подростков, целесообразным было исследовать, в первую очередь, когнитивную и эмоциональную составляющие, основные ценности (ответственность, семья как ценность), наличие которых будет определять в дальнейшем гармоничное взаимодействие в семье, в т.ч. с ребенком.

Для выявления и анализа ценностных установок и личностных особенностей подростков в аспекте их отношения к родительству был использован

комплекс методик («Лики родительской любви», «Стратегии семейного воспитания», «Ценностные ориентации» М. Рокича).

Кроме того, для определения доминирующего типа межличностных отношений (что будет определять в дальнейшем особенности взаимодействия в т.ч. на области семейных отношений) был использован опросник Т. Лири.

Уровень представлений подростков о родительстве, об отношениях «родитель-ребенок», о воспитании детей, о стилях взаимоотношения в семье и т.п. определялись с помощью составленной нами анкеты для выявления представлений подростков о родительстве.

Традиционно используемые для анализа родительских отношений и семейного воспитания тесты «Родительско-детские отношения» (РАКТ) (Е.С. Шефер, Р.К. Белл; Т.Н. Нещерет), тест-опросник анализа семейного воспитания и профилактики нарушений воспитания (АСВ) (Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкис), тест-опросник родительского отношения (ОРО) (А.Я. Варг, В.В. Столин) не были нами использованы, поскольку подростки еще не имеют опыта родительства, а большинство вопросов данных тестов касаются сложившихся семейных отношений, отношения к имеющимся детям.

В ходе тестирования по методике «Ценностные ориентации» М. Рокича были получены следующие результаты – «счастливая семейная жизнь» как ценность была поставлена большинством испытуемых на 4 место, а «любовь» на 2. Причем разница между ответами небольшая, т.е. подростки солидарны в своем мнении. Конкуренцию семейным ценностям составили такие ценности как «интересная работа» и «здоровье». В целом, можно сделать вывод, что эти ценности являются значимыми для подростков, но, в силу еще не сложившихся семейных отношений, недостаточно осознаются. Жизненная мудрость (зрелость суждений, здравый смысл как основа для принятия ответственных решений в т.ч. и в будущих семейных отношениях) недостаточно значима для подростков.

Среди инструментальных ценностей наиболее значимы для подростков «жизнерадостность», «независимость» и «смелость в отстаивании своего мнения». Значимые для нашего исследования ценности, к сожалению, не так значимы для подростков. Это, в целом, соответствует возрастным особенностям. «Ответственность» и «рационализм» занимают 8 и 9 место соответственно. А «самоконтроль», «чуткость», «терпимость» и «широта взглядов» для подростков практически не значимы. Причем в отношении этих ценностей наблюдается широкий разброс ответов (до 7 позиций), что может говорить о недостаточном понимании сущности данных ценностей.

Постановка подростками описанных выше ценностей на невысокую позицию по значимости говорит и о том, что у них недостаточная направленность на формирование в себе соответствующих качеств личности. В дальнейшем это может приводить к проблемам в отношениях с партнером по браку и с детьми. Поэтому результаты диагностики необходимо учитывать при формировании

образа родительства у старших подростков, формируя адекватное представление о данных ценностях и их значимости в будущей взрослой жизни.

Анализируя результаты по методике «Лики родительской любви», можно сделать ряд выводов.

Большая часть испытуемых набрали 9–12 баллов. Такая позиция является промежуточной. С одной стороны, данные результаты говорят об отсутствии крайностей. Однако здесь имеет место некоторая эмоциональная отстраненность, связанная, возможно, с отсутствием реального опыта родительства и недостаточными представлениями об особенностях детско-родительских отношений, психологических закономерностях взаимодействия между ними.

12–15 баллов набрали всего 3 детей. Среди них один мальчик, что (с учетом отсутствия опыта) говорит о том, что в своем отношении к ребенку он недооценивает традиционную мужскую роль в воспитании. Две девочки, набравшие эту сумму, разделяют типично женский подход к воспитанию, исполненный любви и заботы. Однако впоследствии это может быть чревато недостаточной самостоятельностью ребенка.

Достаточно большая часть подростков набрали 8 баллов. Если для мальчиков это можно считать нормой, т.к. характеризует их как придерживающихся традиционно мужских ценностей в воспитании, желающих видеть своего ребенка состоявшейся и преуспевшей личностью. То для девочек не совсем желателен мужской стиль воспитания, поскольку любовь к ребенку сочетается с довольно высокими требованиями к нему. Девочки, будущие матери, мы могли бы более успешно достичь этих целей за счет мягкости и поощрения.

В целом, можно отметить отсутствие значимых гендерных различий в ответах и присутствие некоторой жесткости, определенной строгости по отношению к будущим детям. Например, отрицательные ответы на вопросы «Повзрослев, ребенок неизбежно столкнется в жизни с трудностями, поэтому долг родителей – до поры его от них ограждать», «Иногда немного жаль, что ребенок вырастет и станет взрослым: ведь он так мил в свои детские годы», «Мать должна служить своего рода эмоциональным буфером между ребенком и отцом, потому что отцам вообще свойственна излишняя строгость»). Предъявление довольно высоких требований к гипотетическому ребенку, особенно учитывая результаты по предыдущим методикам (недостаточное принятие ответственности за события в своей жизни), опять же свидетельствует о недостаточной «взрослости», недостаточности психологических представлений о детях, особенно младшего возраста. Кроме того, может свидетельствовать и о том, что подростки, входя в роль взрослого, копируют отношения реальных взрослых (родителей, учителей) к окружающим их детям. Это подтверждает тот факт, что семья и ближайший социум являются основным фактором формирования родительства.

Анализ ответов старших подростков по методике «Стратегии семейного воспитания» показал, что преобладающими стилями являются авторитарный и индифферентный. Преобладание авторитарного стиля согласуется с результатами по методике «Лики родительской любви», индифферентный стиль может говорить о том, что подростки, действительно, пока не обременены дополнительной ответственностью, не имеют опыта родительства.

Анкетирование проводилось для выявления представлений испытуемых о родительстве. Результаты анкетирования показали следующее.

Один из вопросов выявлял область поступления сведений об отношениях «родитель-ребенок», о воспитании детей, о стилях взаимоотношения в семье. Сведения о воспитании детей подростки получают на примерах собственной родительской семьи и социума (60 %), специальной литературы (39 %), СМИ (30 %). Влияние учреждений образования крайне незначительно (3 %), поэтому необходима целенаправленная работа по усилению роли образовательных учреждений в воспитании родителей.

У всех подростков, принимавших участие в исследовании, сформировано позитивное эмоциональное отношение к выполнению в будущем родительских функций. На вопрос «Охарактеризуйте свое отношение к будущему ребенку» 90 % испытуемых ответили «радуюсь», и 10 % – «не знаю».

В модели «идеального родителя», по представлениям участников исследования, наиболее актуальными являются следующие качества: «практичный» – 50 %, «радостный» – 20 %, «справедливый» – 90 %, «доверяющий детям» – 87 %, «одобряющий детей» – 40 %, «благоразумный» – 37 %, «ответственный» – 83 %. Несовместимы с представлениями об «идеальном родителе» качества: «соперничающий с детьми» – 20 %, «проявляющий неуважение к детям» – 90 %, «не интересующийся детьми» – 100 %, «не помогающий детям» – 83 %, «жестокий» – 97 %, «эмоционально холодный» – 40 %, «не любящий детей» – 87 %, «ничему не обучающий ребенка» – 13 %, «принципиально не хвалящий детей» – 23 %, «не умеющий слушать детей» – 37 %, «не вникающий в жизнь ребенка» – 50 %. Остальные показатели выбрали менее 10 % испытуемых.

По данным методики Т. Лири, у подростков преобладают «дружелюбный» и «зависимый» стили межличностных отношений, для которых характерна высокая степень кооперации с окружающими и низкая степень конфликтности. Достаточно выражен также «авторитарный» стиль отношений, который при повышении степени выраженности может быть источником конфликтности и напряжения во внутрисемейных отношениях. Присутствует также «эгоистичный» и «подчиняемый» типы. Для гармонизации будущих семейных, в частности, детско-родительских, отношений, возможно, необходима коррекция по таким показателям, как «эгоистичный», «авторитарный», «агрессивный».

Обобщая результаты эмпирического исследования, можно сделать вывод, что у испытуемых подростков прослеживается недостаточность сформиро-

ванности таких качеств личности как ответственность, демократичность, кроме того, недостаточная направленность на формирование в себе таких качеств личности как чуткость, широта взглядов, терпимость, самоконтроль, рационализм. Данные ценности не осознаются подростками как личностно значимые, тогда как для формирования осознанного родительства необходим высокий уровень их сформированности. Иначе в дальнейшем это может приводить к проблемам в отношениях.

Кроме того, испытуемые склонны снимать с себя ответственность за происходящее вокруг, в т.ч. в области межличностных отношений. В то же время в значительной степени склонны предъявлять повышенные требования к гипотетическому ребенку. Родительство же предполагает взятие большей ответственности на себя. Преобладающими стилями являются авторитарный и индифферентный, а среди типов межличностных отношений присутствуют «эгоистичный», «авторитарный», «агрессивный», «подчиняемый», и «зависимый». Для гармонизации же будущих семейных, в частности, детско-родительских, отношений, необходимо снижение по этим показателям.

В некоторой степени результаты диагностики обусловлены недостаточностью психологических представлений о детях, особенно младшего возраста, о подходах к их воспитанию и развитию, о стилях детско-родительских отношений, кроме того, подростки не имеют опыта родительства, что в значительной степени мешает адекватному осознанному родительству.

В то же время, у всех подростков, принимавших участие в исследовании, сформировано позитивное эмоциональное отношение к выполнению в будущем родительских функций. Лишь незначительная часть подростков не задумывается о сущности родительства и не старается получить соответствующие знания и навыки. В модели «идеального родителя», по представлениям участников, присутствуют позитивные с психолого-педагогической точки зрения качества родителя. Эмоционально большинство старших подростков положительно относятся к своему будущему родительству. Это создает хорошую основу для воспитательной работы с ними.

В качестве рекомендаций по формированию адекватного образа родительства у старших подростков можно предложить следующее:

- Формирование адекватных представлений о детско-родительских отношениях, ценности семьи, гендерных различиях детей, возрастной психологии, особенностях межличностных отношений;
- Конкретизация и уточнение понятий «самоконтроль», «ответственность», «чуткость», «терпимость» и т.п.
- Развитие таких важных качеств личности как ответственность, терпимость, чуткость;
- Гармонизация межличностных отношений;
- Формирование позитивного отношения к родительству;

– Формирование позитивного отношения к своим родителям, гармонизация взаимоотношений в семье.

Формирование определенного нравственного комплекса как базы для формирования в будущем осознанного родительства – задача, как для родителей, так и для педагогов.

Необходимо уже у подростков формировать готовность принимать на себя обязанности по отношению к близким, а также будущим детям. Готовить к позитивному и оптимальному межличностному общению и сотрудничеству, поскольку семья является малой группой и для нормального ее функционирования необходима согласованность. Развивать способности к самоотверженности, альтруизм, терпимость к недостаткам другого, умение прощать, эмпатию. Кроме того, развивать умения конструктивно решать межличностные конфликты, способность к саморегуляции, что будет залогом гармоничных семейных отношений, в том числе и с детьми.

Таким образом, подготовка подростков к роли будущего родителя должна представлять собой комплекс взаимодействий с родителями, учителями, сверстниками, другими людьми, со средствами культуры и СМИ, в результате которых будет происходить осознание родительских отношений, развитие соответствующих чувств, формирование представлений, взглядов убеждений, качеств и привычек, связанных с готовностью к родительству. От родителей подростков в первую очередь зависит адекватное, не искаженное восприятие информации, идущей из макросоциума.

Итак, в результате эмпирического исследования, сделали вывод, что у детей старшего подросткового возраста прослеживается недостаточность сформированности таких качеств личности как ответственность, недостаточная направленность на формирование в себе таких качеств личности как чуткость, широта взглядов, терпимость, самоконтроль, рационализм. Данные ценности не осознаются подростками как лично значимые, тогда как для формирования осознанного родительства необходим высокий уровень их сформированности. Кроме того, подростки склонны снимать с себя ответственность за происходящее вокруг, в т.ч. в области межличностных отношений. В то же время в значительной степени склонны предъявлять повышенные требования к окружающим, в т.ч. к гипотетическому ребенку. В то же время, у всех подростков, принимавших участие в исследовании, сформировано позитивное эмоциональное отношение к выполнению в будущем родительских функций. Это создает хорошую основу для воспитательной работы с ними.

Таким образом, формирование родительства – сложный процесс, начинать его необходимо с раннего детства. Период подростничества предъявляет в этом аспекте особые требования, поскольку с одной стороны, этот возраст является одним из самых сложных, с другой стороны, именно в это время закрепляются основные ценности и установки, в том числе и в отношении родительства.

Литература

1. *Ермихина М.О.* Формирование осознанного родительства на основе субъективно-психологических факторов. Автореф. дис. ... канд. психол. наук. 19.00.07. – Казань, 2004. – 23 с.
2. *Овчарова Р.В.* Комплиментарность материнства и отцовства как высший уровень развития родительства / Р.В. Овчарова, Е.Г. Смирнова // *Семья и будущее России: материалы международной научно-практической конференции.* – Екатеринбург: УРГИ, 2006.
3. *Смирнова Е.Г.* Психолого-педагогическое сопровождение формирования осознанного родительства в молодой семье. Автореф. дис. ... канд. психол. наук. 19.00.07. – Екатеринбург, 2008. – 24 с.
4. *Фельдштейн Д.И.* Психология воспитания подростка. – М., 1978.
5. *Шнейдер Л.Б.* Семейная психология: Учебное пособие для вузов. 2-е изд. – М.: Академический проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2006. – 768 с.

Копинг-ресурсы и ресурсность социальной поддержки в период поздней зрелости¹

Харламенкова Н.Е.

Важнейшим фактором физического и психического развития человека является способность личности использовать разные ресурсы для преодоления жизненных трудностей. К пожилому возрасту, как известно, ресурсы совладания в какой-то мере исчерпывают себя, в связи с этим, повышается уровень посттравматического стресса (ПТС), актуализируются прежние переживания, вызванные стрессорами высокой интенсивности.

В исследованиях по психологии совладающего поведения обсуждается проблема связи стратегий совладания с возрастом, при этом линейной зависимости между копингом и возрастом установить не удастся. По мнению Т.Л. Крюковой это обусловлено разными причинами, в том числе, и различием в использовании авторами диагностического инструментария [1]. Несмотря на фальсификацию гипотезы об увеличении вклада проблемно-ориентированного копинга в систему стратегий совладания с возрастом, желание получить данные в пользу этой гипотезы не ослабевает.

Известно, что в современных исследованиях по копингу наибольшее значение придается всей системе стратегий и ее гибкости [2, 3]. Отмечается, что в исследованиях, проведенных с 1978 года по 2013 год по проблеме связи копинга и адаптации, важной характеристикой выступает именно гибкость копинга, которая рассматривалась с разных сторон: как широта репертуара стратегий, как хорошо сбалансированный профиль копингов, как межситуативная изменчивость стратегий, как соответствие копинга ситуации, или как воспринимаемая способность справиться со средовыми изменениями [5]. Оказалось, что наибольший вклад в связь копинга и адаптации делают такие

¹ Исследование выполнено при финансовой поддержке Российского фонда фундаментальных исследований (№ проекта 13–06–00537).

факторы как воспринимаемая способность справиться со средовыми изменениями и соответствие копинга ситуации, тогда как вклад остальных – широты репертуара стратегий, хорошо сбалансированного профиля копингов, межситуативной изменчивости стратегий – минимален.

Системное представление о копинг-поведении – одно из наиболее предпочтительных направлений исследования этого конструкта, которое сохраняет свою актуальность при его изучении в любом возрасте. Так, изучая оптимизм, потребность в помощи и копинг поведение Соренсен, Херч и Линес сделали вывод о том, что пожилой возраст ассоциируется с увеличением потребности в помощи, а также копинг-стратегий в целом [6].

Рассматривая совладающее поведение как внутренний ресурс личности и допуская снижение с возрастом показателей проблемно-ориентированного копинга, нельзя упускать из виду другие ресурсы человека, к которым он может обращаться. Условно внешним ресурсом следует считать социальную поддержку и обращение к разным видам этого ресурса (эмоциональной, инструментальной типам поддержки, социальной интеграции) для компенсации совладания. Социальная поддержка предоставляет человеку недостающие, в том числе и материальные, ресурсы, что существенно снижает ощущение незащищенности, беспомощности, чувство одиночества. Поддержка помогает человеку гармонично интегрироваться в общество, создает и укрепляет связи с другими людьми и группами, способствует повышению самооценки [4].

С целью изучения стратегий совладания с трудными жизненными ситуациями в период поздней зрелости, а также сопряженности стратегий с типами социальной поддержки было проведено теоретико-эмпирическое исследование. В качестве *гипотез* были выдвинуты предположения: 1. Обращение к проблемно-ориентированному копингу с возрастом не меняется; эмоционально-ориентированный копинг и избегание используются с возрастом чаще; 2. В период поздней зрелости связь стратегий совладания и типов социальной поддержки становится наиболее тесной.

Выборка: 1-я группа – респонденты в возрасте 30–46 лет (n=73), 2-я группа – респонденты в возрасте 47–59 лет (n=38) и 3-я группа – респонденты в возрасте 60–80 лет (n=68).

Методы: методика «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях» Н. Эндлера и Дж. Паркера (КПСС) в адаптации Т.Л. Крюковой [1], состоит из 48 пунктов, которые группируются в три основных шкалы, предназначенные для измерения трех видов совладающего поведения у взрослых, а именно: проблемно-ориентированного копинга (ПОК) – стиля, ориентированного на решение задачи, проблемы; эмоционально-ориентированного копинга (ЭОК); копинга, ориентированного на избегание (КОИ). Последний состоит из двух субшкал социального отвлечения (СО) и отвлечения (О); опросник социальной поддержки F-SOZU-22 G. Sommer, T. Fydrich (1993) в адаптации

А.Б. Холмогоровой, Г.А. Петровой [4], включает следующие шкалы: эмоциональная поддержка (наличие позитивного чувства близости, доверия и общности); инструментальная поддержка (возможность получения важной, полезной информации, получения помощи в решении проблем, в домашних, учебных делах, оказание материальной помощи); удовлетворенность социальной поддержкой (степень удовлетворенности респондента вниманием и пониманием других людей, его оценка этих отношений, как безопасных, доверительных); социальная интеграция (наличие круга значимых людей и людей с общими интересами, а также степень включенности опрашиваемого человека в этот круг, ощущение человеком собственной значимости для данной группы лиц). В результате подсчитываются баллы по отдельным шкалам и общий балл по всему опроснику.

Статистическая обработка данных проводилась с помощью пакета программ Statistica 8.0. Критерии: критерий Спирмена (r_s), кластерный анализ (k-means clustering).

Результаты. Для проверки первой гипотезы был проведен корреляционный анализ переменных «возраст» и «стратегии совладания». Установлено, что проблемно-ориентированный копинг (ПОК) связан с возрастом обратной связью ($r_s = -0,37, p \leq 0,05$), а копинг избегание (КОИ) – прямой связью ($r_s = 0,19, p \leq 0,05$). Связь возраста с эмоционально-ориентированным копингом не выявлена. Дополнительно к этим результатам были рассчитаны коэффициенты корреляции возраста с типами социальной поддержки; статистические значимые связи обнаружены не были.

Полученные данные позволяют сделать вывод о том, что первая гипотеза подтверждается лишь частично: с возрастом снижаются показатели по ПОК и повышаются показатели по стратегии КОИ – избегание. Предположение о том, что показатели ЭОК с возрастом повышаются, не подтвердилось.

Для проверки второй гипотезы была проведена корреляция данных по переменным «стратегии совладания» и «виды социальной поддержки» в каждой возрастной группе. В возрасте 30–46 лет установлены значимые корреляции между ПОК и показателем социальной интеграции ($r_s = 0,43, p \leq 0,05$), ПОК и суммарным показателем по опроснику социальной поддержки ($r_s = 0,27, p \leq 0,05$), а также между ЭОК и социальной интеграцией ($r_s = -0,28, p \leq 0,05$), ЭОК и удовлетворенностью социальной поддержкой ($r_s = -0,50, p \leq 0,05$).

В возрасте 47–59 лет выявлены только две связи: между ПОК и суммарным показателем по опроснику социальной поддержки ($r_s = 0,30, p \leq 0,05$), а также между ЭОК и удовлетворенностью социальной поддержкой ($r_s = -0,44, p \leq 0,05$).

В возрасте 60–80 лет установлены значимые корреляции между ПОК и такими показателями как эмоциональная поддержка ($r_s = 0,31, p \leq 0,05$), социальная интеграция ($r_s = 0,28, p \leq 0,05$), суммарный показатель по опроснику социальной поддержки ($r_s = 0,26, p \leq 0,05$), а также между ЭОК и удовлетворенностью социальной поддержкой ($r_s = -0,42, p \leq 0,05$).

В возрасте 30–46 лет копинг избегание связан с эмоционально-ориентированным копингом ($r_s=0,28$, $p\leq 0,05$), а в возрасте 60–80 лет – с проблемно-ориентированным копингом ($r_s=0,31$, $p\leq 0,05$).

Обсуждая, полученные данные, отметим, что явной более тесной связи стратегий совладания и типов социальной поддержки в период поздней зрелости не наблюдается, если сопоставлять тесноту связей с возрастом 30–46 лет. Однако, если сравнивать с возрастом 47–59 лет, в котором выявлены только две связи между копинг-стратегиями и типами социальной поддержки, можно считать, что гипотеза о том, что в период поздней зрелости связь стратегий совладания и типов социальной поддержки становится наиболее тесной, подтверждается.

Дополнительно к проведенному анализу был сделан кластерный анализ данных по следующим переменным – «проблемно-ориентированный» (ПОК), «эмоционально-ориентированный копинг» (ЭОК), «копинг избегание» (КОИ), «эмоциональная поддержка» (ЭП), «социальная интеграция» (СИ) и «суммарный показатель по опроснику социальной поддержки» (SUM). Показатели «инструментальная поддержка» и «удовлетворенность поддержкой» были исключены из анализа вследствие их устойчивости по отношению к переменной «возраст». Кластеризация случаев проводилась отдельно по каждому возрасту.

Для оценки уровня копинг-стратегий и типов социальной поддержки предварительно были рассчитаны средние значения, медианы и нижний/верхний квартили по каждой переменной.

В возрасте 30–46 лет выделилось два кластера: в первом кластере ($n=40$, 62 % выборки 30–46 лет) значения ПОК оказались выше верхнего квартиля ($x=62,7$), а остальные значения (ЭОК, КОИ, ЭП, СИ, SUM) – в пределах средних значений; во втором кластере ($n=25$, 38 %) ПОК и ЭОК оказались в пределах средних значений ($x=55,8$, $x=45,8$ соответственно), а КОИ и все типы социальной поддержки (ЭИ, СИ, SUM) – ниже нижнего квартиля. Основываясь на этих данных, можно сказать, что в период средней зрелости более важным для субъекта является *внутренний ресурс*, а именно проблемно-ориентированный копинг с умеренно выраженными показателями социальной поддержки (1 кластер). Меньшая часть выборки равным образом использует копинг-стратегии ПОК и ЭОК, но игнорирует социальную поддержку (2 кластер).

В возрасте 47–59 лет в первом кластере ($n=27$, 71 % выборки 47–59 лет) значения ПОК, ЭОК и КОИ – средние (КОИ – близко к высоким, $x=44,4$), а все показатели социальной поддержки – очень высокие (например, по показателю SUM $x=98,6$); во втором кластере ($n=11$, 29 %) показатели ПОК – очень низкие ($x=49,7$), а ЭОК и КОИ – средние. Все показатели социальной поддержки также очень низкие (например, по показателю SUM $x=74,6$). Обсуждая эти результаты отметим, что в 47–59 лет соотношение внутренних (копинг-стратегий) и внешних ресурсов (типов социальной поддержки) от-

личается от более молодого возраста. Если в 30–46 лет в большей степени актуализируются внутренние ресурсы, преимущественно ПОК при умеренной социальной поддержке, или даже ее отсутствии, то в 47–59 лет внутренние ресурсы – на среднем уровне, с более выраженной стратегией КОИ (1 кластер) и высокими показателями социальной поддержки, или с очень низким ПОК и низкой социальной поддержкой (2 кластер). В возрасте 47–59 лет доминирует социальная поддержка, т. е. предпочитают *внешние ресурсы*.

В возрасте 60–80 лет также как и в период 47–59 лет значения ПОК – низкие ($x=51,8$), а ЭОК, КОИ и все показатели социальной поддержки – со средними значениями (первый кластер, $n=45$, 66 % выборки 60–80 лет). Также выделился кластер (второй кластер, $n=23$, 34 % выборки) с еще более низкими значениями ПОК ($x=42,6$), средними ЭОК и КОИ и крайне низкими значениями по показателям социальной поддержки (например, по SUM $x=67,1$). Из этого следует, что с возрастом снижаются как внутренние, так и внешние ресурсы совладания с трудностями, но первые из них истощаются раньше. В отличие от первых двух возрастных групп в период 60–80 лет отсутствует преобладание тех или иных ресурсов; как копинг-стратегии, так и социальная поддержка умеренно и в равной степени доступны (1 кластер), исключая стратегию ПОК, значения которой в обоих кластерах очень низки, однако в одном из них (2 кластер) в сочетании и с низкой социальной поддержкой.

Вывод: в целом можно сказать, что в период поздней зрелости связь стратегий совладания и типов социальной поддержки не ослабевает, однако, она существенно изменяется по сравнению с возрастом средней зрелости в сторону существенного истощения внутренних ресурсов совладания с трудностями и ослабления внешних ресурсов, которые, однако, остаются основным источником поддержки человека в сложных жизненных обстоятельствах.

Литература

1. *Крюкова Т.Л.* Психология совладающего поведения в разные периоды жизни: монография. Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова, 2010. – 296 с.
2. *Куфтяк Е.В.* Психология семейного совладания. Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова, 2010. – 318 с.
3. *Сапоровская М.В.* Психология межпоколенных отношений в современной российской семье. Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова, 2012. – 430 с.
4. *Холмогорова А.Б., Петрова Г.А.* Методы диагностики социальной поддержки при расстройствах аффективного спектра // Медицинская технология. МНИИ психиатрии Росздрава. М., 2007. – 24 с.
5. *Cheng C., Lau Hi-Po B., Chan M.-P.S.* Coping flexibility and psychological adjustment to stressful life changes: A meta-analytic review // *Psychological Bulletin*. – Vol. 140 (6). – Nov. 2014. – P. 1582–1607.
6. *Sörensen S., Hirsch J.K., Lyness J.M.* Optimism and planning for future care needs among older adults // *GeroPsych: The Journal of Gerontopsychology and Geriatric Psychiatry*. – Vol. 27 (1). – Mar. 2014. – P. 5–22.

Влияние ухода за детьми с инвалидностью на занятость и психическое здоровье родителей в зарубежных исследованиях

Цапина С.Ю.

Вопросы психологического климата семьи, воспитывающей ребенка с инвалидностью, в последние годы поднимаются исследователями разных стран с нарастающим интересом. Интерес этот обусловлен неуклонным возрастанием количества детей с инвалидностью, увеличением процента детей со значительными ограничениями жизнедеятельности, а также тенденцией к воспитанию детей с инвалидностью в семье.

Если раньше негласно поощрялся отказ семьи от воспитания детей со значительными ограничениями жизнедеятельности, то в последние десятилетия социально приемлемым считается воспитание тяжело больного ребенка в семье. Наличие в семье такого ребенка неизбежно отражается на психологическом благополучии семьи в целом и родителей в частности, а также на трудовой занятости ухаживающих взрослых. Проблемы эти могут по-разному решаться в зависимости от социальной среды и государственных программ той или иной страны. С целью сравнения проблем и их решения интересно ознакомиться с результатами исследований, проведенных в различных странах.

В 2012 году в США (Университет штата Северная Каролина) были опубликованы результаты исследования Андреа Николь Хант. В этом исследовании рассматривались вопросы влияния ухода за детьми с инвалидностью на трудовую занятость и психическое здоровье родителей.

А.Н. Хант поставила в исследовании весьма актуальную цель: выявить, как потребности детей-инвалидов влияют на возможности родителей зарабатывать. Кроме этого, были проанализированы траектории трудовой занятости обоих родителей в семье, а также влияние трудовой занятости и наличия в семье ребенка-инвалида на подверженность родителей дистрессу.

Автором использовался метод анализа данных, полученных в ходе серии непрерывных национальных опросов (SIPP), проводимых бюро переписи населения США каждые четыре месяца. Цель этих опросов – измерение эффективности существующих государственных программ и оценки будущих затрат. В исследовании был проведен анализ данных, полученных в течение трех лет опросов более чем 30000 семей, воспитывающих ребенка (или нескольких детей) с инвалидностью.

Проблема психологического благополучия ухаживающих взрослых исследовалась на выборке количеством около 6000 семей, среди которых был проведен дополнительный опрос.

Приведем результаты исследования А.Н. Хант в соответствии с поднятой проблематикой.

Специфика трудовой занятости родителей детей-инвалидов

При исследовании вопроса трудовой занятости матерей детей-инвалидов было выявлено, что они имеют более низкие показатели занятости, чем матери здоровых детей, и, соответственно, более низкий среднемесячный доход. Низкая степень трудовой занятости сохраняется по мере взросления детей-инвалидов. Уход за ребенком-инвалидом становится «карьерой» для женщин.

Интересно, что трудовая занятость матерей детей-инвалидов не связана с образованием женщины. Работу в профессиональной сфере труднее совмещать с экстраординарными потребностями ребенка-инвалида в уходе, поэтому матери детей-инвалидов часто не реализуют свой профессиональный потенциал, обеспеченный образованием.

С целью изучения того, как семьи находят баланс между трудовой занятостью и уходом за ребенком, и отличается ли он от баланса в семьях со здоровыми детьми, исследовалась взаимосвязь между трудовой занятостью обоих родителей.

Семьи разрабатывают стратегии разделения трудовой занятости и ухода за ребенком, приспосабливаясь к конкретным потребностям ребенка, как в семьях с детьми-инвалидами, так и в семьях с обычными детьми. Однако семьи с детьми-инвалидами должны осуществлять экстраординарный уход за ребенком, который зачастую длится всю жизнь. Увеличение разрыва в количестве часов трудовой занятости между родителями детей-инвалидов возрастает с увеличением степени тяжести инвалидности ребенка, поскольку дети с более серьезными нарушениями нуждаются как в более трудоемком уходе, так и в более специализированном дорогостоящем лечении.

Выявлено, что матери детей-инвалидов имеют самые низкие показатели занятости среди всех родителей в исследовании. Респондентам задавались вопросы о причинах изменения количества рабочих часов. Если при ответах указывались причины, касающиеся ухода за ребенком, ответ кодировался как 1; если уход за ребенком не имел отношения к изменению количества рабочих часов, ответ кодировался как 0. О том, что их занятость зависит от ухода за ребенком, сообщили 28 % матерей и менее 1 % отцов.

Одним из факторов, влияющих на трудовую занятость как матерей, так и отцов детей-инвалидов, является негибкость работодателей. Родителям детей-инвалидов нужна работа, которая обеспечивает гибкость в планировании, возможность взять отпуск в связи с чрезвычайной ситуацией или отгул в связи с посещением врача. На негибкость работодателей как негативный фактор, влияющий на трудовую занятость родителей детей-инвалидов, указывают и приведенные в работе А.Н. Хант данные других исследователей [2].

Для поддержания собственной работоспособности родителям часто приходится полагаться на свое социальное окружение, составляя целый ряд формальных и неформальных договоренностей по уходу за детьми. Согласно

данным, предоставленным родителями во время исследования, даже на базе центров по уходу за детьми и соответствующих образовательных учреждений зачастую трудно найти дополнительные возможности по уходу для детей со сложными сочетанными проблемами развития.

Влияние инвалидности ребенка, а также трудовой занятости, на психическое здоровье родителей.

По данным многих исследований, родители детей-инвалидов часто сообщают о высоком уровне психологических расстройств, связанных с экстраординарными потребностями по уходу за детьми [3].

Инвалидность ребенка относится к первичным стрессогенным факторам. Активизируют дистресс вторичные факторы (например, степень тяжести инвалидности). И первичные, и вторичные стрессогенные факторы повышают уровень дистресса у родителей детей-инвалидов.

В данной части исследования А.Н. Хант респондентам задавали вопросы, касающиеся их психологического благополучия:

- 1) «Вы часто испытываете депрессию или тревогу?»;
- 2) «Есть ли у вас проблемы в отношениях с другими людьми?»;
- 3) «Есть ли у вас проблемы с концентрацией внимания, достаточной для выполнения повседневных задач?»;
- 4) «Удается ли Вам справляться с ежедневным напряжением?».

Ответы кодировались дихотомически (1 = да, 0 = нет). Сумма значений всех ответов явилась показателем дистресса в пределах 0–4, где 0 – отсутствие дистресса, 4 – высокий уровень дистресса.

В среднем родители в выборке показали низкий уровень дистресса. Однако показатели родителей детей-инвалидов и здоровых детей отличались (среднее значение у отцов здоровых детей 0,07, у отцов детей-инвалидов – 0,17; у матерей здоровых детей – 0,08, у матерей детей-инвалидов – 0,24).

Таким образом, было установлено, что родители детей-инвалидов имеют более высокий уровень дистресса, чем родители здоровых детей, причем лидируют в уровне дистресса матери детей-инвалидов.

Что касается влияния занятости на испытываемый дистресс, то данные исследования А.Н. Хант показали: трудовая занятость может являться фактором, снижающим уровень дистресса родителей. Однако основное влияние оказывает не сам факт занятости, а гибкость работодателей. Матери детей-инвалидов испытывают более высокие уровни дистресса в соответствии с негативными характеристиками работы (такими, как отсутствие гибкого графика, низкая заработная плата).

Основной вывод этого исследования состоит в том, что уход за ребенком-инвалидом является прежде всего ответственностью матери. Матери детей с инвалидностью имеют самые низкие показатели занятости и самые высокие уровни дистресса.

Следует отметить, что в исследование А.Н. Хант были включены только полные семьи. В то же время известно, что дети с инвалидностью часто живут с одним родителем, в основном с матерью. В перспективе исследования могли бы касаться неполных семей, а также того, как воспринимают матери необходимость заботы о ребенке с инвалидностью, имеют ли они возможность выбора, считают ли положение вещей справедливым и влияет ли это положение вещей на дистресс, которому они подвергаются.

Интересно, что проблемы трудовой занятости и выработки стратегий распределения функций в семье, исследуемые в работе американки, имеют явное сходство с аналогичными проблемами в России. Материалы, представленные А.Н. Хант, показывают, что проблемы взрослых, ухаживающих за детьми с инвалидностью, сходны в различных странах. Сравнение того, как влияет наличие ребенка с ограниченными возможностями на материнскую занятость и дистресс в разных странах, помогло бы выявить, как влияет на трудовую занятость родителей детей-инвалидов национальная политика занятости, система здравоохранения, государственные субсидии и гендерное равенство. Предполагаем, что при надлежащей организации социальной поддержки матери тяжело больных детей могли бы иметь более высокооплачиваемую работу и менее высокий уровень дистресса, связанного с уходом за ребенком.

Литература

1. *Andrea Nicole Hunt* (2012) Caregiving for children with disabilities: effects on parental employment and mental health. North Carolina State University.
2. *Brandon, Peter D.* (2000) Child Care Utilization among Working Mothers Raising Children with Disabilities // *Journal of Family and Economic Issues*, 21 (4).
3. *McKinney, Barbara and Rolf A. Peterson* (1987) Predictors of Stress in Parents of Developmentally Disabled Children // *Journal Pediatric Psychology*. 12 (1): 133–50.

Сравнительный анализ личностных особенностей родителей, воспитывающих детей с инвалидностью и условно здоровых *Черенко С.Е.*

Сегодня все больше внимания уделяется профессиональному образованию лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Однако, решение проблемы доступности высшего профессионального образования для молодых людей с особыми образовательными потребностями носит комплексный характер. Как показывает практика, очень важным субъектом данной деятельности, являются родители. [1]

Многие ученые и практики отмечают, что от степени их участия в обучении своих детей во многом зависит не только сама возможность их обучения, но и качество их образования. [2]

Осуществив сравнительный анализ личностных особенностей родителей воспитывающих детей с инвалидностью и условно здоровых, мы увидели,

как родители справляются с внешними и внутренними сложностями и как дети реагируют на определенные личностные особенности родителя.

Личностные особенности существенная сторона человеческого общения и понимания. Восприятие ситуации и способы разрешения трудных ситуаций проходит через понимание конкретной личности. Правильное понимание особенностей психики человека и личностных особенностей может помочь специалистам в области педагогики и системы образования понять детско-родительские отношения и влияния в системе стресса от признания инвалидности ребенка. При изучении данной проблемы специалисты в области возрастной психологии могут помочь таким семьям в разрешении конфликтов и достижении целей обучения и воспитания.

Проведя тестирование родителей имеющих детей с ОВЗ и родителей без детей с ОВЗ мы получили результаты, которые и проанализировали.

Таблица 1

**Показатели по тесту САТ у родителей детей с ОВЗ
и родителей без детей с ОВЗ**

№ шкалы	Название шкал	Максимальный балл	Родители детей с ОВЗ		Родители без детей с ОВЗ	
			Баллы	%	Баллы	%
I	Ориентация во времени	17	8,3	48,8	7,3	42,9
II	Поддержка	91	42,94	47,2	44,5	48,9
III	Ценностные ориентации	20	9,7	48,5	11,4	23,5
IV	Гибкость поведения	24	11,5	47,9	11,9	49,6
V	Сензитивность	13	5,6	43,1	5,9	45,4
VI	Спонтанность	14	5,9	42,1	5,8	41,4
VII	Самоуважение	15	8,2	54,7	8,3	55,3
VIII	Самопринятие	21	9,8	46,7	10,7	51
IX	Представления о природе человека	10	5,4	54	5,5	55
X	Синергия	7	2,9	41,4	3,3	47,1
XI	Принятие агрессии	16	7,6	47,5	6,1	38,1
XII	Контактность	20	8,9	44,5	8,6	43
XIII	Познавательные потребности	11	5,6	50,9	5,2	47,2
XIV	Креативность	14	6,7	47,9	5,7	40,7

Примечания: Уровень значимости различий: * – $p \leq 0,05$; ** – $p \leq 0,01$; *** – $p \leq 0,001$.

Статистически значимыми оказались различия по шкалам «поддержка», «сензитивность», «спонтанность», «самоуважение», «представление о природе человека», «принятие агрессии», «креативность». Баллы по шкалам «поддержки», «ценностной ориентации», «сензитивность», «самоуважение», «спонтанность» и «представлений о природе человека» получились выше у родителей здоровых детей. Скорее всего, можно предположить, что наша выборка имела респондентов из полных семей, где есть нормальный эмоциональный фон. Люди, имеющие высокий балл по шкале «поддержка» руководствуются своими целями, независимы в своих поступках, ориентируются на социально значимые ценности. Шкала «ценностность ориентации» свидетельствует

о том, как человек разделяет ценности, присущие самоактуализирующейся личности. Высокие баллы по шкале «сензитивность» говорят о том, насколько человек отдает отчет в своих потребностях и чувствах. Можно предположить, что родители здоровых детей более уравновешены и менее подвержены стрессу, поэтому принимают и понимают свои чувства прочнее. «Спонтанность» дает представление насколько человек может вести себя естественно, не боится показывать свои эмоции. «Самоуважение» также свидетельствует о том, насколько человек доволен собой, и гордиться своими достижениями. Неудивительно, что родители здоровых детей показали более высокий балл по этой шкале. Многие родители нездоровых детей склонны винить себя за недуг ребенка и показатели по данной шкале могут быть ниже. Шкала «Представление о природе человека» высокие баллы по ней, показывает, что люди склонны положительно принимать полностью природу человека. Баллы по шкалам «Принятие агрессии», «контактность» и «креативность» значительно выше у родителей, детей с ОВЗ. Принятие агрессии свидетельствует о том, что люди с высоким баллом по этой шкале принимают эмоции внутри себя и считают их проявление нормальной природой человека в рамках социального поведения. Вполне естественно, что родителям, у которых есть дети в ОВЗ это свойственно. Потому что колебания эмоций и в процессе жизни и при осознании нездоровости ребенка очень велики, и не каждый может признать и принять такой поворот событий. Контактность это свойство людей быстро и тесно устанавливать субъект – субъектные отношения, что вполне понятно для родителей детей с ОВЗ, потому что они постоянно должны быть в контакте с многими людьми по профессиональному уходу и реабилитации своих детей. Столкнувшись с проблемой здоровья ребенка, родитель часто ищет поддержки и моральной помощи от других людей и, с течением времени, получает навык быстро устанавливать контакты и поддерживать их. Люди с высоким показателем контактности не отступают от своих принципов ради того, чтобы совершить нечто, за что люди были бы им благодарны. Они не чувствуют себя обязанным делать все от них зависящее, чтобы у тех, с кем они общаются, было хорошее настроение. Им не всегда необходимо, чтобы другие одобряли то, что они делают. Кроме того, они могут делать что-либо для других, не требуя, чтобы они это оценили. Им нравится участвовать в жарких спорах, дискуссиях. Шкала «креативности» и высокий балл по ней, возможно, говорит об индивидуальном творческом проявлении. По нашим данным у родителей детей с ОВЗ значительно показатели выше, чем у родителей здоровых детей. Скорее всего, это может быть связано в высокой степени адаптивности и необходимостью искать новые необычные решения во время общения с детьми с ОВЗ. Творческий потенциал личности может раскрываться под действием внешних факторов социальной среды, а родители детей с ОВЗ часто вынуждены искать нестандартные решения насущных проблем.

В приведенной ниже таблице рассмотрим сравнение показателей по методике уровень субъективного контроля (УСК) между родителями детей с ОВЗ и родителями здоровых детей.

Таблица 2

**Результаты теста УСК у родителей детей с ОВЗ
и родителей без детей с ОВЗ**

№ п/п	Название шкал	Максимальный балл	Родители детей с ОВЗ		Родители без детей с ОВЗ	
			баллы	%	баллы	%
I	Общая интернальность	44	23,2	52,7	23,8	54,1
II	Интернальность в области достижений	12	6,8	56,7	6,8	56,7
III	Интернальность в области неудач	12	6,3	52,5	6,6	55
IV	Интернальность в семейных отношениях	10	4,7	47	4,6	46
V	Интернальность в области производственных отношений	8	4,3	53,8	4,8	60
VI	Интернальность в области межличностных отношений	4	2,3	57,5	2,8	70
VII	Интернальность в области здоровья и болезни	4	2,3	57,5	2,2	55

Примечания: Уровень значимости различий: * – $p \leq 0,05$.

Все показатели по шкалам выше у родителей детей с ОВЗ. Статистически значимым оказался показатель интернальности семейных отношений. Высокий показатель по этой шкале говорит о развитом чувстве субъективного контроля по отношению к отрицательным событиям и ситуациям, что проявляется в склонности обвинять самого себя в разнообразных неприятностях и неудачах. Низкий показатель свидетельствует о том, что человек склонен приписывать ответственность за подобные события другим людям или считать их результатами невезения. Можно предположить, что родителям детей с ОВЗ, постоянно приходится быть ответственными не только за свою жизнь, но и за жизнь нездорового ребенка. Экстернальность и интернальность это обозначение механизмов социального контроля за свою жизнь. В психологии интернальность это свойство личности, присущее людям, которые принимают ответственность за то, что происходит с ними, за свои поступки на себя. Это качество отражает уровень субъективного контроля. Находится в тесной связи с развитием личностной ответственности. Высокая интернальность свидетельствует о достаточном уровне приспособления. Человек осознает, что его жизнь зависит от него самого, он имеет возможность изменять среду и управлять ею. Ему так же присуще адекватное восприятие окружающего мира и легкая адаптация в социуме. Экстерналы это люди, ориентированные на удачу, шанс, везение. Интерналы полагаются на навык и мастерство. Эти два понятия не являются взаимоисключающими. Они, в свою очередь, связаны с культурными традициями: восток способствует формированию экстернального типа личности, а западная культура интернального [3].

Сравнительный анализ психологических особенностей родителей, имеющих детей с проблемами здоровья показал что, несмотря на трудности, родители имеют тенденцию к достижению успеха и положительную мотивация к успеху. У них высокий уровень самоактуализации, саморегуляции и интернальности. В качестве рекомендации, основанной на анализе данных, можно рекомендовать родителям детей с ОВЗ, участвовать в учебном процессе в период поступления в вуз, подготовке к сдаче экзаменов в школе и учебы на первых курсах института, максимально много. Попробовать разъяснить родителям будущих студентов с ОВЗ их значимость в организации учебной деятельности ребенка. Привлечь родителей абитуриентов с ОВЗ к участию в общественной студенческой жизни. Прояснить родителям особую важность активного взаимодействия студентов, преподавателей и родителей для повышения адаптации и самостоятельности учащихся с ОВЗ.

Литература

1. *Айсмонтас Б.Б.* Социальная реабилитация и интеграция в общество студентов с ОВЗ: (опыт, проблемы, перспективы) // Психологическая помощь социально незащищенным лицам с использованием дистанционных технологий (интернет-консультирование и дистанционное обучение): Материалы III Международной научно-практической конференции, Москва, 27–28 февраля 2013 / под ред. Б.Б. Айсмонтаса, В.Ю. Меновщикова. – М.: МГППУ, 2013. С. 223–229.
2. *Набойченко Е.С., Блохина С.И.* Психологическое сопровождение семьи, имеющей ребенка с ограниченными возможностями здоровья. – Екатеринбург: НПРЦ «Бохум», 2004. – 132 с.
3. *Столин В.В., Соколова Е.Т., Варга А.Я.* Психология развития ребенка и взаимоотношений родителей и детей как теоретическая основа консультационной практики // Семья в психологической консультации: Опыт и проблемы психологического консультирования / под ред. А.А. Бодалева, В.В. Столина. – 1989. – № 3. – С. 16–37.

Часть 3

Вызовы и ресурсы зрелого возраста

Отношение к деньгам и субъективное экономическое благополучие в зрелом возрасте

Азаренок Н.В.

Многие кризисные экономические явления (инфляция, стремительный рост курса валют, безработица и др.) отрицательно сказались на экономическом благополучии населения многих государств. Неудовлетворенность экономическим состоянием имеет ряд психологических последствий. Как отмечается в исследованиях, ощущение кризиса возникает на основе сравнения того, что было ранее с тем, что человек имеет сейчас или с тем, что по его представлению должно было бы быть, то есть с некоторыми нормативными представлениями. Когда результат оценки настоящего носит отрицательный характер, мы вправе говорить о социально-психологических проблемах, которые сказываются на психологическом благополучии личности. Основными проблемами, свидетельствующими об изменении психологического сознания, психологи называют – ломка стереотипов, изменение ценностей и кризис идентичности.

Однако исследования последствий мирового экономического кризиса показали существенный вклад и самих психологических факторов в его возникновение. Человек вопреки теории экономической рациональности демонстрирует свое иррациональное поведение. Прежде всего, это свойственно сфере финансов. Результаты такого иррационального поведения нередко опасны как для отдельного индивида, так и для общества в целом. Истории хорошо известны случаи, когда паническое поведение населения на рынке финансов, ажиотажный спрос на иностранную валюту приводили к резкому уменьшению золотовалютного резерва и девальвации национальной валюты, например, кризис 2011 года в Республике Беларусь. Поэтому в последнее время исследования, связанные с экономическим благополучием, продолжают оставаться актуальными и востребованными.

По мнению многих исследователей (А. Фернам, А.Б. Фенько, О.С. Дейнека и др.), люди часто управляют деньгами вопреки всем экономическим аксиомам, ошибаются в силу незнания экономических законов, действуя себе в ущерб. Деньги наделяются людьми собственной ценностью, зачастую занимающей ведущее место в иерархии ценностей человека.

Согласно М.Ю. Семенову, отношения к деньгам – это компонент целостной системы отношений личности, отражающий ее индивидуальный, субъективно-оценочный, избирательный подход к деньгам как объекту действительности и представляющий собой интериоризированный опыт обращения с деньгами и взаимодействия с другими людьми по поводу денег в специфической социокультурной ситуации.

Поиск психологических индикаторов социальных изменений, возможность фиксации наиболее важных субъективных тенденций развития, полезности для анализа и практического применения обусловили актуальность феномена субъективного экономического благополучия (СЭБ).

В зарубежной и отечественной науке обратили внимание на проблему субъективного экономического благополучия в связи с развитием парадигмы измерения качества жизни в современном мире.

Качество жизни – это интегральная категория, характеризующая степень удовлетворения всего комплекса жизненных потребностей (материальных и духовных) на уровне общества и отдельного индивида, с учетом существующих на данный момент ресурсных возможностей страны.

Т.В. Фоломеева и И.И. Серегина указывают на то, что качество жизни может быть оценено объективно (как степень удовлетворения нормативных потребностей, соответствия определенным критериям) или субъективно (через личные оценки и мнения самих субъектов). Также авторы отмечают существование в современной науке третьего подхода к изучению качества жизни – объективно-субъективного, интегрирующего как объективные (статистические) показатели, так и субъективные (качественные).

Согласно Е.А. Углановой, *качество жизни* включает: качество природной среды – качество живой и неживой природы; качество социальной среды – качество экологической и экономической подсистемы; субъективное качество жизни, включая компонент «счастье» и «удовлетворенность жизнью», а также субъективное экономическое и экологическое благополучие [2].

Таким образом, субъективное экономическое благополучие выступает подструктурой субъективного качества жизни, и в то же время, как отмечает В.А. Хашенко, является самостоятельным фактором его детерминации [3].

В.А. Хашенко и А.В. Баранова, говоря об экономическом благополучии, отмечают следующее: «Важность выделения этого компонента как наиболее важного и актуального связана с современным состоянием жизни, доминированием материальных потребностей и интересов большинства населения». И далее там же «...наличие субъективно воспринимаемого экономического благополучия связывается с понятием общего успеха в жизни и самореализации в ней» [1].

В аппарат психологической науки термин «субъективное экономическое благополучие» вошел благодаря работам Струмвелл и Кэмпбел. Субъективное экономическое благополучие определялось как результат социального сравнения фактического статуса человека с его притязаниями, потребностями и восприятием собственного положения (Струмвелл) или с финансовой ситуацией у референтных лиц (Кэмпбел).

Согласно В.А. Хашенко, *субъективное экономическое благополучие* определяется как интегральный психологический показатель жизни человека, выражающий отношение человека к своему актуальному и будущему материальному благосостоянию. Феномен субъективного экономического благо-

получия связан не только с потребностями человека и их реализацией, но и с самооценкой собственных ресурсов экономических достижений. В первую очередь с верой в способность к экономическим достижениям, со способностью контролировать материальные аспекты своей жизни и управлять финансами, а также с экономическими притязаниями личности. СЭБ также отражает позитивность или негативность мыслей и ожиданий индивида относительно своего экономического будущего, переживания удовлетворения полнотой своего достатка или, наоборот, проявления недовольства, беспокойства и тревоги за его стабильность, нужду в материальных средствах [3].

Таким образом, субъективное экономическое благополучие основывается на целостной системе отношений человека к различным аспектам своей собственной экономической ситуации (к доходу, сбережениям, имуществу, работе, жилью, условиям отдыха). Данные отношения опосредованы системой ценностей и целей человека, принятых им индивидуальных стандартов благосостояния, а также самооценкой себя как экономического субъекта.

Сравнительный анализ возрастных периодизаций в отношении зрелого возраста показывает, что средний возраст (средняя зрелость) рассматривается как возраст от 40 до 60 лет (Г. Крайг), с 25–30 до 45–50 лет (Ш. Бюлер), с 26 до 64 лет (Э. Эриксон), с 35 до 49 лет (Ф. Котлер). Нижняя граница зрелости расположена в интервале от 30 до 40 лет, верхняя – от 49 до 64 лет.

В теории Э. Эриксона это возраст «совершения деяний», наиболее полный расцвет. Главные линии развития – это генеративность, производительность, созидательность (в отношении вещей, детей, идей) и неуспокоенность – стремление стать лучшим родителем, достичь высокого уровня в своей профессии, быть неравнодушным гражданином, верным другом, опорой близким.

И.В. Носко указывает, что в этот возрастной период появляются новые личностные характеристики: умение брать на себя ответственность, стремление к власти и организаторские способности, способность к эмоциональной и интеллектуальной поддержке других, уверенность в себе и целеустремленность, склонность к философским обобщениям, защита системы собственных принципов и жизненных ценностей, способность сопротивляться проблемам реальности с помощью развитой воли, формирование индивидуального жизненного стиля, стремление оказывать влияние на мир и «отдавать» индивидуальный опыт молодому поколению, реализм, трезвость в оценках и чувство «сделанности» жизни, стабилизация системы социальных ролей.

Согласно результатам исследования, проведенного в рамках дипломного проекта на кафедре социальной психологии Белорусского государственного педагогического университета имени Максима Танка, деньги являются очень значимым аспектом жизнедеятельности, как для молодежи, так и для людей зрелого возраста. Возрастные различия в отношении к деньгам между молодежью и людьми зрелого возраста проявляются в беспокойстве и раздраже-

нии последних при ответе на вопросы, связанные с их личными деньгами. Люди зрелого возраста чаще стремятся придерживаться нравственных норм в связи с деньгами (верность, воспитанность и т.п.), при наличии денег чаще делают что-либо для других.

Существуют гендерные различия в отношении к деньгам. Мужчины, в отличие от женщин, не любят брать деньги взаймы, скрупулезнее ведут учет своих расходов и доходов, но при этом чаще оставляют мелкую сдачу продавцу. Мужчины более склонны презирать деньги, а также их обладателей. Мужчины чаще женщин играют в лотереи. Возможно, в основе такого денежного поведения – склонность мужчин к азарту и тяга к быстрому обогащению.

Женщины, в отличие от мужчин, в большей степени убеждены в том, что деньги могут решить все их проблемы, и чувствуют себя более свободными, когда у них есть деньги. Женщины чаще тратят деньги на себя, когда находятся в плохом настроении и делают это с большим удовольствием. Они склонны раскладывать деньги в кошельке аккуратно и по достоинству.

При сравнении молодежи и людей зрелого возраста, обладающих *низким уровнем СЭБ*, были выявлены следующие особенности в отношении к деньгам. Молодежь с низким уровнем СЭБ придает больший вес способу обогащения ««мозги», талант, способности», чем люди зрелого возраста с таким же уровнем СЭБ. Молодежь склонна считать свое финансовое положение лучше, чем думает их окружение. Люди зрелого возраста придерживаются противоположной позиции по данному вопросу: их близкое окружение богаче, чем они сами. Люди зрелого возраста склонны полагать, что заработок человека зависит от его собственных способностей и усилий.

Люди зрелого возраста с высоким уровнем СЭБ, в отличие от молодежи с таким же уровнем СЭБ, чаще оставляют мелкую сдачу продавцу. Желание и амбиции, по мнению людей зрелого возраста с высоким уровнем СЭБ, более важны для добывания денег, в отличие от взглядов субъективно экономически благополучной молодежи.

Литература

1. Журавлев А.Л., Купрейченко А.Б. Проблемы экономической психологии. Том 1. М., 2004.
2. Угланова Е.А. Влияние феномена субъективного экономического благополучия на оценку качества жизни: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. Ярославль, 2003.
3. Хащенко В.А. Субъективное экономическое благополучие и его измерение построение опросника и его валидизация // Экспериментальная психология. 2011. Том 4. № 1.

Факторы формирования ответственного родительства в семьях, затронутых эпидемией ВИЧ-инфекции

Акулова М.В.

По данным Федерального Центра СПИД общее число россиян, инфицированных ВИЧ, зарегистрированных в Российской Федерации на 1 ноября 2014г. составило 864 394 человека (по предварительным данным). При сравнении верифицированных данных за первое полугодие 2014 г. по сравнению с аналогичным периодом 2013г. можно видеть рост количества новых случаев ВИЧ-инфекции на 10,4 %. С 2002 года отмечается увеличение среди регистрируемых случаев доли женщин. К 1 ноября 2014 г. в России было зарегистрировано около 318 тысяч инфицированных ВИЧ женщин (36,9 % всех зарегистрированных случаев ВИЧ-инфекции). Большая их часть инфицируется половым путем. Особенно тревожно, что в эпидемический процесс вовлекаются женщины репродуктивного возраста, рождаемость среди ВИЧ-инфицированных женщин растет, с каждым годом растет и количество детей, рожденных ВИЧ-инфицированными матерями. Около 40 % ВИЧ-инфицированных беременных впервые узнают о положительном ВИЧ-статусе при постановке на учет по беременности. В результате развития эпидемии ВИЧ/СПИДа в России ВИЧ-позитивные женщины оказались одной из наиболее уязвимых и депривированных групп населения. Хотя «портрет» ВИЧ-инфицированной женщины в настоящее время значительно изменился и приобрел черты социально адаптированной молодой женщины, тем не менее стереотип восприятия «ВИЧ-инфицированного» обществом сохраняется до сих пор, ВИЧ-инфекция отождествляется с наркопотреблением, проституцией, гомосексуальными связями [1]. Стресс, постоянное вовлечение в стрессовые ситуации характерны для жизни с ВИЧ. Стресс, как неспецифический ответ организма на любое предъявленное ему требование [3], с различной степенью силы и тяжести проявляется в различные периоды жизни ВИЧ-инфицированного человека. Первым в данном контексте, эмоционально переживаемым стрессовым фактором становится момент получения человеком информации о наличии у него диагноза «ВИЧ-инфекция». Если же такой диагноз был выставлен беременной женщине в период вынашивания желанного ребенка, то данный психологический кризис будет отягощен различного рода дополнительными проблемами, связанными со страхами не только за себя, но и за жизнь и здоровье будущего ребенка. В данном случае женщина оказывается уязвимой, психологически не готовой к кардинально изменившемуся восприятию мира, что, в свою очередь, в дальнейшем может привести к серьезным проблемам в плане формирования отношения к собственной беременности, переоценке жизненных ценностей, семейных, межличностных отношений, собственных перспектив, отношения к себе и к собственному ребенку. Страх, одиночество, потеря доверия к миру формируют особые формы поведения женщи-

ны, накладывают отпечаток на ее отношения с мужем/партнером, значимыми близкими людьми, а в дальнейшем – с родившимся ребенком. Последствием данной стрессовой ситуации может быть формирование у нее негативных родительских установок, таких как неумение выстраивать отношения с ребенком, нарушение взаимодействия с ним, навязывание ребенку надуманных страхов, гиперопека, преувеличение существующих рисков и опасностей в окружающем мире. В крайних случаях испытываемый женщиной стресс может приводить и к отказу от желанной беременности, либо от родившегося ребенка.

С другой стороны, можно предположить, что ВИЧ-инфицированные женщины, заранее осведомленные о своем диагнозе, сознательно принимающие решение о беременности, демонстрируют большую подготовленность к будущему материнству и соответственно более эффективно выстраивают взаимодействие в дальнейшем в семье и с ребенком, более ответственно реализуют свою материнскую функцию. На основе имеющегося практического опыта программ, реализованных, например, в Иркутской области, Санкт-Петербурге, Набережных Челнах, направленных на оказание помощи ВИЧ-инфицированным беременным женщинам и семьям с детьми, рожденными ВИЧ-инфицированными матерями, можно предположить, что, чем более осознанно принимает женщина решение о рождении ребенка в такой ситуации, чем более полно она информирована о возможных рисках и последствиях, тем более эффективно и адекватно она будет исполнять в будущем свою родительскую роль.

В научной литературе, в опубликованных результатах исследований значительное внимание уделено изучению медико-психологических, социальных, правовых проблем, связанных с жизнью с диагнозом «ВИЧ-инфекция». Детально описаны характерные кризисные периоды жизни ВИЧ-инфицированного человека, предложены комплексные меры поддержки. Установлено, что у ВИЧ-инфицированных наблюдаются определенные индивидуально-психологические особенности, независимо от состояния физического здоровья, срока заболевания, стадии ВИЧ-инфекции, половой принадлежности. [2] При этом психологический аспект данной проблемы, связанный с формированием и полноценным осуществлением материнской роли ВИЧ-положительной женщины, оказавшейся перед фактом краха картины мира, изучен слабо. Каким образом женщина, узнавшая во время беременности о своем диагнозе, проживает данный кризис, как это сказывается на ее отношении к значимым людям, к беременности, к будущему ребенку, как это влияет на ее воспитательные формы поведения в дальнейшем – данные аспекты не достаточно изучены и представлены в научных исследованиях. Изучение связи между степенью осознанности принятия решения о рождении ребенка ВИЧ-положительной матерью и характером ее взаимодействия с ребенком (качеством родительства) представляет интерес и с практической точки зрения. Стресс, испытываемый членами семьи, связанный с наличием в семье ВИЧ-инфицированного члена, риском возникно-

вения серьезных осложнений заболевания, накладывает отпечаток на формирование семейных отношений.

В данном контексте актуальной представляется разработка рекомендаций для создания системы мероприятий, направленных на профилактику рисков нарушения детско-родительских отношений у женщин, узнавших о своем диагнозе в период беременности, и подготовки их к ответственному выполнению материнской роли. Результаты исследования, подтверждающие высокий родительский потенциал женщин, принявших свой диагноз и эффективно осуществляющих свою материнскую роль, также могли бы быть использованы как доказательная база для внесения предложений по изменению существующей нормативной базы, касающейся проблем оформления усыновления и опекунаства людьми, имеющими риск возникновения осложнений хронических соматических заболеваний (ВИЧ-инфекция). В настоящее время законодательная база по данному вопросу является устаревшей и не учитывает современную специфику течения и развития ВИЧ-инфекции, социальный портрет, родительский потенциал ВИЧ-инфицированной женщины.

Литература

1. *Ефлова М.Ю.* Социальная эксклюзия социально депривированных групп населения (на примере наркопотребителей и ВИЧ-инфицированных). Казань: Казан. ун-т, 2012. – 164 с.
2. *Паулино А.* Индивидуально-психологические особенности ВИЧ-инфицированных. Ростов-на-Дону, 2006.
3. *Разумов С.А.* Эмоциональные реакции и эмоциональный стресс // Эмоциональный стресс в условиях нормы и патологии человека. М., 1976.

Факторы оценки трудной жизненной ситуации

Александрова О.В.

Заболевание, угрожающее жизни ребенка, в большинстве случаев переживается близкими родственниками как исключительное событие. И семья, как единое системное образование, будет нуждаться «...в рациональном осмыслении и восприятии ситуации, осознании реальной возможности и поиске путей управления ситуацией, сохранении чувства собственного достоинства и достоинства личности ребенка, основных жизненных интересов, ценностей, целей и мотивов, построении модели будущего...» [4].

Исследуя основные факторы оценки трудной жизненной ситуации родителями, в связи с тяжелой болезнью ребенка и угрозой его утраты, мы можем выявлять отношение личности к действительности, а значит помогать им «следовать дорогой своей жизни и надеяться, и быть открытым будущему» [2]. Поскольку как человек интерпретирует свою жизненную ситуацию, таковой она становится по своим последствиям, как для самого субъекта, так и для окружающих.

Для выделения основных факторов оценки данной ситуации родителями, мы разработали анкету-опросник «Семантический дифференциал оценки ситуации».

Психосемантический подход, положенный в ее основу, позволяет выявлять особенности когнитивного, эмоционального и поведенческого аспектов осознаваемых и малоосознаваемых отношений личности к событиям и явлениям.

Мы предположили, что посредством факторного анализа большого количество переменных мы сможем выявить основные оси, или координаты субъективной картины ситуации, связанной с болезнью ребенка. Факторный анализ позволяет структурировать полученные данные путем сокращения числа переменных. Такое сокращение позволит упростить дальнейшую обработку информации при изучении взаимосвязей данных.

Выборка составила 81 человек, родственники детей с тяжелыми хроническими заболеваниями, от 20 до 60 лет.

В качестве переменных использовались 34 пары противоположных по смыслу прилагательных, описывающие отношение к сложившейся ситуации. Предварительно прилагательные отбирались так, чтобы они затрагивали такие характеристики восприятия ситуации как «сила», «оценка», «активность» (семантический дифференциал Ч. Осгуда). Наряду с этими тремя шкалами анализ литературы по проблемам совладания и восприятия ситуации позволил дополнить список изначально оцениваемых характеристик еще несколькими. Это: «безопасность» (Р. Лазарус, С. Фолкман, Т.Л. Крюкова, Н.А. Сирота, В.М. Ялтонский и др.), «разрешимость» (Р. Лазарус, С. Фолкман, Н.А. Сирота, В.М. Ялтонский, М.А. Холодная и др.), «включенность» (Р. Лазарус, С. Фолкман, Дж. Форгас, Д. Магнуссон, М.С. Голубева, Т.Л. Крюкова, и др.).

При обработке данных оценки респондентов перекодировались следующим образом: индекс 3, соответствующий отрицательному полюсу, принимается за 1 балл; следующий за ним индекс 2 – за 2; индекс 1 – за 3 балла и так до индекса 3 с противоположной стороны шкалы, который принимается за 6 баллов. Для подсчета баллов мы переводили отмеченные испытуемым позиции на симметричной шкале 3 2 1 1 2 3 в оценки по восходящей или нисходящей асимметричной шкале.

Опираясь на полученные средние значения 34 пар прилагательных, мы обнаружили, что близкие родственники болеющего ребенка склонны оценивать данную ситуацию в большей степени как остро значимую ($M=5,19$), с высоким уровнем эмоциональной включенности в нее (отзывчивую, $M=4,89$; близкую, $M=4,83$; личную, $M=4,75$; захватывающую, $M=4,46$). Они принимают ситуацию (принимающая, $M=4,29$); проявляют надежду на благополучный исход (оптимистичная, $M=4,89$; преодолимая, $M=4,57$; разрешимая, $M=4,43$; обнадеживающая, $M=4,35$; скорее беспроблемная, $M=4,12$; и более жизнеутверждающая, чем смертельная $M=4,06$). Считают сильной по воздействию ($M=4,82$) и энергетически затратной (энергичная, $M=4,66$; живая, $M=4,61$;

возбуждающая, $M=4,46$; активная, $M=4,21$). Но наряду с этим оценивают ее скорее как тихую, чем громкую ($M=3,39$), и достаточно информативную ($M=4,27$).

При этом ситуация оценивается как труднопереносимая (сложная, $M=2,31$; изменчивая, $M=2,78$; острая, $M=2,95$; вынужденная, $M=3,10$; непонятная, $M=3,1$; невыносимая, $M=3,55$; мучительная, $M=3,64$; сковывающая, $M=3,7$; тяжелая, $M=3,88$). Как небезопасная (уничтожающая, $M=2,98$; угрожающая, $M=3,53$; жестокая, $M=3,55$; ужасная, $M=3,56$; нападающая, $M=3,63$), и достаточно обыденная ($M=3,38$).

Отобранные данные соответствуют базовым критериям (мера выборочной адекватности Кайзера-Мейера-Олкина 0,716; коэффициент сферичности Бартлетта 0,00), что подразумевает высокий уровень адекватности (при $p<0,05$), то есть переменные пригодны для проведения факторного анализа.

При помощи метода главных компонентов, было выделено 6 компонентов (табл.1) с суммарной объясненной дисперсией более 65 %.

Как видно из таблицы, к фактору № 1 с наибольшим весом относятся прилагательные: жестокая, острая, непонятная и сложная. Прилагательные характеризуют и когнитивное непонимание, растерянность (непонятная, сложная) и эмоциональное состояние отчаяния (жестокая, острая). С меньшим весом вошли прилагательные: жизнеутверждающая, невыносимая, изменчивая, обнадеживающая, мучительная, ужасная, внося амбивалентность в эмоциональный фон за счет слабого чувства надежды. Фактор можно охарактеризовать как фактор «эмоционального смятения и непонимания ситуации».

Таблица 1

Результаты факторизации оценки ситуации

Прилагательные	1 фактор	2 фактор	3 фактор	4 фактор	5 фактор	6 фактор
пассивная–активная			,657			
расслабляющая– возбуждающая		,631				
равнодушная– отзывчивая			,655			
тихая–громкая			,577			
уничтожающая– расслабляющая		,405				
слабая–сильная				,612		
легкая–тяжелая			,453	-,522		
безжизненная–живая				,806		
проигрышная– беспроигрышная				,479	,674	
вялая–энергичная				,743		
безнадежная– обнадеживающая	,498		,532			

Прилагательные	1 фактор	2 фактор	3 фактор	4 фактор	5 фактор	6 фактор
пессимистичная– оптимистичная				,651	,416	
жестокая–добрая	,890					
невыносимая– желанная	,553	,455				
мучительная– радостная	,485	,579				
обыденная– таинственная			,628			
непонятная–понятная	,753					
незначимая–значимая						,718
общественная– личная						,709
неразрешимая– разрешимая					,757	
изменчивая– устойчивая	,506					
тупиковая– преодолимая					,736	
сложная–простая	,641	,412				
вынужденная– добровольная		,744				
нападающая– защищающаяся						
угрожающая– безопасная		,714				
острая–мягкая	,850					
ужасная–приятная	,475	,590				
смертельная– жизнеутверждающая	,596		,436			
далекая–близкая						,749
отстраненная– захватывающая		,426				,548
освобождающая– сковывающая		-,813				
пустая–информативная		,721				
отвергающая– принимающая					,700	
Вес	14,665	12,799	11,055	10,527	9,162	6,914

К фактору № 2 относятся прилагательные: вынужденная, угрожающая, сковывающая (с наибольшим весом). Также: ужасная, мучительная, невыносимая, захватывающая, сложная, уничтожающая, возбуждающая. Данный фактор можно охарактеризовать как «сковывающий ужас ожидания».

К фактору № 3 относятся прилагательные: информативная (наибольший вес), активная, отзывчивая, обыденная, тихая, обнадеживающая, тяжелая, жизнеутверж-

дающая. Содержание данного фактора, на наш взгляд, описывает восприятие данной ситуации, как следующий этап переживания горя, когда включается механизм привыкания и переосмысления и ситуация начинает восприниматься как повседневная «привычно тяжелая с тлеющей надеждой на благоприятный исход».

К фактору № 4 относятся прилагательные: живая, энергичная (с наибольшим весом), оптимистичная, сильная, беспроигрышная, тяжелая. Это характеризует в большей степени позицию деятеля, готового к преодолению трудностей. Фактор можно охарактеризовать, как «активность и преодоление».

Фактору № 5 характеризуется нами как фактор «высокого уровня оптимизма вопреки обстоятельствам». Сюда относятся прилагательные: разрешимая, преодолимая, принимающая, беспроигрышная, оптимистичная.

Фактор № 6 мы охарактеризовали, как фактор «эмоциональной включенности (погруженности) в ситуацию». Сюда относятся прилагательные: близкая, значимая, личная, захватывающая.

Данные факторы могут быть соотнесены с компонентами модели переживания уже произошедшей утраты ребенка В.В. Отрадинской [3], которая выделяет поведенческий, когнитивный и эмоциональный компоненты. В полученной нами факторной структуре оценки ситуации также выделяются все 3 компонента. В некоторых случаях в факторе может доминировать только 1 компонент, как например, в факторе № 2 – эмоциональный, но в большинстве случаев наблюдается более сложная картина, подразумевающая и когнитивную оценку, и эмоциональную реакцию и поведенческую установку.

Полученные нами независимые факторы характеризуют разные способы переживания и восприятия ситуации. Наибольший вес в эмоциональном состоянии родственников имеют: острая реакция горя, смятение, когнитивный тупик (факторы № 1 и № 2), с общим весом более 26 %. Выделяются также факторы либо своего рода смирения с ситуацией со слабой надеждой на благоприятный исход (фактор № 3), неоправданного оптимизма (фактор № 5) или активности по преодолению трудностей (фактор № 4), которые в большей степени характеризуют возможные модели поведения.

Эти факторы могут быть соотнесены со стадиями переживания горя (известно, что работа горя родителей будет начинаться задолго до возможной утраты). Исследователи отмечают одни и те же клинические явления: 1. Шок, резкий упадок сил. 2. Отказ, отрицание, неприятие действительности. 3. Гнев, протест, возмущение. 4. Торг, попытка заключить сделку с судьбой. 5. Страх, депрессия, потеря интереса к жизни. 6. Принятие смирение. Ясность и обретенный мир. 7. Надежда [1].

Полученные нами факторы оценки ситуации характеризуют наличие практически всех отмеченных стадий в исследуемой выборке и позволяют вычислить выраженность каждой, что поможет психологу более прицельно выбирать способы работы с клиентами.

Таким образом, представленный семантический дифференциал ситуации может стать практическим инструментом для оценивания состояния родственников ребенка в настоящий момент времени и прогнозировать их состояние в будущем, учитывая тот факт, что характер оценки является важным фактором, детерминирующим тип совладания со стрессором и процесс совладания.

Литература

1. *Кюблер-Росс Э.* О смерти и умирании. Киев, 2001.
2. *Лэнгле С., Кривцова С.* С собой и без себя. Практика экзистенциально-аналитической психотерапии. М., 2014.
3. Особенности переживания утраты ребенка (на примере матерей, потерявших детей в результате трагедии в Беслане) // Социальная психология против кризиса / Под ред. Е.А. Петровой. М., 2009.
4. *Лазуренко С.Б., Мазурова Н.В., Намазова-Баранова Л.С., Геворкян А.К., Кузенкова Л.М., Вашакмадзе Н.Д.* Теоретическое и эмпирическое обоснование паллиативной помощи в педиатрии // Педиатрическая фармакология. 2013. Том 10. № 2.

Жизнеутверждающий потенциал взрослой личности

Арпентьева М.Р.

Понятие жизнеутверждения – одно из новых понятий современной психологии. Мы занимаемся его изучением с 2013 года на примере исследований семей и людей разного возраста и ценностных ориентаций, а также в контексте решения проблемы подготовки социальных работников, оказывающих помощь семьям и детям, страдающим от психосоматических и психических нарушений, попавшим в трудные жизненные ситуации [1]. В изучении феноменов жизнеутверждения мы исходим из того, что они являются феноменами, определяющими жизненный путь человека, включенными в его сценарий развития, а также в сценарий семьи, в которую включен человек. Жизнеутверждение – совокупность стратегий, используемых личностью и группой (семьей) для преобразования в целях совладания и развития с несущими угрозу деструкции семьи и личности возникающими в процессе жизнедеятельности кризисными ситуациями разного уровня сложности. Во взрослом возрасте их негативное влияние проявляется в сниженной жизнестойкости и склонности к деформациям личности и ее отношений: 1) в неспособности человека как индивида и члена семьи справиться с жизненными трудностями, не только с помощью защитного и направленного на копинг (совладание, компенсацию) поведения, но и поведения, направленного на развитие, самореализацию; 2) неспособности и неделания избегать ситуаций, отношений с людьми, менять условия жизнедеятельности, провоцирующие нарушения и болезни психики, наркомании; 3) в склонности к хроническим и терминальным заболеваниям, возникающим в связи с травматическим жизненным опытом отношений или условий социальной жизни человека и его семьи, профессиональной деятельности, в неспособ-

ности продуктивно, осмысленно и эффективно справляться с психосоматическими нарушениями. Нарушения проявляются в нескольких сферах: 1) в сфере отношений человек неспособен выбирать партнеров, присутствие которых соответствует его внутренним потребностям, гармонизирует его жизнь и позволяет ему развиваться, как и ребенок, взрослый фиксируется на отношениях с «объектом» неудовлетворенной потребности в любви, привязываясь к тому, кто выбран именно потому, что не может потребность удовлетворить; 2) в сфере целей жизнедеятельности человек стремится к фиктивным целям, не нужным ни ему, ни окружающим, но удовлетворяющим требованиям той «псевдолюбви», которую он получил от родителей в раннем возрасте взамен настоящей любви, проявлять которую родители не умели и не стремились; 3) в сфере управления жизненными ресурсами, жизнеутверждающего потенциала субъекта, который оказывается чрезвычайно низок из-за преобладания защитных моделей поведения над совладающими и направленными на самореализацию, из-за поддержанного родительскими директивами отказа субъекта от развития. Деформации жизнеутверждающего потенциала, его снижение и возникновение (усугубление) проблем, связанных с трудной жизненной ситуацией, связаны с опытом отношений, «запрещающих» или отрицающих полноценную жизнь и бытие самим собой, изменения и развитие, отказывающихся от понимания себя и мира, отрицающих возможность успеха и свободу ответственности, утверждающих отчуждение и дистанцию отношений. Укрепление жизнеутверждающего потенциала связано с «пятью свободами», описанными В. Сатир [7]: свобода видеть и слышать то, что есть сейчас – вместо того, что должно быть, было или только будет; свобода высказывать то, что я действительно есть; свобода быть собой – а не притворяться; свобода просить то, что нужно; свобода брать на себя ответственность за риск – вместо того, чтобы действовать только старыми проверенными способами и не отваживаться на новое. Однако, в жизни каждого человека, ребенка, семьи, специалиста данные «ограничения» и «возможности» выражены в разной мере и встречаются в различных сочетаниях друг с другом, определяя что именно нарушается: жизнь человека в целом, отношения человека с другими людьми, осмысление себя и мира, успех и развитие и т.д.

В философско-психологической концепции жизнеутверждения А. Швейцера, рассматриваемого в контексте понятия благоговения перед жизнью, как компонент благоговения, наряду со смирением (принятием жизни) и нравственным отношением к ней [8]. Можно отметить, что жизнеутверждающий потенциал личности как способность справляться с трудностями функционирования и кризисами развития, жизнестойкость как определенная степень «живучести» зависят от ресурсов личностей, входящих в семью, в которой родился и воспитывается ребенок. Обращаясь к понятию «жизнеутверждение», А. Швейцер выделяет его как компонент благоговения, наряду со смирением (принятием жизни) и нравственным отношением к ней. Говоря о структуре

жизнеутверждения А. Швейцер отмечает, что оно этично, то есть опирается на важнейшие ценностные основания жизни человека и общества, а также «содержит в себе оптимистические волю и надежду, которые никогда не могут быть утрачены. Поэтому оно не боится повернуться лицом к мрачной реальности и увидеть ее такой, какова она на самом деле». Жизнеутверждение противостоит жизнеотрицанию, проявляющемуся в виде депрессивных и разрушительных тенденций в осмыслении и взаимодействии с жизнью. Жизнеутверждение, согласно А. Швейцеру, – зависящая от ценностей личности тенденция самореализации, к развития («воля к прогрессу»), а также конкретное событие духовного акта, в момент которого человек перестает жить бездумно и посвящает себя жизни, с благоговением возвышая жизнь до истинной ценности, углубляя и расширяя одухотворенную и усиленную волю к жизни. Описывая проблемы жизнеутверждения «самого по себе», он отмечает, что вне нравственного отношения к жизни оно производит «лишь неполную и несовершенную культуру». Нравственные основы жизнеутверждения придают субъекту пронизательность, позволяющую отличить истинно ценное, преобразующее, развивающее людей – каждого в отдельности и всех вместе.

Основы жизнеутверждения, нравственные, содержательные, инструментальные, человек черпает из опыта семьи, развития в семье. Развитие личности предполагает конструирование определенной модели своей жизни, включающей в себя ценности и цели жизни, представления о себе и окружающих, способы их достижения в общении и деятельности. В качестве такой модели, формирующейся в процессе развития, выступает жизненный сценарий. Развитие семьи предполагает формирование аналогичного по функциям и во многом по структуре, содержанию и процессам семейного сценария, включающего опыт защитного, совладающего и самореализационного поведения, его межпоколенную трансмиссию. Говорить о жизнеутверждающем потенциале можно в отношении каждого отдельного субъекта: личности, семьи, группы. Общим моментом в его определении является понимание данного феномена как совокупности ресурсов и ограничений, которым субъект обладает и которые использует и/или преобразует в процессе преодоления жизненных трудностей, в диалоге с миром, с другими субъектами, в конкретной ситуации взаимодействия как ситуации жизнедеятельности в целом.

Жизнеутверждающий потенциал личности, семьи, на наш взгляд, можно определить как совокупность внутренних и внешних психологических ресурсов, которые в разной мере активно и развернуто актуализируются и используются личностью и семьей в трудных повседневных и кризисных ситуациях для решения задач психологической защиты, совладания с трудностями и самореализации членов семьи и семьи в целом. Он может быть представлен как совокупность внутриличностных и межличностных ресурсов (возможностей и соответствующих им ограничений), формирующихся, развивающихся и ис-

пользующихся во взаимоотношениях членов семьи друг с другом и окружающим миром. Он проявляется проявляются в особенностях и развитости возможностей и ограничений семьи в формировании, поддержании и развитии семьи, ее отношений, реализующихся через все стороны жизнедеятельности: семейной, профессиональной, досуговой и т.д. Мы присоединяемся к утверждениям А. Швейцера, С. Мадди, других зарубежных и отечественных исследователей психического выгорания, совладания, жизнестойкости, самореализации, что жизнеутверждение предполагает опору на наиболее общие ценностные основания жизни человека и общества, «содержит в себе оптимистические волю и надежду», которые никогда не должны быть утрачены [3, 4, 5, 6, 7, 8]. Субъект открыто смотрит на жизнь, ее темные и светлые стороны, не боится понимать реальность. Жизнеутверждение противостоит жизнеотрицанию, проявляющемуся в виде депрессивных и разрушительных тенденций в осмыслении и взаимодействии с жизнью, как управляемая нравственными императивами воля к развитию, как уважительное и принимающее отношение к жизни оно развивает людей, семью. С точки зрения методологической, понятие жизнеутверждения расширяет спектр понятий, описывающих проблемы преобразования людьми трудных жизненных ситуаций, позволяет интегрировать разрозненные исследования разных типов преобразования (защита, совладание, развитие) в единый концепт, предложить оригинальные методики, позволяющие оценить состояние субъекта и его возможности преодоления трудной ситуации, наметить направления поддержки. Основным источником формирования любого ресурса (потенциала) семьи и личности, в том числе воспитательного и жизнеутверждающего, является семейный сценарий. Если жизнеутверждающий потенциал семьи и личности каждого из воспитателей высок, они формируют сценарий победителей: члены семьи доверяют себе и миру, переживают мир как источник опыта и возможностей, учатся и не боятся риска, стремятся к нравственным и постоянным отношениям, основанным на взаимопонимании. Типичны удовлетворенность отношениями в семье и поддержкой, гармоничные отношения, переживание взаимопонимания и любви, успеха, довольства собой и миром. Если жизнеутверждающий потенциал низок, реакции неконструктивны, подавляют активность субъекта и семьи, то человек и семья сталкивается с осязаемыми трудностями в социализации и развитии, налаживании взаимоотношений с другими людьми, обществом в целом. Типичны хамартические, наполненные трудностями и провалами сценарии жизни (сценарии жизни «без любви», депрессия, «без разума», сумасшествие и «без радости», наркотической зависимости, сценарии беспомощности и неравенства, т.д.), члены семьи опасаются мира, не доверяют себе и людям, стремятся к комфорту и защищенности, в том числе в ущерб нравственным основам жизни, крепким отношениям, взаимопониманию. Типичны незавершенные и проблемные отношения, неудовлетворенность отношениями, поддержкой, переживание неуспеха и недовольство собой и миром.

Деформации жизнеутверждающего потенциала, его снижение и возникновение (усугубление) проблем, связанных с трудной жизненной ситуацией, связаны с опытом отношений, «запрещающих» или отрицающих полноценную жизнь и бытие самим собой, изменения и развитие, отказывающихся от понимания себя и мира, отрицающих возможность успеха и свободу ответственности, утверждающих отчуждение и дистанцию отношений.

Эмпирическое исследование жизнеутверждающего потенциала личности включало использование известных опросных методик, позволяющих оценить выраженность психологического выгорания и жизнестойкости специалистов как членов семьи, а также особенности их взаимоотношений, обусловленные семейным сценарием («Методика диагностики психологического выгорания» В.В. Бойко, методика жизнестойкости Д.А. Леонтьева, Е.И. Рассказовой), а также авторские опросники, модификации методики «незаконченных предложений» (методики «Диагностика психологического выгорания личности в семейных отношениях» М.Р. Арпентьевой и К.В. Алексеечкиной, «Моя семейная жизнь» М.Р. Арпентьевой и др.), результаты которых обрабатывались методами контент-аналитической, первичной и вторичной математической обработки данных. Общий объем выборок – более 140 человек разных половозрастных и профессиональных групп, включая социальных работников [1, 4, 6].

Результаты исследований подтвердили гипотезу о том, что знания и умения совладания, жизнестойкости в трудных жизненных ситуациях и самореализации в них образуют единство, которое может быть обозначено как жизнеутверждающий потенциал субъекта. Основные результаты эмпирических и теоретических исследований кратко суммированы в таблицах (таблицы 1 и 2). Исходя из полученных данных и опираясь на теоретические представления современных исследователей о жизнестойкости, совладании и самореализации, жизнеутверждающий потенциал специалиста и семьи можно определить как совокупность внутренних и внешних психологических ресурсов, которые в разной мере активно и развернуто актуализируются и используются личностью и семьей в трудных повседневных и кризисных ситуациях для решения задач психологической защиты, совладания с трудностями и самореализации членов семьи и семьи в целом. Он может быть представлен как совокупность внутриличностных и межличностных ресурсов (возможностей и соответствующих им ограничений), формирующихся, развивающихся и использующихся во взаимоотношениях членов семьи друг с другом и окружающим миром. Он проявляется в особенностях и развитости возможностей и ограничений семьи в формировании, поддержании и развитии семьи, ее отношений, реализующихся через все стороны жизнедеятельности: семейной, профессиональной, досуговой и т.д. (таблица 2).

Очевидно, что внутри отдельных категорий различия весьма существенны, однако, общий низкий уровень жизнеутверждения, о котором говорил А. Швейцер [8], фиксируется однозначно

Жизнеутверждающий потенциал личности: источники и компоненты

Культурно-исторический контекст (исторический сценарий)			
Историко-культурный контекст	Религиозный контекст	Общинный контекст	Межпоколенная трансмиссия
Компоненты жизнеутверждающего потенциала			
Историко-политическая идентичность	этническая идентичность	Духовно-религиозная идентичность	Родовая идентичность
Историко-политическая компетентность	этнокультурная компетентность	Плюрализм, толерантность	Социально-психологическая компетентность
Семейно-родовой контекст (семейный сценарий)			
Межпоколенная трансмиссия	Гармоничность семейного сценария	Стаж семейной жизни	Детско-родительские отношения
Компоненты жизнеутверждающего потенциала			
Семейные ценности, нравственность	Взаимопонимание, взаимопомощь	Стабильное взаимное развитие	Взаимные подтверждения, поддержка
Крепкие отношения, значимость опыта	Совместность решения задач, равенство вкладов	Целенаправленность развития, трудолюбие	Родительская компетентность, взаимное воспитание
Индивидуально-психологический контекст (сценарий жизни)			
Ценностно-смысловые ориентации	Защиты, выгорание	Совладание, жизнестойкость	Самореализация, развитие
Компоненты жизнеутверждающего потенциала			
Принятие риска, готовность меняться	Воля к развитию, субъективность	Включенность, принятие мира	Конгруэнтность, гармоничность
Экспериментальное, толерантность к неопределенности	Развитая рефлексия, (само)управление	Доверие к себе и миру, понимание	Аутентичность, искренность
Процессы и процедуры развития жизнеутверждающего потенциала			
Профилактика (исследования, мониторинг) – Самодиагностика защит и блокад развития – Самообучение и взаимообучение – Гармонизация, «чувство меры» – Диалог с миром, семьей, самим собой	Проживание (пребывание, трансформация) – Вера, надежда – Любовь, доверие и принятие – Мудрость, оценка ресурсов и ограничений – Смирение, терпение	Преодоление (самореализация, развитие) – Творчество – Пребывание в потоке – Наслаждение жизнью – Принятие перемен	

Выводы. Полученные данные позволили нам присоединиться к утверждениям А. Швейцера, С. Мадди, других зарубежных и отечественных исследователей психического выгорания, совладания, жизнестойкости, самореализации, что жизнеутверждение предполагает опору на наиболее общие ценностные основания жизни человека и общества, «содержит в себе оптимистические волю и надежду», которые никогда не должны быть утрачены [1; 3–7; 9].

Субъект открыто смотрит на жизнь, ее темные и светлые стороны, не боится понимать реальность. Жизнеутверждение противостоит жизнеотрицанию, проявляющемуся в виде депрессивных и разрушительных тенденций в ос-

мыслении и взаимодействии с жизнью, как управляемая нравственными императивами воля к развитию, как уважительное и принимающее отношение к жизни оно развивает людей, семью. С точки зрения методологической, понятие жизнеутверждения расширяет спектр понятий, описывающих проблемы преобразования людьми трудных жизненных ситуаций, позволяет интегрировать разрозненные исследования разных типов преобразования (защита, совладание, развитие) в единый концепт, предложить оригинальные методики, позволяющие оценить состояние субъекта и его возможности преодоления трудной ситуации, наметить направления поддержки.

Важным моментом помощи личности и всей семье в направлении повышения их жизнеутверждающего потенциала является анализ и завершение незавершенных отношений в структуре родового, семейного и индивидуального опыта, проработка опыта, осознание человеком удовольствия пребывания в потоке опыта, продуктивной трансформации трудной ситуации, риска неопределенности, результатов «потерь», собственных и семейных ограничений, ресурсов, важности ценностей и прочности семейных отношений, взаимопонимания и взаимопомощи: психологической и реальной.

В возникновении и преодолении психических и психосоматических нарушений, связанных с ними и активизирующих их трудностей и конфликтов, кризисов личности и семьи особое значение имеют незавершенные действия и отношения. Многие болезненные симптомы и нарушения происходят именно из-за незавершенных, непонятых и неизменяющихся отношений, особенно в наиболее близких, «объектных», семейных контекстах. Знать, почему действие или отношения не завершаются, что мешает их понять и изменить, важно и для выбора направления помощи, и для прогноза течения заболевания, и для коррекции обучающего и профессионального развития.

Особенно важно оценить жизнеутверждающий потенциал субъекта, стратегии преодоления повседневных трудностей и конфликтов, кризисов и нарушений, связанных с развитием семьи и/или организации, их жизненными циклами, а также с развитием личности, ее нормативными и ненормативными кризисами, иными трудностями деятельности и развития. Рассмотрение жизнеутверждающего потенциала личности как ценностно-смыслового образования, предполагает его изучение как явления, тесно связанного с нравственным, ценностным отношением субъекта к себе и миру. Особенности их осмысления (предметная или «объектная» фокусировка и стратегии осмысления фокус), определяются ценностями субъекта и проявляются в моделях общения (взаимодействия) субъекта с миром, с людьми. В зависимости от регулирующих их жизнедеятельность ценностей, члены семьи используют в общении друг с другом различные стратегии понимания (себя и мира).

**Жизнеутверждение и отказ от жизнеутверждения:
готовность и неготовность к социальной работе**

Континуум трудных повседневных и кризисных ситуаций				
Повседневные трудные ситуации			Кризисные трудные ситуации	
Межличностные конфликты	Рольевые конфликты	Родовые конфликты	Ненормативные кризисы	Нормативные кризисы
Простота выбора, изменения поведения и отношений				
Относительно легко и просто: нужны наблюдение, переобучение, рефлексия	Сложно		Весьма сложно и трудно: нужны постоянное наблюдение, помощь близких и/или психотерапевта	
Выбор жизнестойкости и самореализации	Кластеры симптомов выгорания		Выбор выгорания и деформаций	
Поиск факторов и «ниш», препятствующих дезорганизации, психотерапевтическое взаимодействие и развивающие отношения	Переживание травмирующей ситуации		Социальная нестабильность, дезорганизующие факторы, патологизирующие роли и отношения	
Завершение отношений, гармонизация отношений, разнообразие, открытость отношений	Трансформация межличностной эмпатии		Дисгармоничные и незаконченные отношения, стереотипия и закрытость отношений	
«Мужество жить», освоение выбора как психотехнологии, успешность и здоровье	Личностные изменения и деформации		Отказ от развития и выбора, замещающие реакции, заболевания и неуспешность	
Жизнеутверждение, благоговение перед жизнью, развитие человека, его отношений, благополучие	Трансформация семейной жизнедеятельности		Отказ от жизнеутверждения, неуважение к жизни, редукция обязанностей, неблагополучие	
Продуктивные выборы	Компоненты жизнестойкости		Негативные выборы	
Включенность в жизнь, уважение к себе и миру, доверие	Вовлеченность		Отчуждение от жизни и самого себя	
Ощущение субъективности, ценности собственного бытия	Контроль		Беззащитность и загнанность в клетку	
Толерантность к неопределенности, исследование риска, открытость опыту, интерес к стратегическим аспектам	Принятие риска		Парализующий активность страх потерять комфорт и безопасность, интерес к тактическим аспектам выживания	
Подтверждение нравственных основ, реальные и действенные ценности	Нравственность		Деформация нравственных основ, формальность, декларативные и фиктивные ценности	
Укрепление рода, продуктивные трансформации сценариев	Результаты выборов		Ослабление или вымирание, депрофессионализация	

Это могут быть объясняющие стратегии, обращенные на защитное осмысление и отреагирование «по шаблону», заданному семейным сценарием и общественными «нормативами», при этом деструктивный опыт по возможности игнорируется, преуменьшается, или (на пике трудной ситуации) катастрофизируется: преувеличивается, воспринимается как «единственно значимый» аспект жизни клиента. Сама трудная ситуация рассматривается фрагментарна, без соотнесения

с жизнедеятельностью семьи в целом, поэтому полученный в процессе ее преобразования опыт может остаться «нее впрок» семье, организации или индивиду.

Это могут быть интерпретирующие стратегии, обращенные к попыткам активного совладания, смыслового преобразования трудной жизненной ситуации и ее компонентов, опирающиеся на рефлексию и трансформацию деструктивных фрагментов жизненного сценария. При этом осмысляемые человеком и семьей трудные ситуации рассматриваются в контексте ее текущей жизнедеятельности: субъект стремится преобразовать ситуацию, а также накопить опыт преобразования трудных ситуаций с целью их профилактики и успешного совладания в будущем. Трудная ситуация рассматривается в соотношении с текущими взаимоотношениями субъектов, а ее преобразование закрепляется как опыт преобразования в отношении той или иной группы ситуаций взаимодействий.

Это могут быть и диалогизирующие стратегии, направленные на попытку диалога с миром, переосмысление шаблонов и нормативов профессиональной, семейной, досуговой сфер жизни, а также предполагающие поиск субъектом уникального и опирающегося на диалогическое осмысление ситуации способа преобразования, при котором трудные жизненные обстоятельства становятся значимым фрагментом жизненного опыта и ресурсов личности и семьи, их направленного на самореализацию жизнеутверждения. Трудная ситуация рассматривается в соотношении с жизнедеятельностью личности и ее семьи в целом, а также с текущими взаимоотношениями ее участников, опыт преобразования распространяется на другие сферы жизнедеятельности и отношений семьи, делая семью более толерантной к трудностям как таковым.

Применительно к осмыслению родительских директив, данные стратегии понимания себя и мира могут быть описаны следующим образом:

1. Стратегия объяснения предполагает возможность лишь частичных корректив сценарного программирования со стороны родителей, консультанта и т.д., ребенок, а позднее и взрослый, которому «во имя любви» предложено «не понимать, не развиваться, не жить, не быть собой и не достигать успеха», не отважится на изменения в понимании себя и мира, если к этому не будет достаточных оснований, в список которых может быть включен трансординарный опыт травмирующих внешних и внутренних обстоятельств, в которые могут войти и события жизни рядом или вместе (дружба, брак, обучение или наставничество) с субъектом, использующим иные стратегии понимания,
2. Стратегия интерпретации предполагает, что сценарное программирование поведения и жизни личности со стороны родителей может быть трансформировано, однако, возможности трансформации во многом определяются «доброжелательным свидетелем»: им может оказаться – в детском возрасте, член прародительской семьи, а во взрослом возрасте – наставник или психотерапевт, консультант. Его ресурсы, способы понимания себя и мира, которые он транслирует ребенку: внуку или клиенту – могут быть присво-

ены в целях более продуктивного преобразования повседневных трудных ситуаций деятельности и общения, в том числе, в семье.

3. Стратегия диалогизации предполагает, что клиент может переосмыслить себя и мир в диалоге, опираясь на попытку понимания реальных смыслов взаимоотношений в семье, понимание возможностей и ограничений родителей, наставников и консультантов как объектов программирования сценариями, усвоенными в ходе их собственного развития, онтогенеза и жизненного пути, понимания того, что транслируемые ими директивы являются не столько «истиной в последней инстанции», сколько попыткой познания этой истины, результатом обучения. Поведение рассматривается в контексте его осмысления и присвоения, а также – по желанию субъекта – модифицируется в соответствии с тем контекстом, в котором живет понимающая личность, решающая задачи преобразования трудных жизненных ситуаций в конкретных культурно-исторических, семейных и личностных обстоятельствах.

В терминах концепции обучения Г. Бейтсона это может быть описано так [2]:

- 1) Деутерообучение – формирование у клиента способов осмысления поведения, и укорененных в повторяющемся опыте с подобными контекстами обучения, при котором субъект ищет подтверждения опыту и признает за аномалию негативный резонанс или его отсутствие. Целью любой психотерапии, является повторная гармонизация процессов обработки смысловой информации. Происходит подстройка интраперсональных и интерперсональных процессов взаимодействия (смысловой коммуникации) соответственно ситуации.
- 2) Протообучение, которое включает простое присвоение новых способов поведения. При этом способе обучения важно понимание того, что любая смысловая информация содержит указания о том, как нужно ее понимать («мета-коммуникационные рамки» содержат указания о способе, каким сообщения, поведение или другие части трудной ситуации могут быть интерпретированы). Феномен «двойной связи», – одна из иллюстраций «шизмогенеза» как процесса разделения норм и смыслов поведения, «происходящий из накопления интеракций между людьми».
- 3) Обучение на основе обратной связи опирается на понимание того, что жизнь можно понять лишь тогда, когда она будет рассмотрена по отношению к его непосредственному окружению, непосредственному взаимодействию, непосредственному смыслу этого взаимодействия в жизнедеятельности. Для клиента это означает предметность, персонифицированность и обращенность взаимодействия, несущего в себе подтверждение и принятие ребенка родителями, клиента консультантом, окружающим миром в целом, которые дают возможность исследования, глубокого, развернутого осмысления себя и мира, обеспечивают клиенту высокий потенциал жизнеутверждения.

Итак, современные проблемы психотерапии и клинико-психологического консультирования как превентивно-профилактической и коррекционно-развивающей практики лежат в двух взаимосвязанных плоскостях: процессуальной и содержательной. Консультирование как процесс трансляции знаний и умений жизнеутверждения направлен на активизацию ресурсов клиента (пациента) справиться с возникающими в его жизни проблемами, в том числе, без помощи специалиста. Консультант или психотерапевт помогает клиенту услышать и понять самого себя, измениться и изменить свои отношения с другими людьми, реализовать и укрепить потенциал жизнеутверждения даже в самых тяжелых жизненных обстоятельствах, состояниях.

Литература

1. *Арпентьева М.Р.* Понимание себя и мира в раннем детстве и жизнеутверждающий потенциал личности // Психолог в детском саду. 2014. № 2.
2. *Бейтсон Г.* Экология разума. М., 2000.
3. *Берн Э.* Игры, в которые играют люди. М., 2000.
4. *Бойко В.В.* Синдром «эмоционального выгорания» в профессиональном общении. СПб., 1999.
5. *Лэнгле А.* Дотянуться до жизни. Экзистенциальный анализ депрессии. М., 2010.
6. *Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И.* Тест жизнестойкости. М., 2006.
7. *Сатур В.* Вы и ваша семья. М., 2001.
8. *Швейцер А.* Жизнь и мысли. М., 1996.
9. *Maddi S.* Creating Meaning Through Making Decisions // The Human Search for Meaning: Theories, Research, and Applications / Ed.by P.T.P. Wong, P.S. Fry. 1998.

Особенности психоэмоционального состояния родителей, воспитывающих детей с аутичным спектром

Ахунова И.Г., Нурмуханбетова С.К.

В современных условиях существует значительное количество детей с диагнозом «ранний детский аутизм». Важную роль в лечении раннего детского аутизма играют родители. Именно от родителей, от их систематических и целенаправленных усилий нередко зависит благоприятный прогноз развития такого ребенка. Поэтому представляется важным сделать акцент на психологическом состоянии родителей ребенка с ранним детским аутизмом (далее РДА). На практике нередко происходит разрушение семьи, когда один из родителей, чаще всего, отец, не выдерживает груза психологических проблем и уходит из семьи. И даже если семья не распадается, родители постоянно испытывают тяжелый психологический груз, детерминированный тяжестью болезни ребенка и ее течением. Крайне важно не допустить деструктивной перестройки семейной системы, которая в ином случае автоматически происходит в первые годы жизни аутичного ребенка и проявляется в сокращении контактов семьи с окружающим миром, ухудшением общего эмоционального фона в семье. В этой ситуации формируется новый семейный стереотип, сущ-

ность которого определяется отношениями созависимости. Отношения такого рода приводят к сильным травмирующим изменениям в психологическом состоянии членов семьи ребенка, что еще больше затрудняет для аутиста процесс адаптации. Любое психическое явление, включая аутизм, развивается в рамках определенной системы, которой в данном случае выступает семья. В связи с этим важное значение приобретает изучение психологических особенностей семей, воспитывающих детей с ранним детским аутизмом, и оказание своевременной психолого-педагогической помощи данным семьям [3].

При анализе детско-родительских отношений в семьях, где есть дети с ранним детским аутизмом, необходимо рассматривать в первую очередь родительскую позицию по отношению к ребенку. Это объясняется тем, что дети с нарушениями когнитивных и эмоциональных сфер не могут в должной степени проявлять свое отношение к окружающим, то есть их уровень восприятия другого человека отличается от обычного, что усложняет анализ. Кроме того, у родителей, воспитывающих «особых» детей, как правило, отмечают сильно завышенный уровень стресса, депрессии, ужесточение ролевых позиций, усиление защитных механизмов, которые влияют на развитие ребенка и его дальнейшую социализацию [1].

Психолог О.С. Никольская и соавторы приводят достаточно подробную характеристику семей, воспитывающих детей с аутизмом и аутистическими расстройствами, сообщая о большей ранимости родителей аутистов, по сравнению с родителями, детей, имеющих иные диагнозы [2]. Н.О. Керре пишет о специфических личностных чертах родителей аутистов. Длительные наблюдения позволяют автору сделать вывод о вторичности этих черт [6]. А.В. Рязанова указывает на большую закрытость и изолированность родителей детей с расстройством аутичного спектра, о боязни довериться специалистам, о страхе за будущее ребенка и неверие в то, что можно что-то изменить. Л.М. Ферро и Т.Д. Панюшина сообщают об ощущениях безысходности и родительской несостоятельности, которые усугубляются недостаточной информированностью взрослых о проблеме аутизма и неготовностью общества принять ребенка-аутиста [7].

В настоящее время принято различать состояния:

- активное и пассивное;
- творческое и репродуктивное;
- парциальное и общее состояние;
- состояния, вызываемые избирательным возбуждением и торможением в коре и подкорке головного мозга (активность подкорки и приторможенность коры порождает истерическое состояние, и, наоборот, торможение подкорки при возбуждении коры – астеническое и т.п.).

По чисто психологическому признаку психоэмоциональные состояния классифицируются на интеллектуальные, волевые и комбинированные. В зависи-

мости от рода занятий личности состояния делят на состояния в боевой, учебной, трудовой, спортивной и других видах деятельности. По роли в структуре личности состояния могут быть ситуативными, личностными и групповыми. Ситуативные состояния выражают особенности ситуации, вызвавшей у человека нехарактерные для его психической деятельности реакции. Личностными и коллективными (у ряда авторов – групповыми) являются состояния, типичные, присущие данному конкретному человеку или же коллективу [1].

По глубине переживаний различают глубокие и поверхностные. Например, страсть более глубокое состояние, чем настроение. По характеру влияния на личность, коллектив состояния делят на положительные и отрицательные. Отрицательно действующие на человека и коллектив состояния нередко бывают причиной возникновения психологического барьера между сотрудником милиции и лицом, нарушившим определенные нормы права, в отношении которого проводится воспитательно-разъяснительная работа. В таком случае воспитательные меры оказываются малоэффективными или вообще безрезультатными. В то же время состояния, положительно влияющие на психическую деятельность, повышают эффект воздействия.

По длительности протекания состояния бывают продолжительными и кратковременными. Тоска сотрудников, выезжающих в длительные служебные командировки, по дому может охватывать период до нескольких недель, пока они не привыкнут к новым условиям. Состояние ожидания увольнения в запас у военнослужащих срочной службы возникает за несколько месяцев до конца срока службы. По степени осознанности состояния могут быть более или менее осознанными.

Обсуждая проблему коррекции аутичных детей, не следует забывать о том, что решать ее можно только параллельно с оказанием помощи родителям, в особенности матерям. Мать аутичного ребенка, как правило, живет в состоянии хронического стресса. Невозможность договориться с ребенком зачастую о простейших вещах, непредсказуемость его поведения, склонность к ярко выраженным аффективным реакциям, да и просто отсутствие теплого эмоционального контакта, ожидаемого от ребенка матерью, приводит ее к самым различным нарушениям. Как сам ребенок, так и его семья привыкают к определенному уровню дискомфорта во взаимоотношениях и бессознательно поддерживают его. Создается жесткий семейный стереотип, в котором ребенку отведено определенное место. Факт наличия в семье аутичного ребенка выступает источником эмоциональных и психологических травм, и чем тяжелее случай, тем тяжелее переживаются эти травмы. Следствием является то, что к окончанию дошкольного возраста аутичного ребенка вся жизнь семьи уже в корне перестроена. При этом «обратная перестройка» способна вызвать массу проблем, поскольку, в свою очередь, очень травматична для семьи. К сожалению, слишком часто родителями и профессионалами движет желание изменить аутичного ребенка, а

не желание его понять. Между тем именно настроенность на внутренний мир аутичного ребенка делает взаимодействие максимально эффективным. Родитель, общающийся с неговорящим ребенком, должен уметь понять (почувствовать) желание ребенка, сформулировать его для себя и озвучить для него [4].

Большинство родителей, с которым приходилось беседовать по поводу их аутичных детей, отмечали, что у детей существуют моменты «выхода из скорлупы» и демонстрации поведения и понимания происходящего на несколько уровней выше, чем обычно присуще этому ребенку. В эти моменты ребенок открыт для мира, для контактов с окружающими, для усвоения новой информации. Но общепринятая система обучения и воспитания аутичных детей такова, что даже в такие моменты ребенок не получает информации о жизни окружающего социума, так как практически никогда не встречается со своими сверстниками [3]. Особенности поведения ребенка заставляют родителей максимально сокращать количество разнообразных форм взаимодействия аутичного ребенка с миром, создавая постоянную, не травмирующую ребенка среду, еще более ограничивая и без того ограниченные возможности овладения окружающим. Обычный ребенок изучает людей посредством множественных контактов с ними. Накопив определенное количество взаимодействий с разными людьми, ребенок может делать выводы об особенностях их поведения, корректировать свои отношения, исходя из полученного опыта. Аутичный ребенок, степень тяжести состояния которого не позволяет оставлять его наедине с самим собой, вынужден в течение всей жизни находиться с одним из двух–трех человек – ближайших родственников. Это, в свою очередь, не только препятствует расширению его коммуникативной сферы, но и в значительной степени сужает для вышеупомянутых родственников диапазон возможной социальной активности. К этому времени у родителей уже накапливается усталость, они начинают испытывать больший, чем раньше, психологический дискомфорт, что не может не сказаться на эмоциональном климате в семье и, как следствие, на состоянии аутичного подростка. Поэтому поддерживающая терапия как аутичных подростков, так и их родителей является жизненно необходимой. Биологически обусловленная дефицитарность адаптивных механизмов аутичного ребенка в значительной степени могла бы быть компенсирована поддержкой семьи. Но далеко не всегда такая поддержка есть, более того, нередко в качестве механизма, «запускающего» аффективное состояние у ребенка, выступает неправильное поведение матери, невозможность или нежелание почувствовать и понять потребности ребенка и перестроить свое поведение с учетом этих потребностей. Семья ожидает изменений от ребенка, не будучи в силах измениться сама, что в высшей степени нелогично. Ребенка призывают принять внешний мир, не принимая его внутреннего (пусть даже и особого) мира. Шаг навстречу, таким образом, должен делать самый слабый и незащищенный. Однако положительные изменения возможны только при встречном движении. Мать аутичного ребенка может эффективно помочь ему преодолеть свои проблемы, справиться со своими

трудностями только ценой собственных изменений. Во всех остальных случаях требование к аутичному ребенку «Изменись» неправомерно, так как в системе «мать-ребенок» нагрузка перекладывается лишь на одного ее члена. Ребенку, как представляется, измениться вслед за матерью проще, чем сделать это самостоятельно (учитывая симбиотичность пары «мать-аутичный ребенок»). Причем, эти изменения должны касаться как способности матери понимать первичный язык и использовать его в общении с ребенком, так и изменения некоторых личностных черт, мешающих адекватной оценке ситуации жизни с таким ребенком [1].

Другая проблема, имеющая непосредственное отношение к родителям аутичного ребенка, – это его представление о себе и самооценка. Значительная часть представлений аутичного ребенка о себе формируется на основе субъективных оценок окружающих его людей. В основном такую информацию дети получают от родителей (как негативную, так и позитивную). Если уровень ожиданий родителей превышает возможности ребенка, это вызовет у него утрату веры в свои возможности. Заниженные требования, наоборот, снижают чувство ответственности за свои поступки, не дают сформироваться навыкам саморегуляции поведения [5]. Распространенной ошибкой в воспитании аутичного ребенка является «подмена» ребенка родителями в ситуациях его социальной неадекватности. Так, родители подменяют опыт ребенка своим знанием, защищая его от агрессии окружающих; останавливают его раньше, чем он получает обратную связь от людей в ответ на свое неправильное поведение. Тем самым они не дают ему приобрести собственный опыт.

Нельзя рассматривать аутичного ребенка вне его эмоционального и психосоматического симбиоза с матерью. У матери аутичного ребенка существуют социальные и профессиональные потребности, которые она не может удовлетворить, будучи эмоционально и фактически слишком крепко привязанной к ребенку [7]. Поэтому целесообразно создание комплекса психологической поддержки и обучения родителей, воспитывающих аутичных детей, в первую очередь, их матерей, на которых ложится максимальная психологическая нагрузка. Шок, пережитый родителями в процессе осознания ими тяжелого состояния ребенка, как правило, переживается самостоятельно и без поддержки специалистов. К старшему возрасту они уже смиряются и приспосабливаются к тому, что их ребенок таков. Признать наличие у него перспективы развития, более оптимистичной, чем прогнозы врачей и ожидания родителей, – это поставить себя в ситуацию потенциальной возможности повторного переживания шока – в случае неудачи в терапии. У родителей глубоко аутичных детей младшего возраста часто встречается другая крайность – приписывание ребенку тех навыков и умений, которыми он на самом деле не обладает. И та, и другая позиции, разумеется, одинаково мешают эффективному развитию ребенка. В первом случае это неиспользование резервов, реально существующих, тех, которые в случае правильного использования продвигают ребен-

ка дальше по пути овладения окружающим миром и собственной адаптации в нем. Во втором случае – это игнорирование более простого уровня задач, стоящих перед ребенком, желание перепрыгнуть, не освоив, несколько очень необходимых для полноценного развития ступеней [8].

Изменение мотивации родителей – это появление или изменение запроса. Например, они приходят к нам с беспомощностью, а в процессе терапии возникает запрос на сотрудничество. Тревога родителей обычно связана с неопределенностью и со страхом перед будущим ребенка. Когда родители в процессе терапии становятся способны воспринимать новое о своем ребенке, у них происходит изменение отношения к нему и его возможностям. Способность родителя понимать меняется потому, что он становится более информированным, с одной стороны, и приобретает опыт – с другой. Изменение взгляда на ребенка, способность к сопереживанию его одиночества меняют картину нарушенных в раннем детстве отношений мать-ребенок [7].

Часто родители аутичных детей, опасаясь неудачи, отказываются от помещения ребенка в образовательное или дошкольное учреждение, в котором дети обладают большими интеллектуальными и социальными навыками, чем их ребенок. Таким образом, ему не дается даже возможность утвердиться на уровне, который находится в зоне его ближайшего развития. Что касается государственной системы образования, то тут родители практически лишены свободы выбора образовательного учреждения для своего аутичного ребенка. Как правило, предлагается один из двух вариантов: специальная школа или надомное обучение. В массовых школах до сих пор не существует маленьких (8–10 человек) классов для интеллектуально сохранных аутичных детей. Еще меньше возможностей совместного обучения со здоровыми сверстниками. Вполне возможно, что ситуацию с обучением аутичных детей можно было бы улучшить, сдвинув возраст начала обучения с общепринятых 6–7 лет к 9–10 годам. За три дополнительных года многие социальные навыки, которыми обладают обычные дети, начинающие школьное обучение, могли бы быть сформированы у аутичных дошкольников. Тем более что, по наблюдениям специалистов, самое большое количество проявлений аутичной симптоматики приходится на возраст 5–6 лет. Аутичный ребенок, еще не до конца переживший этот кризис, к 7 годам ставится перед следующей тяжелой для него проблемой – обучением [4].

Целью нашего исследования было: сравнить психоэмоциональное состояние родителей воспитывающих детей с аутичным спектром и здоровых детей. Использованные методики: «Шкала дифференциальных эмоций» К. Изарда; самооценочный тест «Характеристика эмоциональности» Е.П. Ильина; методика определения уровня депрессии В.А. Жмурова. В исследовании принимали участие 50 человек, из них 25 родителей, воспитывающих детей с аутичным спектром (ГУО «Специальный детский сад № 235 г. Минска») и 25 родителей здоровых детей (ГУО «Ясли-сад № 314 г. Минска»). Результа-

ты эмпирического исследования детско-родительских отношений в семьях, воспитывающих детей с РДА, убедительно доказывают их специфичность и своеобразие, а также выявляют явные различия с детско-родительскими отношениями в семьях, воспитывающих обычных детей, по большинству исследуемых параметров. Гипотеза исследования, состоящая в том, что имеются различия в психоэмоциональном состоянии родителей, воспитывающих детей с аутичным спектром и здоровых детей, подтвердилась. По результатам проведенного исследования нами предложено проведение тренинга, который направлен на формирование навыков саморегуляции, управления собственным психоэмоциональным состоянием, а также навыков позитивного самовосприятия родителей, воспитывающих аутичных детей.

На первом этапе исследования были выявлены преобладающие эмоции, проявляемые испытуемыми обеих групп. Различия между группами испытуемых по выраженности чувств радости ($U=183,5$), горя ($U=168,5$), стыда ($U=177$), вины ($U=134,5$) высокосignимы, поскольку все эти значения Критерия Манна-Уитни находятся при уровне значимости $p<0,01$. В группе 1 испытуемых (родители аутичных детей) показатель выраженности радости – 58,33 %, горя – 39,33 %, стыда – 36 % и показатель вины составил 42,33 %. В группе 2 испытуемых (родителей здоровых детей) показатель выраженности радости – 74 %, горя – 28 %, стыда – 29 % и показатель вины составил 28,33 %. Далее было определено, насколько выражены различные характеристики эмоций. Различия между группами испытуемых по характеристикам эмоциональности, длительность эмоций ($U=176,5$) и отрицательное влияние эмоций на эффективность деятельности и общения ($U=113,5$) являются высокосignимыми, поскольку все эти значения Критерия Манна-Уитни находятся при уровне значимости $p<0,01$. Вместе с тем уровень депрессии у родителей аутичных детей (группы 1) значительно выше тех же показателей группы 2 (родителей здоровых детей). Различия между группами испытуемых по среднему уровню депрессии ($U=176,5$) являются высокосignимыми, поскольку это значения Критерия Манна-Уитни находятся при уровне значимости $p<0,01$.

На основании полученных результатов были разработаны рекомендации и коррекционная программа, направленная на стабилизацию психоэмоционального состояния родителей, воспитывающих детей с аутичным спектром.

Литература

1. *Беттельхейм Б.* Пустая крепость. Детский аутизм и рождение Я. Санкт-Петербург, 2004.
2. *Высотина Т.Н.* Личностные особенности родителей, воспитывающих детей со сложными нарушениями психического // Вестник Санкт-Петербургского университета. 2011. Серия 12. Вып. 2.
3. *Габдреева Р.Х.* Основы самоуправления психическим состоянием. Казань, 2010.
4. *Злобина А.С.* Проблема психосоциальной помощи детям с ранним детским аутизмом // Известия Пензенского государственного университета им. В.Г. Белинского. 2006. № 6.

5. *Исурина Г.Л.* Групповые методы психотерапии. Л., 2002.
6. *Керре Н.О.* Проблемы внеучебного функционирования аутичного ребенка в семье // Аутизм и нарушения развития. 2012. № 2.
7. *Панюшина Т.Д.* Понять, чтобы помочь (из опыта работы с родителями) // Аутизм и нарушения развития. 2011. № 3.
8. *Рязанова А.В.* Семья с особым ребенком: внутренние процессы и социальные отношения // Аутизм и нарушения развития. 2011. № 2.
9. *Эйдемиллер Э.Г.* Состояние нервно-психического. Мюнхен, 2009.

Психологическое благополучие взрослых с разным уровнем стигматизации

Барабанова Е.В.

Тема психологического благополучия личности широко представлена в современных исследованиях зарубежных и отечественных психологов (Н.М. Брандбурн, Э.Л. Дейси, Р.М. Райан, К. Рифф, В.И. Слободчиков, К.Н. Смирнов, Т.Д. Шевеленкова, П.П. Фесенко и др.). В науке сделаны попытки разделения понятий: субъективное благополучие (Р.М. Шамионов), эмоциональное благополучие (О.И. Бадулина), психологическое благополучие (М.С. Дмитриева). В целом, благополучие толкуется как субъективный феномен, напрямую зависящий от системы внутренних оценок носителя переживания. Это интегральный показатель, включающий:

- 1) нацеленность личности на осуществление основных компонентов позитивного функционирования (личностного роста, управления средой, самопринятия, автономии, позитивных отношений с окружающими, целей в жизни);
- 2) степень исполнения данной направленности [4].

Однако, недостаточно исследованной остается проблема психологического благополучия взрослых с разным уровнем стигматизации, что и стало целью данного исследования.

Отметим, что стигма» означает ярлык, «клеймо», которым ранее метили рабов, изменников, преступников в Древней Греции, тем самым реально обозначая их статус как «позорный», «нечистый». Стигма в ее современном понимании – это социальный атрибут, который дискредитирует человека или социальную группу. В ярлыках выражается наиболее абстрактная и общая информация об объекте и, как заметил Г. Олпорт, они действуют как «сирены, заставляя нас забывать обо всех более тонких различиях» [5]. «Стигмировать» – значит маркировать, клеймить определенным ярлыком: «белая ворона», «чужак» и т.п. Стигматизацию можно рассматривать, как особый тип отношений («истерическое отношение») между реальной и виртуальной идентичностью, ориентированной на идеальное, фантазийное «Я». Конфликт идентичностей: реальной и фантазийной способствует «приклеиванию негативного ярлыка» и дискредитации личности, «выталкиванию» из общества,

превращению в «жертву». Стигма свидетельствует о нежелательном отклонении от нормы, воспринимаемом как признак неполноценности, ущербности, специфичности ее носителя. Носителю стигмы приписывается целый ряд недостатков, «дефектов», обуславливающих его восприятие как человека другой породы. Существенно то, что не только общество «клеимит» человека, но он сам осознает этот атрибут, и это меняет его идентичность до такой степени, что в психологии данный феномен получил наименование «испорченная идентичность» или самостигматизация [1, 2].

Как видим, проблема стигматизации, выявление ее уровней в контексте темы психологического благополучия личности становится весьма актуальной.

Исследование проводилось в Москве, в нем приняли участие респонденты в возрасте от 25 до 55 лет, как мужчины, так и женщины разных профессий, должностей и материального положения ($N=70$). Средний возраст респондентов 42 года. Были использованы следующие методики:

- 1) Опросник ролевой виктимности М.А. Одинцовой и Н.П. Радчиковой, 2012.
- 2) Опросник психологического благополучия личности (методика К. Рифф в адаптации Т.Д. Шевеленкова, П.П. Фесенко, 2005).
- 3) Дифференциальный опросник переживания одиночества Е.Н. Осина и Д.А. Леонтьева, 2010.

В первую очередь нами были выделены группы лиц с разным уровнем стигматизации. Для этого использовался кластерный анализ методом k -средних. В первую группу со средним уровнем стигматизации вошло 29 человек. Это люди, набравшие средние баллы по шкале «социальная роль жертвы» опросника Ролевой виктимности. Вторую группу дополнили лица с низким уровнем стигматизации ($N=29$), набравшие низкие значения по данной шкале. И в третью группу попали люди с высоким уровнем стигматизации ($N=12$) и высокими значениями по шкале «социальная роль жертвы».

Далее нами были проанализированы особенности психологического благополучия в каждой из выделенных групп. Для этого была проведена статистическая обработка данных с использованием t -критерия Стьюдента (предварительно полученные результаты были проверены на нормальность распределения). В результате анализа были обнаружены значимые различия между всеми группами.

Так, взрослые с низким и средним уровнем стигматизации отличаются по следующим параметрам психологического благополучия: позитивные отношения с окружающими ($p<0,001$), автономность ($p<0,001$), управление средой ($p<0,001$), личностный рост ($p<0,001$), цели в жизни ($p<0,001$), самопринятие ($p<0,001$), баланс аффекта ($p<0,001$), осмысленность жизни ($p<0,001$), человек как открытая система ($p<0,001$). В первом случае видны здоровые психологические отношения с родными людьми, что ведет к дальнейшему ощущению себя целостной личностью и возможности активно реализовывать себя в социуме. Во втором – познание себя и раскрытие своего потенциала зависит от контактности, открыто-

сти с окружающими людьми. Кроме этого, не стигматизированные взрослые характеризуются верой в собственные силы и независимостью от мнений других. У них сформировано стойкое, уверенное отношение к проблемам и трудностям, а жизнь воспринимается как источник возможностей и перспектив.

Стигматизированным и средне-стигматизированным взрослым свойственны различные социальные роли жертвы, они более зависимы от окружающих, им характерно ожидание одобрения со стороны других. Это проявляется в неуверенности, которая характеризуется как наличие комплексов, причиной чего может служить заниженная самооценка. Вследствие этого возникает закрытость от контакта с людьми, ощущение скуки, отчуждения, равнодушия, источником которого становится осознание своего бессмысленного существования. Независимый человек свободен от скуки, закрытости в том случае, если он занят творческой работой, поглощающим делом. Наше исследование продемонстрировало, что мир для стигматизированных лиц представляется угрожающим и не поддающимся объяснению. Для них цели размыты или вовсе отсутствуют, прошлое пугает, будущее не имеет перспектив, оставляя за собой чувство сожаления и обиды.

Взрослые с низким и высоким уровнем стигматизации значительно отличаются по всем характеристикам психологического благополучия. Не стигматизированные самодостаточны, их кредо самоактуализация, и жизнь воспринимается как источник возможностей и перспектив. Стигматизированные открыто выбирают модель поведения жертвы, порой, не осознавая всю печаль и трагизм своей жизни. У них снижена самооценка, они более зависимы и неспособны вступать в доверительные, открытые, отношения. Это ведет к недопониманию себя и окружающего мира, изолированности и невозможности регулировать собственное поведение.

Далее, были обнаружены значимые различия между выделенными группами по критериям субъективного переживания одиночества. Взрослые со средним и низким уровнем стигматизации отличаются по таким параметрам переживания одиночества как: дисфория одиночества ($p < 0,001$), одиночество как проблема ($p < 0,001$), зависимость от общения ($p < 0,001$), потребность в компании ($p < 0,001$). В данном случае высокий показатель счастья и удовлетворенности жизнью, принятие ситуаций уединения помогают человеку установить близкие отношения с самим собой и более глубоко переживать ценность отношений с другими людьми. Средне-стигматизированным характерна склонность искать общения и устанавливать многочисленные поверхностные социальные связи с целью избежать страха одиночества. Одиночество становится более тяжелым и болезненным, если человек не способен вынести его, склонен относиться к нему как к проблеме.

Взрослые со средним и высоким уровнем стигматизации отличаются по таким параметрам переживания одиночества как: изоляция ($p < 0,001$), ощущение одиночества ($p < 0,001$), отчуждение ($p < 0,001$), общее одиночество ($p < 0,001$). Средне-стигматизированные и стигматизированные демонстрирует

высокие показатели переживания одиночества в сочетании с принятием собственного одиночества. Можно предположить, что в эту группу попали люди, переживающие экзистенциальный кризис. У них наиболее высокие показатели отчуждения, практически равномерно распределенные по всем четырем сферам (изоляция, самоощущение одиночества, отчуждение, общее одиночество), что свидетельствует об актуальном кризисе смыслоутраты. Стигматизированным кажется, что люди вокруг, но не с ними, они не чувствуют, что находятся в ладу с окружающими людьми, их социальные связи не глубоки. Они переживают чувство страха быть не понятыми и не принятыми обществом. Ощущения непонимания, чувство покинутости, недостаток дружеского общения – все это лишь усиливает одиночество данной группы стигматизированных лиц.

Взрослые низким и высоким уровнем стигматизации отличаются по таким параметрам переживания одиночества: изоляция ($p < 0,001$), самоощущение одиночества ($p < 0,001$), отчуждение ($p < 0,001$), общее одиночество ($p < 0,001$), дисфория одиночества ($p < 0,001$), зависимость от общения ($p < 0,001$).

Стигматизированным в связи с не хваткой эмоциональных, доверительных контактов с людьми, характерны переживания глубокой изоляции на фоне разъедающих душу эмоций ненужности, никчемности. Не стигматизированные спокойны, радостны, толерантны к своему образу жизни и ситуациям уединения. Одиночество для них становится вызовом, совладание с которым не только не изолирует человека от мира, но и делает его более целостным. Они счастливы и удовлетворены своей жизнью, демонстрируют низкий уровень отчуждения, при этом относительно важным источником смысла для них является собственный внутренний мир, межличностные отношения и деятельность.

Таким образом, проведенное нами исследование позволило нам выявить три группы лиц с разным уровнем стигматизации: средне-стигматизированные, не стигматизированные и стигматизированные. Все три группы значительно различаются по таким характеристикам психологического благополучия как: позитивное отношение с окружающими, уровень самопринятия, осмысленность и цели жизни, личностный рост. Не стигматизированным характерны позитивные, доверительные отношения к окружающим, активность в собственной деятельности, стремление к развитию и раскрытию своего внутреннего потенциала. Жизнь ими воспринимается как источник возможностей и перспектив. Они принимают собственное одиночество и не рассматривают его как проблему. У средне-стигматизированных и стигматизированных познание себя и раскрытие своего потенциала зависит от контактности, открытости с окружающими людьми. В первом случае видно удовлетворительное отношение к себе как к личности и окружающему миру, во втором прослеживается отсутствие доверительного, открытого отношения к окружающему миру и явное непринятие себя. Это ведет к пассивности в собственной деятельности, к размытости системы ценностей, застою социального роста.

Жизнь у стигматизированных воспринимается как трудность, попытки преодоления препятствий связаны со страхами неудач.

Литература

1. *Одинцова М.А.* Психологические особенности виктимной личности // Вопросы психологии. 2013. № 3.
2. *Одинцова М.А.* Проблема виктимного личностного типа в психологии // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Философия. Психология. Педагогика. 2014. Т. 14. № 2–1.
3. *Осин Е.Н.* Смыслотраты как переживание отчуждения: структура и диагностика: Дис. канд. психол. наук. М., 2007.
4. *Шевеленкова Т.Д., Фесенко П.П.* Психологическое благополучие личности // Психологическая диагностика. 2005. № 3.
5. *Янчук В.А.* Введение в современную социальную психологию: учеб. пособие для вузов. Минск, 2005.

Сравнительный анализ отношения отцов к детям в алкогольных и неалкогольных семьях

Барцалкина В.В., Третьяк Э.В.

В качестве наиболее весомого фактора, оказывающего влияние на воспитание личности ребенка, выступает семья. Это связано с тем, что основную информацию о мире и о себе ребенок получает от родителей. К тому же, в связи с тем, что ребенку присуща физическая, эмоциональная и социальная зависимость от родителей, те, в свою очередь, обладают уникальной возможностью влиять на ребенка.

Большинство психологов согласно с тем, что родительство включает в себя материнство и отцовство, но не сводится к их простой совокупности. Так, например, К. Флэйк-Хобсон полагает, что участие отца в процессах рождения и воспитания ребенка оказывает существенное воздействие и на супругов, и на малыша, привнося что-то неординарное в их взаимоотношения. Э. Фромм, описывая взаимоотношения матери и отца с ребенком, акцентирует внимание на том, что это совершенно разные по своей сути виды любви: отцовская любовь не является врожденной, а формируется на протяжении первых лет жизни ребенка. Отец несет в себе функции социального контроля и является носителем требований и дисциплины. Э. Берн рассматривал настоящее отцовство не столько через призму рождения и материального обеспечения детей, сколько через любовь к своим детям и преданность своей семье. «Идеальный отец», по А. Адлеру, должен относиться к своим детям, как к равным, и принимать активное участие в их воспитании наряду с женой.

В продолжение темы о специфике родительского воспитания следует остановиться на так называемых дисфункциональных семьях, где оба или один из родителей злоупотребляют алкогольными напитками. Ребенок, растущий в такой семье, испытывает воздействие целого комплекса негативных факто-

ров [1]. Было показано, что в дисфункциональной семье характер построения детско-родительских отношений приводит к тому, что у детей формируется целый ряд личностных особенностей, которые в дальнейшем могут послужить факторами риска формирования аддиктивного поведения [2].

Учитывая тот факт, что количество дисфункциональных семей, связанных с алкоголизмом отцов, в настоящее время не уменьшается, особое значение приобретают исследования, направленные на анализ детско-родительских отношений в этих семьях и их влияния на подрастающее поколение.

Несмотря на то, что отдельные проблемы материнства достаточно подробно разработаны в психологии, отцовство же, являясь не менее интересной темой, остается наименее исследованной областью психологии родительства, не говоря уже об алкогольных семьях, которые сами по себе выступают в качестве социально-педагогической проблемы, так как основная общественная функция – воспитательная – в этих семьях нарушена.

Именно эта проблема и имеющийся социальный запрос на ее решение обусловили выбор темы нашей работы, в качестве одной из целей которой явилось проведение эмпирического исследования, направленного на изучение особенностей отношения отцов, страдающих алкоголизмом, к своим детям, и тем последствиям для детей, к которым могут привести эти отношения.

Данное исследование проходило на базе ГБУЗ МО наркологического отделения и психоневрологического диспансера Красногорской городской больницы № 3 (Московская область). В исследовании приняло участие 104 человека. Экспериментальную группу составили мужчины, 52 пациента наркологического отделения, находящиеся на лечении с диагнозом хронический алкоголизм и имеющие детей в возрасте 13–15 лет, проживающих вместе с ними. В контрольную группу вошли мужчины (52 человека), не страдающие алкогольной зависимостью и не состоящие на учете у психиатра-нарколога, имеющие также детей в возрасте 13–15 лет, проживающих вместе с ними.

При планировании эмпирического исследования обязательным условием являлось то, чтобы участники исследования не просто имели детей заданного возрастного диапазона, но и проживали с ними в одной семье, поскольку в нашей работе изучалась не генетическая предрасположенность к развитию химической зависимости, а именно отношение отца-алкоголика к своему ребенку.

В исследовании было использовано несколько диагностических методик, направленных на выявление специфики родительских отношений отцов-алкоголиков и отцов, не страдающих алкоголизмом, с детьми.

В формате тезисов мы ограничимся анализом результатов лишь одной из выбранных для исследования методик, а именно, «Опросника родительского отношения к детям» (авторы А.Я. Варга, В.В. Столин), предназначенного для изучения родительской позиции, родительского опыта в воспитании своего ребенка. Родительское отношение в данной методике понимается как система

разнообразных чувств по отношению к ребенку, поведенческих стереотипов, отмечаемых в общении с ним особенностей восприятия и понимания характера и личности ребенка, его поступков.

Исходя из результатов, полученных по данной методике, мы выделили ряд поведенческих стереотипов в общении с ребенком у отцов, не страдающих алкогольной зависимостью и у отцов с диагнозом хронического алкоголизма (рис. 1).



Рис. 1. Поведенческие стереотипы в общении с ребенком у отцов, не страдающих алкогольной зависимостью и у отцов с диагнозом хронического алкоголизма

Полученные результаты по данной методике наглядно демонстрируют специфические нарушения в семейной системе, вызванные алкоголизмом родителя.

Так, для отцов-алкоголиков характерен *попустительский стиль* отношений («либеральный», «снисходительный», «гипоопека»), как способ ухода от негативных переживаний, связанных с воспитанием ребенка. Неспособность родителя контролировать поведение ребенка может привести к вовлечению ребенка в асоциальные группы с риском развития ранней наркотизации, поскольку психологические механизмы, необходимые для самостоятельного, ответственного поведения в обществе, у него оказываются несформированными.

Одновременно с этим *компульсивное* поведение отца-алкоголика может характеризоваться физическим и эмоциональным (пренебрежение, отвержение, унижение) насилием над ребенком, что, в свою очередь, может приводить к формированию у ребенка неуверенности в себе, низкую самооценку, переживание внутренней дисгармонии, дискомфорта, ощущения «Я – плохой». При таком воспитании у ребенка формируется лишь механизм внешнего контроля, основанный на чувстве вины или страха перед наказанием, и как только угроза наказания извне исчезает, поведение ребенка может стать потенциально асоциальным.

Подобное отношение отца-алкоголика к ребенку говорит об отсутствии единого подхода к воспитанию. При этом фрустрируется одна из базовых потребностей личности ребенка – потребность в стабильности и упорядоченности окружающего мира, наличии четких ориентиров в поведении и оценках. Непредсказуемость родительских реакций лишает ребенка ощущения стабильности и провоцирует повышенную тревожность, тормозит формирование самоконтроля и ответственности, способствует развитию заниженной самооценки.

Таким образом, у детей, воспитывающихся в алкогольных семьях, из-за искаженных детско-родительских отношений могут быть значительно затруднены процессы личностного роста и социально-психологической адаптации.

Следует обратить внимание также на результат, полученный в контрольной группе. Наряду с более благополучной ситуацией в детско-родительских отношениях, была выявлена важная особенность, а именно, связанная с формированием симбиотических детско-родительских отношений. В них ярко проявляются элементы созависимого поведения в форме навязчивой помощи и сверхконтроля с целью заслужить внимание и любовь ребенка, которые «призваны» заполнить недостающее самоуважение родителя. Несмотря на внешнюю заботу, подобный стиль воспитания приводит ребенка, с одной стороны, к преувеличению собственной значимости, с другой, к формированию у него тревожности, беспомощности, запаздыванию социальной зрелости.

Возвращаясь к алкогольной семье, следует отметить, что все члены такой семьи нуждаются в специальных видах помощи, начиная с лечения отца-алкоголика от химической зависимости и заканчивая всеми другими членами семьи (взрослыми и детьми), у которых сформировался острый дефицит в удовлетворении одной из основных базовых потребностей – потребности в эмоциональной безопасности.

Литература

1. *Барцалкина В.В.* Родительская созависимость как фактор риска формирования аддикций у детей // Психологическая наука и образование. М., 2012, № 4.
2. *Барцалкина В.В.* Детская психическая травма и аддиктивное поведение // Терапия семейных отношений как путь профилактики зависимостей / под ред. Е.А. Брюна. М., 2015.
3. *Третьяк Э.В.* Особенности личностного развития у подростков с эпизодическим употреблением // Молодые ученые – столичному образованию. М., 2013.

Связь ряда характеристик личности и стилей совладающего поведения в среднем возрасте

Борисова Н.М., Шаповаленко И.В.

Зрелый (средний) возраст человека – период максимального раскрытия потенциала личности, реализации возможностей, достижения результатов в любой сфере деятельности. В этом возрасте, максимально насыщенном как активностью во внешнем мире, так и переживанием нормативных и ненормативных кризисов,

состояние тревоги, напряжения и беспокойства часто становится характерным. Преодоление стрессовых и критических ситуаций связано с характеристиками совладающего поведения или копинг-стратегий (Т.Л. Крюкова, Н.А. Сирота, Н. Хаан, Р. Лазарус, С. Фолкман и др.). Современные исследователи также обращают внимание на личностные ресурсы, способствующие продуктивному разрешению критических ситуаций; это такие личностные качества, как жизнестойкость, оптимизм, активность, позитивное самовосприятие, осмысленность жизни и экзистенциальная исполненность (Д.А. Леонтьев, А. Лэнгле, С. Мадди, В. Франкл и др.).

В данной работе делается попытка рассмотреть вопрос о том, какими способами люди среднего возраста стремятся решать возникающие перед ними проблемы. Как некоторые характеристики личности влияют на выбор стилей совладающего поведения? Знание особенностей этой связи в среднем возрасте имеет практическое значение для оказания консультативной психологической помощи людям, сталкивающимся с проблемами на этом этапе жизненного пути.

В нашем эмпирическом исследовании приняли участие 139 человек (из них 62 мужчины, 77 женщин) в возрасте от 30 до 50 лет. Использовались методики: *Опросник «Способы совладающего поведения» Лазаруса* (в адаптации Т.Л. Крюковой) – для определения стилей и преобладающих стратегий совладающего поведения и *Анкета* для предоставления сведений о себе (образование, семейное положение, наличие детей, отношение к религии, наличие работы, опыт обращения за помощью к психологу).

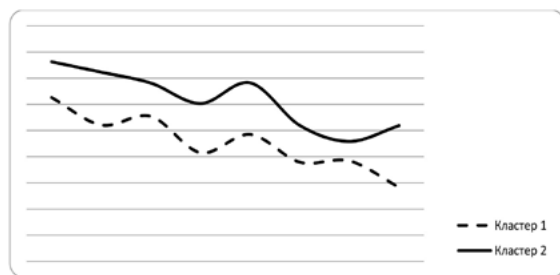


Рис. 1. Уровни использования ССП по кластерам (1 — ГНК, 2 — ГВК)

По результатам двух-этапного кластерного анализа (Two-step cluster analysis) в 1-м кластере оказался 61 испытуемый (43,9 % от выборки), во 2-м – 78 испытуемых (56,1 % от выборки). Уровни использования ССП по кластерам представлены на рисунке 1.

Анализируя данные графиков, можно заметить, что:

- 1) средние значения по шкалам в 1-м кластере ниже, чем во 2-м кластере. Далее мы называем 1-й кластер «группой низкого копинга» (ГНК), а 2-й кластер – «группой высокого копинга» (ГВК);
- 2) по большинству стратегий кривая использования в группах имеет общую тенденцию (на графиках они идут почти параллельно друг другу) с отклонением от 12 до 20 %.
- 3) в стратегии «бегство-избегание» ярко выражены разнонаправленные тенденции: в ГНК кривая идет вниз относительно общих графиков и фиксируется на уровне 27 % (т.е. является показателем адаптивного варианта), а в

ГВК кривая поднимается вверх и фиксируется на уровне 51 % (что отражает пограничное состояние адаптационного потенциала личности). Таким образом, расхождение по этой стратегии в двух группах составляет 24 %, т.е. больше чем на уровень¹.

Результаты анализа данных анкет испытуемых по некоторым показателям из обеих групп представлены на рис. 2:

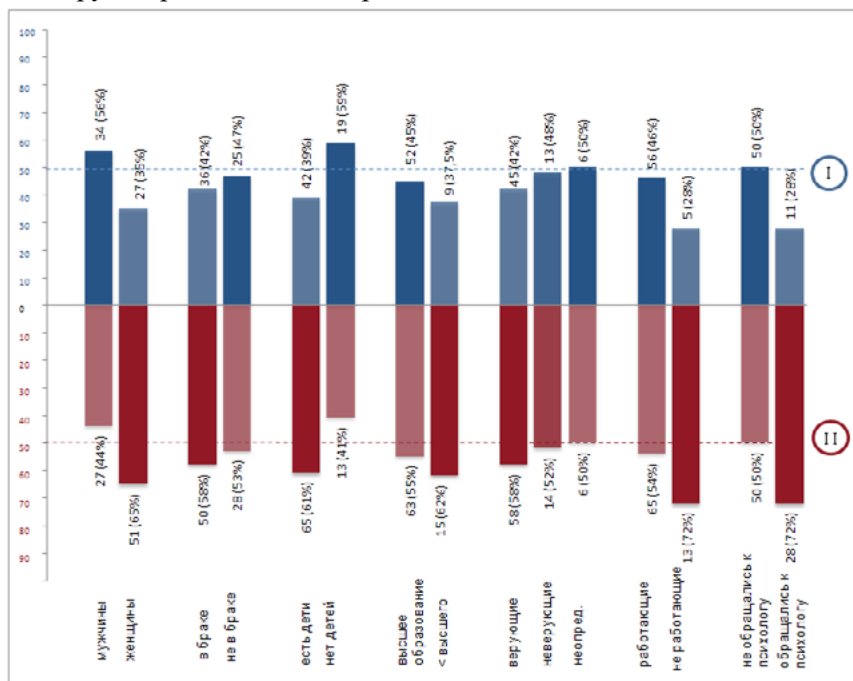


Рис. 2. Соотношение (%) по разным показателям в ГНК (I) и ГВК (II)

На основании анализа данных нами было выявлены следующие факты:

1. Объективных признаков (образование, семейное положение, наличие детей, отношение к религии, наличие работы, опыт обращения за помощью к психологу), обуславливающих принадлежность к ГНК лиц среднего возраста, не обнаружено.
2. В ГВК значимыми оказались несколько признаков: пол, наличие детей, уровень образования, наличие/отсутствие работы, опыт обращения к психологу.
 - Половая принадлежность: мужчин в группах высокого и низкого копинга почти равное – 56 и 44 % соответственно; женщин больше в ГВК – 65 % (35 % в ГНК).

¹ Стратегия бегства-избегания рассматривается большинством исследователей как неадаптивная и «предполагает попытки преодоления личностью негативных переживаний в связи с трудностями за счет реагирования по типу уклонения» [4], однако она может быть полезна при краткосрочном ее использовании для «быстрого снижения эмоционального напряжения в ситуации стресса», что особенно важно в острых стрессовых ситуациях.

- Наличие детей: в ГVK оказался 61 % испытуемых, имеющих 1 и более детей (против 39 % в ГНК).
- Отсутствие и наличие опыта обращения за помощью к психологу. Среди тех, кто обращался за помощью к психологу, 72 % относятся к ГVK и только 28 % к ГНК. При этом отсутствие опыта обращения к психологу никак не влияет на выбор стиля совладающего поведения (50 и 50 %). Хотя число обратившихся к психологу невелико – всего 39 человек (28 % выборки), но разница в их распределении по группам ГVK и ГНК значительна. Можно предположить, что лица из ГVK чаще обращаются к психологам в связи со следующими обстоятельствами: находясь в пограничной зоне адаптационного потенциала, они чувствуют, что нуждаются в помощи со стороны (при нарастании стрессовых факторов в связи с большей вероятностью дезадаптивного поведения); осознают, что в конфликтных ситуациях не всегда способны находить конструктивные решения, и обращаются к психологу с целью получения профессиональной помощи.

Выводы

- Группы низкого и высокого копинга различаются по уровню использования стратегий совладающего поведения: для ГНК характерно умеренное или выраженное предпочтение соответствующих стратегий, пограничное состояние адаптационного потенциала личности и возможно выраженная дезадаптация; для ГVK характерно редкое или умеренное использование соответствующих стратегий, свидетельствующее об адаптивном варианте поведения или пограничном состоянии адаптационного потенциала личности.
- В ГVK преобладают женщины; люди, имеющие детей; люди, обращавшиеся к психологу. Поэтому мы предполагаем, что на «попадание» в ГVK могут оказывать влияние следующие признаки: пол (женский), наличие детей, наличие опыта обращения к психологу.
- Для ГНК таких признаков в нашем исследовании не выявлено.
- Представляется перспективным провести в будущем исследование о влиянии на людей психологической помощи с целью изменения стиля и уровня использования стратегий совладающего поведения.

Литература

1. Крюкова Т.Д. Психология совладающего поведения. Кострома, 2004.
2. Лазарус Р. Теория стресса и психофизиологические исследования // Эмоциональный стресс / Под ред. Л. Лева. Л., 1970.
3. Леонтьев Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. М., 2003.
4. Методика для психологической диагностики способов совладания со стрессовыми и проблемными для личности ситуациями: Пособие для врачей и медицинских психологов. СПб., 2009.
5. Франкл В. Человек в поисках смысла. М., 2012.
6. Nielsen M.B., Knardahl S. Coping strategies: A prospective study of patterns, stability, and relationships with psychological distress // Scandinavian Journal of Psychology. 2014. № 55.

Копинг-стратегии современного специалиста в области психолого-педагогической деятельности

Болдинова Т.Н.

Современное общество нуждается в хорошо образованных, конструктивных, стремящихся к сотрудничеству, мобильных специалистах, способных самостоятельно принимать ответственные решения в ситуации выбора, умеющих прогнозировать возможные последствия от принятых решений, обладающих чувством ответственности. основополагающими качествами современного специалиста в области психолого-педагогической деятельности являются убежденность в ценности каждого человека, уважение чувства собственного достоинства и достоинства другого человека, чуткость и желание прийти на помощь, высокий уровень интеллектуального развития. Педагогу-психологу важно быть доброжелательным, эмоционально устойчивым, наблюдательным, обладать выдержкой, эмпатией, педагогической интуицией и психологическим тактом, уметь решать профессиональные задачи в соответствии с этическими нормами.

Современный специалист в области психолого-педагогической деятельности должен соответствовать вызовам XXI века, запросам личности и общества, быть способным адекватно реагировать на меняющиеся условия и специфику профессиональной деятельности. Быстрые темпы и невероятные масштабы изменений современной действительности требуют обладания высокой степенью стрессоустойчивости, умение справляться с жизненными и профессиональными трудностями, способность действовать в условиях нестабильности и неопределенности. Внедрение компетентностного подхода в профессиональном образовании подразумевает подготовку специалиста высокого профессионального уровня. «Компетентностный подход в образовании нацеливает нас на то, чтобы мы получили профессионала, способного эффективно решать те задачи, которые возникают в его реальной будущей практике» [1].

Возникший во второй половине XX века интерес к проблеме совладания личности с трудными жизненными ситуациями, в наши дни приобрел особое значение. Актуальность проблемы совладания и интерес к этой проблеме подтверждается тем, что все больше зарубежных и отечественных исследователей (S. Folkman, R. Lazarus, K. Menninger, R.H. Moos, L. Murthy, N. Naan, E. Heim, E.R. Greenglass, R. Schwarzer, N. Knoll, T. Kroeber, V. Vaillant, К.А. Абульханова-Славская, Л.И. Анциферова, Е.А. Белан, Л.Ф. Бурлачук, Р.М. Грановская, Е.Ю. Коржова, Т.Л. Крюкова, О.В. Кружкова, Е.В. Куфтяк, Д.В. Лопатин, К. Муздыбаев, С.К. Нартова-Бочавер, О.В. Нестерова, И.М. Никольская, Н.А. Сирота, В.А. Ташлыков, В.М. Ялтонский и многие другие) занимаются изучением копинг-поведения в сложных жизненных ситуациях.

Впервые термин «копинг» применил Л. Мерфи (1962), исследуя способы преодоления детьми требований, выдвигаемых кризисами развития.

По мнению R. Moose, совладание – это устойчивые личностные предпосылки, предопределяющие реакцию человека на стрессор.

Р. Лазарус и С. Фолкман разработали когнитивную теорию совладания со стрессом, согласно которой копинг трактуется, как совокупность когнитивных и поведенческих усилий человека, направленных на уменьшение влияния стресса.

Т.Л. Крюкова рассматривает совладающее поведение как сознательный акт, нацеленный на активное взаимодействие с ситуацией: изменение ситуации (поддающейся контролю) или приспособление к ситуации (если она не поддается контролю) [3].

М.В. Смирнова, сравнивая психологическую защиту и копинг-поведение, акцентирует внимание на основном отличии этих механизмов, которое заключается в неосознанном включении автоматизмов психологической защиты, и сознательном, целенаправленном использовании индивидом копинг-стратегий.

И.М. Никольская и Р.М. Грановская отмечают возможность обучения совладанию [2].

В последнее время появилось несколько новых подходов к изучению совладающего поведения. Фолкман и Штайн исследовали, как при ухудшении жизненной ситуации цели помогают человеку сохранять позитивные эмоции.

Также появилось новое направление в изучении совладающего поведения – теория опережающего совладания, проактивного копинга. Опережающее, проактивное совладание (proactive coping) – это форма совладающего поведения, целью которого является подготовка к предстоящим трудностям, испытаниям [3].

Целью данного исследования стало выявление специфики копинг-стратегий, предпочитаемых студентами-психологами. Исследование проводилось на базе высшего учебного заведения города Москвы. В нем приняли участие 184 студента-психолога.

В исследовании были использованы следующие методики: 1. Методика диагностики совладающего поведения Авторы – Р. Лазарус и С. Фолкман (1988), адаптация Т. Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк, М.С. Замышляевой (2004).

2. Методика диагностики стресс-совладающего поведения «Индикатор стратегий преодоления стресса», создана Д. Амирханом в 1990г.

Анализируя данные исследования базисных копинг-стратегий по методике «Индикатор стратегий преодоления стресса» Д. Амирхана, мы получили следующие результаты (см. табл. 1).

Таблица 1

Уровень базисных копинг-стратегий студентов-психологов

Уровни	Разрешение проблем		Поиск социальной поддержки		Избегание	
	Кол-во студентов	%	Кол-во студентов	%	Кол-во студентов	%
Высокий	96	52,2%	66	35,9%	10	5,4%
Средний	81	44%	95	51,6%	108	58,6%
Низкий	7	3,8%	23	12,5%	66	36%

Из таблицы 1 видно, что 96 человек (52,2 % от общего количества студентов), принимавших участие в исследовании, показали высокий уровень по шкале «Разрешение проблем», что позволяет нам сделать вывод о преобладании у респондентов данной стратегии. Также отметим, что студенты-психологи в своем большинстве стараются справиться с проблемой, используя все имеющиеся у них ресурсы для эффективного совладания с трудной ситуацией, а «не убежать» или закрыться от нее.

Сравнивая показатели уровней базисных копинг-стратегий у студентов-психологов младших и старших курсов мы можем сделать следующие *выводы*:

1. Большинство студентов, как на младших, так и на старших курсах, в случае создавшейся трудной жизненной ситуации предпочитают использовать стратегию «Разрешение проблем»: 51,5 % – студенты младших курсов и 53 % – старших курсов. Можно сказать, что в трудной жизненной ситуации, стратегию «Решение проблем» с каждым последующим курсом выбирает все большее количество студентов-психологов, что возможно связано с приобретением жизненного опыта и профессиональных знаний молодыми людьми, с их готовностью искать решение создавшейся проблемной ситуации.
2. Стратегию «Поиск социальной поддержки» на младших курсах предпочли 38 человек (38,5 %), а на старших курсах – 28 человек (33 %).

Представим результаты, полученные в ходе проведения исследования копинг-механизмов, используемых студентами-психологами по методике диагностики совладающего поведения – опроснику «Копинг-стратегии» – Р. Лазаруса (см. табл. 2).

Сравнивая показатели диагностики совладающего поведения по опроснику «Копинг-стратегии» Р. Лазаруса, у студентов младших и старших курсов по нескольким шкалам, мы видим достаточно схожие результаты. Однако, по шкале «Принятие ответственности» наблюдается значительное падение значений от 27 человек (27,2 %) предпочитающих данную стратегию на младших курсах, до 6 человек (7 %) на старших курсах. Существующие статистические различия при сравнении результатов исследования на младших и старших курсах, вероятно, можно объяснить тем, что студенты старших курсов приобрели необходимые навыки для анализа своего поведения и определения своей роли в создавшейся трудной ситуации взвешенно, мотивированно и объективно.

Шкала «Поиск социальной поддержки»: студенты, как на младших, так и на старших курсах устойчиво ориентированы на помощь со стороны, на взаимодействие с другими людьми, надеясь при этом на сочувствие, внимание и поддержку.

По шкале «Планирование решения проблемы» мы наблюдаем увеличение значений от 18 % на младших курсах до 28,2 % на старших. Результат свидетельствует о способности студентов старших курсов проанализировать создавшуюся ситуацию, спланировать собственные действия, учитывая при этом прошлый опыт и имеющиеся ресурсы.

**Результаты диагностики совладающего поведения
(опросник «копинг-стратегии» – Р. Лазарус)**

№ п/п	Шкалы копинг-стратегий	Младшие курсы		Старшие курсы	
		Кол-во студентов	%	Кол-во студентов	%
1.	Конфронтация	9	9%	11	12,9%
2.	Дистанцирование	6	6%	5	5,8%
3.	Самоконтроль	11	11%	11	12,9%
4.	Поиск социальной поддержки	23	23,2%	20	23,5%
5.	Принятие ответственности	27	27,2%	6	7%
6.	Бегство-избегание	5	5%	-	-
7.	Планирование решения проблемы	18	18%	24	28,2%
8.	Положительная переоценка	9	9%	8	9,4%

По шкалам «Конфронтация», «Самоконтроль», «Дистанцирование», «Положительная переоценка» наблюдается незначительное различие в значениях, что позволяет считать отношение студентов-психологов к данным стратегиям поведения достаточно устойчивым, независимо от того, на младших или на старших курсах они обучаются.

Стратегию «Бегство-избегание» предпочли 5 % студентов младших курсов, в то время как у студентов старших курсов данная стратегия не выявлена.

Анализ результатов данного эмпирического исследования позволил сделать следующие *выводы*:

1. Для студентов-психологов характерно использование таких продуктивных копинг-стратегий, как: «планирование решения проблемы», «принятие ответственности», «поиск социальной поддержки». Неэффективные копинг-стратегии («бегство-избегание», «дистанцирование», «конфронтация») не популярны среди респондентов данной выборки.
2. Отметим, что студенты-психологи в своем большинстве стараются справиться с проблемой, используя все имеющиеся у них ресурсы для эффективного совладания с трудной жизненной ситуацией.

Копинг-стратегии, как важная составляющая жизни человека, все больше и больше привлекает внимание психологов. Интерес исследователей к этой проблеме также обусловлен значимостью данного конструкта для личностного роста и благополучия индивида. Сформированность эффективных поведенческих стратегий совладания позволит современному специалисту в области психолого-педагогической деятельности качественно и эффективно выполнять свои профессиональные обязанности.

Литература

1. Егорова М.А., Кузнецова О.В., Леонова О.И. Стажировочная площадка – пространство практико-ориентированной подготовки педагогических кадров // Педагогический журнал Башкортостана. 2013. № 1.

2. Никольская И.М., Грановская Р.М. Психологическая защита у детей. СПб., 2006.
3. Совладающее поведение: Современное состояние и перспективы/ под ред. А.Л. Журавлева, Т.Л. Крюковой, Е.А. Сергиенко. М., 2008.

Проблема здоровья в зарубежных исследованиях¹

Ботяновская И.В.

Ценность здоровья и его роль в жизнедеятельности человека всегда привлекает внимание исследователей из различных областей. Так, «отец» научного менеджмента Фредерик У. Тейлор (Frederick Winslow Taylor) включал здоровье в перечень важнейших характеристик специалиста, а основатель административной (классической) школы управления Анри Файоль (Henri Fayol) выводит здоровье, силу и ловкость на первое место из шести групп качеств, необходимых управленцу.

Психическое здоровье (mental health), являясь одним из компонентов здоровья, определяется как состояние благополучия, при котором каждый человек может реализовать свой собственный потенциал, справляться с обычными жизненными стрессами, продуктивно и плодотворно работать, а также вносить вклад в жизнь своего сообщества. Позитивный аспект психического здоровья подчеркнут Всемирной организацией здравоохранения в определении здоровья, которое содержится в ее уставе: «Здоровье является состоянием полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствием болезней и физических дефектов» (WHO, 2014).

В «Marmot Review» (2010) названы различные взаимодействующие факторы, определяющие здоровье и *благополучие*. Это такие факторы, как материальное положение, социальная среда, психосоциальные факторы, модели поведения и биологические факторы. В свою очередь, эти факторы определяются социальным положением, самой системой образования, профессией, уровнем доходов, полом (gender), этнической принадлежностью и расой. Названные факторы вытекают из общественно-политического, культурного и социального контекста.

Вместе с тем, несмотря на существование различных определений, авторами предлагаются три основных показателя:

- 1) *эмоциональное благополучие* (emotional wellbeing), в том числе счастье и уверенность, или, напротив, депрессии;
- 2) *психологическое благополучие* (psychological wellbeing), в том числе автономия, решение проблем, устойчивость, внимательность / вовлечение;
- 3) *социальное благополучие* (social wellbeing) – хорошие отношения с другими, и, наоборот, расстройства поведения, правонарушения, межличностное насилие и издевательства;

¹ Работа подготовлена в рамках совместного научного проекта РГНФ-БРФФИ № Г15Р-039

К этим трем показателям добавляется еще четвертый – *духовное благополучие* (spiritual wellbeing).

Операционализация термина «*психологическое благополучие*» представлена Peter Warr (2012), который говорит о 8-и эффективных моментах концептуализации и изменения благополучия.

Отмечается, что психологическое благополучие директоров школ и учителей имеет важное значение для благополучия подрастающего поколения. При этом психологическое благополучие взрослых рассматривается во взаимосвязи с различными факторами.

В исследовании взаимосвязи психологического благополучия и психологического дистресса принимали участие 1933 взрослых испытуемых. В качестве критериев психологического благополучия по результатам самоотчетов испытуемых выступили три показателя: это позитивные отношения с другими людьми, мастерство окружающей среды и удовлетворенность с жизнью. Также по трем шкалам определялись интегральный показатель и мера общего благополучия. В результате выявлены положительные корреляции психологического благополучия и отрицательной – с психологическим дистрессом – таких показателей, как наличие только взрослых членов семьи, необходимость разговаривать на иностранном языке (кроме английского дома), развод, низкая квалификация (отсутствие квалификации кроме средней школы), отсутствие возможности работать, низкий доход, сдача жилья в аренду и получение пенсии [3].

Профессиональный стресс рассматривается во многих исследованиях, при этом применяются такие понятия, как стресс на работе либо на рабочем месте. Он приводит к рискам здоровья работников и успеха всей организации, возникновению дисфункционального поведения, вносит свой вклад в отрицательное физическое и психическое здоровье. К основным стресс-факторам относят увеличение конкуренции, увеличением рабочих целей, страх потерять работу, организационные изменения, нехватка времени и места, непрерывное технологическое развитие, противоречивые запросы со стороны заинтересованных лиц, компьютеризация. Сотрудники, находящиеся в состоянии стресса, скорее всего, нездоровы, слабо мотивированы, работа для них представляется более опасной.

Работа, связанная со стрессом, связана также с такими организационными проблемами, как прогулы, высокая текучесть кадров, низкая производительность работы, снижение продуктивности деятельности. Это провоцирует несчастные случаи и ошибки на рабочем месте, злоупотребление алкоголем и наркотиками.

T.S. Ho Janice (1996) выявлено, что у учителей профессиональный стресс возникает в пяти основных областях: вопросы, связанные с ролью (например, перегрузка, конфликт, неоднозначность); общая удовлетворенность работой; удовлетворенность жизнью; поддержка руководителя (супервизора); проблемы дисциплины обучающихся. Выявлена положительная корреляция профессионального стресса и плохого состояния психологического здоровья (психологическое здоровье определялось при помощи General Health

Questionnaire (GHQ). Несмотря на отсутствие сильной корреляции между стрессом и удовлетворенностью отдыхом, выявлена достоверная корреляция общей удовлетворенности отдыхом с удовлетворенностью жизнью. Автором делается заключение о том, что релаксация может быть для некоторых учителей регулятором возникновения профессионального стресса [2].

Стресс на рабочем месте представляет собой основную проблему профессиональной безопасности и организационного благополучия (organizational well-being). При этом говорится о связи стресса работника с *выгоранием*, которое определяется как психологический синдром в ответ на хронические межличностные стрессоры на работе. Называются три основных признака синдрома выгорания: истощение; цинизм; чувство неэффективности в работе.

В исследовании Hermosa Rodriguez (2006) выявлено, что синдром выгорания наносит серьезный ущерб здоровью. Так, учителя не могут в повседневной жизни хорошо работать, не чувствуют желание учить, которые ранее были, когда учителя только начинали свою профессиональную карьеру. Кроме того, проблемы возникают в отношениях с учениками, коллегами по работе или любым другим лицом и, следовательно, ухудшается преподавание и школьная жизнь [1].

В исследовании Irvin Sam Schonfeld (2000) выявлена корреляция депрессивного симптома и удовлетворенности работой у учителей-молодых специалистов. Учителя, страдающие от синдрома выгорания, характеризуются непредсказуемостью и противоречивостью поведения. Они проявляют раздражительность и склонность обвинять других в ситуациях, в которых участвуют.

Вместе с тем, несмотря на значительное количество исследований выгорания, особенность соотношения психического здоровья, психологического благополучия, профессионального стресса, выгорания, депрессии имеет свою специфику в различных исследованиях. Общим же для всех исследований является единогласное признание наличие отрицательного влияния на личность и деятельность испытуемых.

Литература

1. *Hermosa Rodriguez A.M.* Satisfacción laboral y síndrome de «Burnout» en profesores de educación primaria y secundaria // Revista Colombiana de Psicología. 2006. № 15.
2. *Janice T.S. Ho.* Stress, health and leisure satisfaction: the case of teachers // International Journal of Educational Management. 1996. Vol. 10. Iss: 1.
3. *Winefield H.R., Gill T.K., Taylor A.W., Pilkington R.M.* Psychological well-being and psychological distress: is it necessary to measure both? URL: <http://www.psywb.com/content/2/1/3>.

Организация взрослой жизни молодых людей с тяжелыми ментальными нарушениями

Волкова О.О.

Последние годы российское общество предпринимает усилия для улучшения качества жизни лиц с инвалидностью. Федеральное законодательство

создает правовую основу для оказания качественной помощи людям с инвалидностью. Весной 2012 года Государственной Думой Российской Федерации ратифицирована Конвенция о правах инвалидов, что является подтверждением со стороны государственной власти курса на построение социального государства. В связи с этим намного выросла значимость деятельности по организации достойной взрослой жизни людей с инвалидностью. Одной из самых сложных групп людей с инвалидностью являются лица с тяжелыми интеллектуальными нарушениями и выраженными психическими расстройствами. Надо честно сказать, что у нас отсутствует государственная концепция сопровождения и поддержки таких людей после завершения ими школьного образования. В системе профессионального образования не существует концепции обучения профессиональным навыкам лиц с тяжелыми интеллектуальными нарушениями и выраженными психическими расстройствами, нет нормативов для организации такого обучения на базе учреждения профессионального образования. В то же время решать вопросы организации профессионального обучения для данной категории людей с инвалидностью надо незамедлительно. К этому подталкивает ситуация с расширением образовательных возможностей для данной категории детей в системе школьного образования. После окончания школы им некуда идти, многие из них оказываются вновь выброшенными из жизни. Система содействия занятости инвалидов данной категории совершенно неразвита, нет специалистов, нет опыта, нет четкой программы действий. Нет квалифицированных специалистов для медико-социальной экспертизы. В итоге мы имеем убогие ИПР, в которых вообще чаще всего нет рекомендаций по труду. А ведь труд является неотъемлемой частью взрослой жизни любого человека, и он гарантирован каждому Конституцией РФ. А что говорить о независимом от родителей проживании? Государство предлагает человеку с ментальными проблемами только одно место – психоневрологический интернат.

Уже на протяжении более чем 25 лет РБОО «Центр лечебной педагогики» оказывает помощь детям со сложной структурой дефекта. За эти годы очень многие дети выросли, повзрослели, и встала проблема организации их дальнейшей взрослой жизни.

В ГБПОУ «Технологический колледж № 21» с 2006 года по инициативе и при активном участии ЦЛП был начат инновационный проект, направленный на выстраивание модели организации достойной жизни молодых людей с выраженными психическими расстройствами. На базе колледжа был создан экспериментальный Центр социальной адаптации и профессиональной подготовки для молодых людей с выраженными психическими расстройствами (с такими диагнозами, как ранний детский аутизм, глубокая умственная отсталость, органическое поражение мозга, шизофрения, генетические синдромы и др.). До этого ни в одном государственном образовательном учреждении Москвы (и России в целом) не обучались профессиональным навыкам уча-

щиеся со столь сложными ограничениями. Известно много примеров социальных мастерских, созданных на базе общественных организаций, которые скорее носят характер центров дневного пребывания для людей с инвалидностью, чем места их профессионального обучения и в дальнейшем – поддерживаемого трудоустройства. Сейчас в пяти мастерских нашего Центра обучаются 125 молодых людей с I и II группами инвалидности, 14 выпускников работают на адаптационных рабочих местах. С сентября этого года открыта новая группа – обучение молодых людей с РАС по профессии «Оператор электронно-вычислительных и вычислительных машин».

Опыт специалистов Технологического колледжа № 21 и РБОО «Центр лечебной педагогики» показал, что при правильной организации обучения молодых людей из целевой группы профессиональным навыкам и при соответствующем психолого-педагогическом сопровождении их умения и навыки могут быть доведены до необходимого профессионального уровня, что делает производимую ими продукцию конкурентоспособной. Обучение в условиях творческих ремесленных мастерских позволяет не только обучить учащихся навыкам традиционных ремесел, но творчество, осознание собственной успешности на этом поприще является колоссальным стимулом для молодого человека в его личностном развитии.

При организации процесса обучения профессиональным навыкам молодых людей с выраженными психическими расстройствами мы столкнулись с необходимостью разработки и утверждения нормативно-правовых условий функционирования специального подразделения колледжа или любого другого типа учреждения профессионального образования. Наполняемость групп должна быть не более 6 человек (как и для классов детей со сложной структурой дефекта). В каждой группе помимо мастера должен быть воспитатель. Нормы ставок психолога в таких подразделениях должны быть не менее одного на 2 группы обучающихся. Должно быть предусмотрено наличие дефектологов, социальных педагогов. В обязательном порядке должна быть отлажена система психолого-педагогического консультирования родителей обучающихся с привлечением психологов, специализирующихся на этой деятельности. Мы столкнулись с тем, что для многих обучающихся необходимо постоянное индивидуальное сопровождение. В статье 79 п. 3 Закона об образовании в Российской Федерации, принятом Госдумой и одобренном Советом Федерации в декабре 2012 года, говорится, что «под специальными условиями для получения образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья понимаются условия обучения, воспитания и развития таких обучающихся, включающие в себя <...> предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую помощь». Такой помощник должен быть обязательно предусмотрен при организации обучения лиц с выраженными психическими расстройствами.

Конечно, особого внимания требует организация трудовой занятости выпускников с такими тяжелыми ограничениями жизнедеятельности. Не секрет, что люди с более легкими формами инвалидности не могут устроиться на работу на открытом рынке в условиях жесткой конкуренции и отсутствия у работодателя экономических стимулов приема работников-инвалидов. Для этого надо, во-первых, внедрять в России систему поддерживаемого трудоустройства, финансируемую за счет государственных социальных программ (которая успешно действует во всем мире), а во-вторых, создавать социальные интегративные предприятия с рабочими местами для особых людей.

В зависимости от индивидуальных возможностей людей с ментальной инвалидностью, им могут быть предложены различные формы трудовой занятости, а именно:

- работа на открытом рынке (с сопровождением в том объеме, какой требуется) в условиях системы поддерживаемого трудоустройства; у нас есть опыт трудоустройства нескольких ребят на предприятиях открытого рынка, но это единичные случаи;
- работа в условиях специализированного предприятия для людей с инвалидностью, где работают и обычные люди, или в условиях специализированных участков предприятий открытого рынка с рабочими местами для инвалидов; в Москве есть социальное предприятие «Наивно?Очень» с рабочими местами для наших выпускников и имеется опыт создания специализированного участка с рабочими местами для них на обычном коммерческом предприятии;
- трудовая занятость в Центрах дневной занятости (в том числе группы дневного пребывания с усиленной общественно-полезной занятостью в НКО). Есть опыт МОО «Дорога в мир» – мастерская «Сундук».

Но все эти формы возможны, только если будет обеспечено сопровождение людей с ментальными нарушениями. Поэтому краеугольным камнем успешной трудовой занятости является выстраивание системы поддерживаемого трудоустройства.

Наши предложения:

- разрабатывать и создавать систему сопровождения молодых людей с инвалидностью во время профессионального обучения и дальнейшей трудовой занятости с использованием мирового опыта поддерживаемого трудоустройства.
- параллельно надо запустить пилотные проекты производственных центров на базе ОУ, имеющих опыт работы с инвалидами, где проходила бы социально-трудовая адаптация выпускников и кого-то можно было бы постепенно трудоустраивать на открытом рынке с сопровождением.

И, наконец, наиболее остро стоит проблема организации поддерживаемого проживания взрослых людей с тяжелыми ментальными проблемами. Пока государство предлагает им только проживание в психоневрологическом ин-

тернате. Все альтернативные модели с огромным трудом создаются силами общественных организаций и энтузиастов. У нас в колледже уже несколько лет в сотрудничестве с РБОО «Центр лечебной педагогики» реализуется проект «Тренировочная квартира» на территории общежития колледжа. Прорабатываются возможности организации групповых домов в Подмосковье.

Опыт показывает, что ощущение себя полезным людям, могущим зарабатывать хоть небольшие, но собственные деньги, ощущение себя взрослым, живущим отдельно от родителей (хотя бы и в течение двух месяцев) настолько сильно дает толчок для развития личности, что все усилия по созданию условий для организации этой жизни окупаются сторицей.

Трудоголизм как профессиональная деформация у взрослых

Галуза А.В.

Развитие личности в процессе трудовой деятельности, влияние профессиональной роли на психологию личности, формирование ее мировоззрения, ценностных установок, профессионального типа характера – это достаточно актуальная проблема для современной психологии и практики работы с людьми. Однако бывают случаи, когда особенности деятельности не только не помогают человеку развиваться, но и способствуют деградации его как специалиста. Это способно приводить к малоэффективному исполнению профессиональных обязанностей.

Понятие «трудоголизм» впервые было введено в психологическую литературу Уэйном Оутсом, который определял его как страсть к работе, сильную, неконтролируемую потребность непрерывно работать. Трудоголизм характеризуется тенденцией работать чрезмерно усердно, а также одержимостью работой, проявляющейся в ее навязчивости. Работники, проявляющие трудоголизм, работают больше и усерднее, чем их коллеги и чем это необходимо для достижения целей организации, а, следовательно, они тратят слишком много времени и энергии на работу, пренебрегая тем самым другими сферами жизни. Они постоянно думают о своей работе и испытывают сильное и неконтролируемое внутреннее стремление (драйв) работать усердно.

Трудоголизм имеет мало общего с истинной любовью к работе или с искренним желанием внести свой вклад в достижение организационных целей. Трудоголики много и усердно работают, потому что они должны это делать. В этом смысле трудоголика что-то изнутри как бы подталкивает. Не занимаясь работой, они чувствуют себя плохо, переживают такие негативные эмоции, как раздражение, тревогу, стыд и чувство вины. Очевидно, трудоголики пытаются избежать этих негативных эмоций, поэтому «бросаются» в работу. Наиболее общее определение трудоголизма дала К. Скотт с коллегами, определив трудоголика как человека, который:

- 1) тратит значительное количество времени на деятельность, связанную с работой, что приводит к негативным последствиям для семьи и других видов деятельности;
- 2) продолжает концентрироваться на работе, даже если не находится на рабочем месте, и
- 3) работает больше, чем от него требуется для достижения организационных целей [2].

Причиной трудоголизма может стать система, в которой человек работает. Признаки такой системы: принятые в организации изоляция, нечестность, отрицание, эгоцентричность, дуализм, чувство грандиозности, проекции, подавление чувств, стремление к контролю. Такая система ограничивает способность к самостоятельному мышлению, имеют тенденцию накапливать проблемы, но не решать их, культивируют сверхценное отношение к количественным показателям работы (отчетам и рапортам) и мелочный контроль.

Если здоровая поведенческая модель привносит в жизнь что-то конструктивное, то аддикция забирает это из жизни. Трудоголизм, рассматриваемый как форма аддикции, может быть представлен на трех уровнях:

1. Аффективный компонент. Трудоголики чаще получают удовольствие от процесса работы. При этом отсутствие работы вызывает у них отрицательные эмоции, основными из которых являются чувство вины и тревога.
2. Когнитивный компонент. Он отражает когнитивные процессы, которые побуждают трудоголиков работать чрезмерно. Основным когнитивным элементом, характеризующим трудоголизм, является навязчивость работы, которую они не могут подавлять и контролировать, даже зная, что в чрезмерной работе нет необходимости.
3. Поведенческий компонент. К поведенческому компоненту трудоголизма можно отнести чрезмерную вовлеченность в работу, которая проявляется в большом количестве и в чрезмерном проникновении работы в личную жизнь. Таким образом, трудоголики – это люди, которые получают удовольствие от процесса работы, одержимы работой и посвящают много времени, в том числе личного, работе. Другими словами, эмоции, мысли и поведение трудоголиков в основном связаны с их работой [1].

Трудоголизм затрагивает эмоционально-волевую сферу, снижает способность к эмпатии, усиливает эмоциональную опустошенность, в результате чего возникают характерные личностные изменения. В психологическом состоянии аддикта доминирует состояние тревоги, которое не покидает трудоголика ни во время работы, ни в минуты отдыха.

Если трудоголиком является человек, работающий в профессиональной системе «человек – человек» (врач, педагоги, менеджеры, психиатры, психологи, социальные работники, священнослужители, юристы), трудоголизм является основной причиной психоэмоционального выгорания. Установлена прямая корреляция изменений, связанных с выгоранием и характером про-

фессиональной деятельности, сопряженной с ответственностью за судьбу, здоровье, жизнь людей. Эти изменения являются результатом воздействия продолжительного профессионального стресса.

Профессиональная деятельность человека – одно из ведущих проявлений активной личности. Она влечет за собой профессиональное развитие работника, что обуславливает формирование профессионального типа личности. Личность человека видоизменяется под воздействием структурных и содержательных аспектов его профессиональной деятельности, таким образом, возникает профессиональная деформация личности специалиста.

Профессиональная деформация личности – это изменения качеств личности (стереотипов восприятия, ценностных ориентаций, характера, способов общения и поведения), которые появляются под влиянием выполнения профессиональной роли.

Д. Трунов феномен профессиональной деформации определяет, как проникновение «Я – профессионального» в «Я – человеческое», имея в виду, что при профессиональной деформации воздействие профессиональных рамок и установок не ограничивается исключительно профессиональной сферой. Можно сказать, что после выхода человека из профессиональной ситуации не происходит его естественного «выпрямления», поэтому даже в личной жизни человек продолжает нести на себе «деформирующий отпечаток» своей профессии [3].

Профессиональная деформация может отличаться своей направленностью, носить положительный или отрицательный характер. Положительное, воспитывающее влияние профессиональной деятельности проявляется в опыте, навыках и умениях, интересах и потребностях, в добросовестном отношении к труду, дисциплинированности и других положительных чертах характера. Негативное влияние профессиональной деятельности проявляется в отрицательных сторонах характера, установках и т.п. Профессиональная деформация личности может носить эпизодический или устойчивый, поверхностный или глобальный характер.

Профессиональные деформации личности детерминируются объективными и субъективными факторами.

К объективным факторам можно отнести: содержание профессиональной деятельности и общения; условия выполнения профессиональных обязанностей; факторы, связанные с социальной средой (например, социально-экономические условия жизнедеятельности, повышенная юридическая регламентация труда, многосторонний социальный контроль со стороны государственных и общественных органов, частный конфликтный характер взаимодействий работника с гражданами).

К объективно-субъективным факторам относятся система и организация профессиональной деятельности, качество управления, стиль управления и профессионализм руководителей.

К субъективным факторам относятся онтогенетические изменения, возрастная динамика, индивидуально-психологические особенности, характер профессиональных взаимоотношений, кризисы профессионального становления личности, служебная необходимость идентифицировать себя с патологическим внутренним миром других людей для их лучшего понимания.

Деформация является следствием эмоционального выгорания, когда защитные механизмы ослабевают настолько, что работник не может противостоять губительным факторам и начинается процесс разрушения личности.

Проявления профессиональной деформации имеют место во внешней среде профессиональной деятельности, взаимодействии с объектом деятельности, во внутрисистемном общении, совместном выполнении служебных задач с другими работниками, контактах с руководителем, а также и в среде непрофессиональной деятельности, даже может проявиться в физическом облике.

К последствиям профессиональных деформаций относят:

- отставание в профессиональном развитии по сравнению с возрастными социальными нормами (запоздалое профессиональное самоопределение, несоответствующий выбор профессии);
- несформированность профессиональной деятельности, необходимых нравственных представлений, недостаточный профессионализм и квалификация и др.;
- упрощенность профессиональной деятельности, мотивационная недостаточность, слабая удовлетворенность трудом;
- ценностная дезориентация и потеря нравственных ориентиров в труде;
- рассогласованность отдельных звеньев профессионального развития; ослабление профессиональных данных (уменьшение профессиональных способностей, снижение работоспособности и т.д.);
- утрата трудовых и профессиональных умений и навыков, профессионализма и квалификации, временная потеря трудоспособности, резкое снижение эффективности труда и удовлетворенности трудом;
- отклонение от социальных и индивидуальных норм профессионального развития, проявления деформации личности (эмоциональное истощение, стремление манипулировать людьми, деформация профессионального сознания и др.);
- прекращение профессионального развития из-за профессионального заблуждения, длительной или постоянной нетрудоспособности.

Эти и другие отклонения в профессиональном развитии приводят к депрофессионализации.

Анализ характеристик трудоголизма показывает, что его можно отнести к неспецифической профессиональной деформации, учитывая, что страсть к работе проявляется в трудовой деятельности и приводит к изменениям качеств личности (стереотипов восприятия, ценностных ориентаций, характера, способов общения и поведения).

Уточнение теоретического конструкта «трудоголизм» поможет решить вопрос с его измерением, так как созданные на сегодняшний момент опросники показывают противоречивые данные.

Литература

1. *Ловаков А.В.* Трудоголизм: понятие, методики измерения, предикторы и последствия // Организационная психология. 2012. Т. 2. № 4.
2. *Никифоров Г.С.* Психология здоровья. СПб., 2002.
3. *Трунов Д.* И снова о «профессиональной деформации»... // Психологическая газета. 2004. № 6.

Психологическое сопровождение взрослых женщин с трудностями брачного поведения

Гонта А.В.

В современных социологических, экономических, психологических научных работах можно заметить обеспокоенность исследователей трансформацией брачного поведения в постсоветском обществе. Молодые люди не стремятся вступать в брак, так как нет строгих моральных правил насчет сожителства, следовательно, отсутствует острая необходимость заключать брак для удовлетворения сексуальных потребностей, избегания одиночества или отделения от родительской семьи. Многие стремятся сначала построить карьеру и лишь затем, возможно, создать семью и произвести на свет потомство. Следует также отметить, что в последнее время в социологии стало обсуждаться явление «чайлдфри». «Чайлдфри», в переводе с английского, означает «свободный от детей» – это субкультура и идеология, характеризующаяся сознательным нежеланием иметь детей. Основная идея «чайлдфри» – отказ от детей во имя личной свободы и пропаганда бездетного образа жизни [1].

Однако есть категория мужчин и женщин, которые в силу определенных обстоятельств или выбора не создали семью в юности и молодости и впервые планируют вступить в брак, будучи взрослыми людьми. Тенденция к заключению так называемых поздних браков появилась и в Беларуси, и в странах ближнего зарубежья, как и в Европе, и США. Этому способствует ряд причин финансово-экономического и социального характера. Во взрослости присутствуют финансовая стабильность, построенная карьера, высокая мотивация именно на создание семьи, в отличие от юности, где нередки мотивы самореализации за счет кого-то, демонстрации идеи любви, легализации сексуальных отношений. В зрелом браке повышается вероятность того, что он будет единственным, появляется желание отдавать, созидать свою семью. По-прежнему в обыденном сознании мужчина после тридцати пяти лет воспринимается как завидный жених, а женщина как упустившая свой шанс. Как известно, «спрос рождает предложение», и, если появляются такие бизнес-проекты, как школы

будущих невест, в которых женщину учат знакомиться, выбирать и привлекать мужчину, информируют о типичных ошибках в выборе партнера, следовательно, есть заказчик подобной помощи. Несмотря на то, что в молодости обычно человек может решить этот вопрос самостоятельно или посетить клубы экспресс-свиданий, познакомиться в социальных сетях, поток молодых людей и девушек на прием к психологу не иссякает. Во взрослом возрасте одинокие мужчины и женщины сталкиваются с рядом субъективных и объективных трудностей в этой сфере. Все чаще на консультацию к психологу приходят женщины, которые признают свою неспособность самостоятельно справиться с одиночеством и что-то изменить в данном вопросе. Данный жизненный кризис отражает эмоциональное состояние таких клиенток, которое обычно окрашено в негативные тона: они подавлены, ожесточены или агрессивно настроены. При этом у них есть установка на брак, стабильные семейные отношения. Следует отметить, что под понятие «одинокая женщина» могут подпадать: 1. Женщины, которые не имели потребности вступать в брак и осознанно не создавали семью. 2. Женщины, которые имели такую потребность, но не смогли ее удовлетворить. 3. Женщины, которые были в длительных отношениях или в браке и больше не имеют желания создавать новую семью. Несмотря на то, что согласно данным национального статистического комитета Республики Беларусь в январе – июне 2015 г. на **1000 браков** приходилось 520 разводов, склонность женщин из второй группы к созданию семьи остается неизменной. Собственно они и являются основной категорией, прибегающей к психологической помощи.

Безусловно, существуют объективные причины женского одиночества, однако в данной статье хочется остановиться на тех субъективных препятствиях, которые могут мешать в достижении заветной цели. Мы находимся только в начале исследования, но уже сейчас можно предположить, что проблемы, связанные с удовлетворением потребности в браке, поиском и выбором партнера, могут рассматриваться на нескольких уровнях:

- личностном, связанном со структурой характера и самосознанием [2];
- межличностном, представленном ролевой позицией в отношениях [2];
- семейном, включающем в себя установки и семейное «послание» индивиду про отношения, супружество и родительство;
- уровне индивидуального жизненного пути, который может содержать травматический опыт.

В ходе исследования, проводимого на кафедре социальной и семейной психологии, осуществляется изучение жизненных историй и личности женщин, обратившихся за помощью, на каждом обозначенном уровне. Опираясь на имеющиеся работы в данной области и полученные нами результаты, планируется создать программу психологического сопровождения взрослых женщин, испытывающих трудности с удовлетворением брачной потребности.

На данном этапе разработок программа включает в себя три блока:

1. Работа с личностным развитием женщины, коррекция самооотношения и установок (средствами индивидуального консультирования и групповой работы);
2. Работа с семейной системой (психодраматические техники, системные семейные расстановки);
3. Работа с выработкой эффективных моделей поведения (психодрама и коучинг).

Иными словами, в работе с женским одиночеством необходимо «содействовать укреплению чувства личного контроля женщины над ее социальными связями, а также выбору оптимальной стратегии совладания с одиночеством. Этими стратегиями могут быть: 1) изменение наличной ситуации методами оптимизации социальной сети; 2) изменение отношения женщины к ситуации одиночества; 3) самоизменение» [2].

Таким образом, следует отметить актуальность рассматриваемой темы в связи с трансформацией брачного поведения в обществе. Несмотря на ряд преимуществ взрослого возраста, поиск партнера и создание семьи в данный период осложняется рядом специфических аспектов. Трудности матримониального поведения, с которыми обращаются к психологу женщины после 30–35 лет, требуют от специалиста использовать феноменологический анализ жизненного пути, установок и моделей поведения клиента, а также предполагают создание эффективной программы его психологического сопровождения.

Литература

1. Антонова Ю.А. Коммуникативные стратегии в текстах, репрезентирующих идеологию childfree: на грани экстремизма / Ю.А. Антонова // Политическая лингвистика. – 2013. – № 2 (44). – С. 170–177.
2. Цветкова Н. Личностные особенности одиноких женщин, обращающихся за психологической помощью / Н. Цветкова // Женщина в российском обществе. – 2014. – № 3. – С. 61–72.

Кризисы жизненного пути взрослой личности в семейной сфере

Елизаров А.Н.

В возрастной психологии, когда говорят о развитии, в качестве компонента его анализа выделяют норму, задающую социальную ситуацию развития. В этом случае речь идет о нормативных кризисах, то есть о кризисах, определяемых нормой. Между тем, анализ отношений в современной семье, осуществленный Т.А. Гребенщиковой, наводит на мысль о развитии, в котором ситуация развития задается не нормой, а психическим отражением субъекта или сосубъекта. В этом случае оправдано говорить о ненормативном кризисе семьи, то есть о кризисе, определяемом не нормой, а психическим отражением

субъекта или сосубъекта. В этом случае психическое отражение субъекта или сосубъекта задает личности социальную ситуацию развития. Психическое отражение субъекта или сосубъекта в случае ненормативного кризиса семьи определяет активность субъекта или сосубъекта по отношению к личности партнера, и во взаимодействии, обусловленном этой активностью, возможно формирование норм. Таким образом, кризисы жизненного пути взрослой личности в семейной сфере бывают нормативные и ненормативные.

А.В. Губенко указывает на факт существования официальных и неофициальных норм, которые в ситуации кризиса нормативной культуры могут оказываться в отношениях противоречия [2]. А.В. Губенко пишет о том, что в условиях кризиса нормативной культуры личность оказывается в сети противоречивых формальных и неформальных правил [2]. Таким образом, нормативные кризисы жизненного пути взрослой личности в семейной сфере могут быть официально и неофициально обусловленными, указывать на необходимость освоения формальных или неформальных правил. При этом можно говорить о противоречивости кризисов жизненного пути взрослой личности как о критерии кризиса нормативной культуры, когда социальную ситуацию развития задают несколько находящихся в отношении противоречия норм.

Если говорить о способности личности в ситуации кризиса жизненного пути, обусловленного семейными обстоятельствами, формулировать, создавать нормы, то сначала это будут неформальные (неофициальные) нормы, а затем соответствующая активность отвечающих за управление нормативной культурой в обществе социальных институтов может привести и к тому, что эти нормы получают статус формальной (официальной) нормы. Придание норме статуса формальной (официальной) нормы включает в себя правовой и этический (философский) аспекты. При этом этический (философский) аспект предшествует правовому, обеспечивает ему базу.

Исследование, осуществленное А.В. Губенко, позволяет выделить два типа норм: 1) нормы относительно целей; 2) нормы относительно средств достижения этих целей [2].

Исследование, осуществленное А.В. Быковым, наводит на мысль о том, что решения, принимаемые в кризисе, могут быть прогрессивными или регрессивными. В прогрессивных решениях человек добивается достижений, в регрессивных – терпит неудачу. В результате будущее получается «несколько лучше или хуже, но в любом случае – измененное» [1].

К.В. Карпинский, исследуя механизмы и закономерности поиска, обретения и осуществления личностью смысла жизни по ходу индивидуального жизненного пути, в структуре данного процесса выделяет позитивный аспект, связанный с изучением конструктивных функций смысла жизни, и негативный аспект, связанный с исследованием деструктивных последствий смысло-жизненного кризиса в личностном развитии человека [3]. Позитивный аспект

выявляет взаимосвязи смысла жизни с самоактуализацией, оптимизмом, субъективным благополучием, удовлетворенностью жизнью, жизнестойкостью и адаптивными свойствами личности. Негативный аспект раскрывает механизмы и закономерности пагубного влияния кризиса смысла жизни на личностное развитие, психосоматическое здоровье и поведение человека [3]. Анализ, осуществленный К.В. Карпинским, позволяет говорить о позитивных и негативных последствиях кризиса для личностного развития человека.

Исследования, осуществленные А.В. Быковым и К.В. Карпинским, позволяют поставить вопрос, могут ли прогрессивные решения, принимаемые в кризисе, иметь негативные последствия для личностного развития человека, и наоборот, регрессивные решения, принимаемые в кризисе, иметь прогрессивные последствия для личностного развития человека. Исследования, осуществленные нами самостоятельно и совместно со студентами факультета психологии и управления человеческими ресурсами Московского государственного гуманитарного университета имени М.А. Шолохова, свидетельствуют о том, что такие факты действительно могут иметь место.

В наших исследованиях в качестве нормы, требующей освоения, выступает духовность. Наше представление о духовности формировалось под влиянием идей П.В. Симонова. Идеи эти пользовались авторитетом в тот период, когда мы окончили факультет психологии Московского государственного университета имени М.В. Ломоносова (1989 год). Например, словарь «Психология» под редакцией А.В. Петровского и М.Г. Ярошевского, вышедший в 1990 году, определяет духовность именно так, как ее понимает П.В. Симонов: «Духовность с материалистической точки зрения обозначает индивидуальную выраженность в системе мотивов личности двух фундаментальных потребностей: идеальной потребности познания и социальной потребности жить, действовать «для других»». В эмпирических исследованиях нами были получены психологические обобщения, свидетельствующие о том, что духовность (как мы ее понимаем) положительно связана с рядом особенностей семейной жизни. Во-первых, в семьях с высокой степенью духовности родителей статистически значимо реже приходится сталкиваться с родительско-юношеским конфликтом, в основе которого лежит девиантное поведение ребенка (различия статистически значимы при $p < 0,001$). Во-вторых, получены эмпирические данные, свидетельствующие в пользу того, что в семьях с высокой степенью духовности супругов наблюдаются наиболее благоприятные показатели по сплоченности – семья либо разделенная, либо объединенная; наоборот, если значение для супругов духовных ценностных ориентаций сравнительно невелико, то в этих супружеских парах наблюдаются неблагоприятные показатели по сплоченности – семья разобщенная либо запутанная. В-третьих, установлено, что в семьях, где супружеская любовь сочетается с доминированием в иерархически организованной структуре ценностных ориентаций личности супругов духовных ценностных ориентаций, по сравнению с семьями, где супружеская любовь сочетается с доминированием в иерархически

организованной структуре ценностных ориентаций личности супругов витальных или аффилиативных ценностных ориентаций, более выражены: а) ролевые ожидания мужа, что жена будет исполнять роль «семейного психотерапевта» (различие статистически значимо при уровне значимости 0,01); б) ролевые ожидания жены, что муж будет исполнять роль «семейного психотерапевта» (различие статистически значимо при уровне значимости 0,02); в) стремление мужа быть «семейным психотерапевтом» (различие статистически значимо при уровне значимости 0,05); г) стремление жены быть «семейным психотерапевтом» (различие статистически значимо при уровне значимости 0,02). В-четвертых, установлено, что, чем более значимы для супругов духовные ценности, тем реже они сталкиваются с неприятными событиями ($p < 0,001$). Однако в большинстве случаев нам не удалось получить результаты, которые свидетельствовали бы в пользу наличия взаимосвязи между духовностью супругов и их удовлетворенностью браком (за исключением случая, когда в качестве индикатора духовности рассматривалась степень воцерковленности семьи). Даже наоборот – некоторые результаты косвенно свидетельствуют об обратном. Осуществленные нами совместно со студентами факультета психологии и управления человеческими ресурсами Московского государственного гуманитарного университета имени М.А. Шолохова исследования навели нас на мысль, что проблемой духовных людей является личностная идентификация с партнером по общению. Это снижает степень психотерапевтичности общения и, как результат, приводит к невысоким (по сравнению с тем, что можно было бы ожидать) показателям по удовлетворенности супругов браком. Таким образом, прогрессивное решение, принимаемое в кризисе, может иметь, наряду с позитивными, и негативные последствия для личностного развития человека. Духовность может быть связана с низкой степенью психотерапевтичности в общении, слабой способностью к личностной идентификации с партнером по общению. Рассматривая то или иное психологическое свойство личности в качестве нормы, следует обращать внимание на возможные негативные последствия освоения этой нормы для личностного развития человека. В наших исследованиях (где в качестве нормы, требующей освоения, рассматривается духовность) это привело нас к потребности поставить задачу разрешения проблемы эстетически идеальных, чутких и психотерапевтичных отношений между мужчиной и женщиной. То есть в качестве норм, требующих освоения, мы стали рассматривать: 1) духовность; 2) чуткость; 3) психотерапевтичность; 4) эстетичность отношений. Качественные исследования позволили нам выделить следующие понятийные единицы, с помощью которых можно изучать чуткость: 1) внимание к партнеру; 2) принятие партнера; 3) понимание партнера; 4) обмен информацией с партнером; 5) потребность испытывать ту или иную эмоцию в отношениях с партнером; 6) потребность осуществлять обмен теми или иными эмоциями в отношениях с партнером. Под принятием мы имеем в виду то, насколько субъект позволяет партнеру быть элементом своего социально-психологического пространства личности, не изгоняет его из этого пространства.

Анализ проблем внимания к партнеру, понимания партнера, обмена информацией в отношениях с партнером, обмена эмоциями в отношениях с партнером позволил нам поставить задачу разрешения проблемы характера отношения любви. Любовь мы склонны определять и описывать как разновидность психического отражения. Согласно системному подходу в психологии в этом отражении можно выделить: 1) этапы; 2) уровни; 3) системообразующий фактор. Анализ теории семейных систем М. Боуэна наводит на мысль, что любовь как психическое отражение начинается с эмоции. В нашем анализе феномена любви мы, опираясь на теорию семейных систем М. Боуэна и достижения отечественной психологической науки, разрабатываем концепцию о четырех формах существования эмоции (по степени ее осознанности): 1) эмоция (на уровне бессознательного); 2) чувство (минимально осознанная эмоция – только осознание эмоции); 3) переживание (эмоция в составе субъективной картины мира или его фрагмента, то есть эмоция, погруженная в чувственную ткань сознания); 4) отношение – образный компонент (чувственная ткань) дополнен понятийным (значения и смыслы) и волевым (действия). Эти четыре формы существования эмоции соответствуют четырем уровням осознанности явления (в данном случае – эмоции). В зависимости от различных сочетаний вариаций этих компонентов мы считаем возможным говорить о характере отношения любви. Таким образом, мы определяем любовь как психическое отражение, первичной формой существования которого является эмоция, а высшей формой – субъективное отношение личности.

Осуществленное нами качественное исследование психотерапевтического социально-психологического пространства личности наводит на мысль об эмоциональном состоянии спокойствия как системообразующем факторе в структуре отношений между видами эмоционального состояния психотерапевтического в общении человека. Мы полагаем, что эмоциональное состояние спокойствия (покоя) может лежать в основе отношения любви, определяя его психотерапевтичность. Эмоцию покоя можно: 1) желать; 2) достигать; 3) испытывать в отношениях с партнером; 4) делать предметом обмена эмоциями в отношениях с партнером; 5) закладывать в основу отношения любви. Это может вызывать: 1) чувство восхищения; 2) ауто телическое переживание (психологическое состояние потока). Таким образом, мы выходим на новую норму, задающую социальную ситуацию развития взрослой личности в семейной сфере, – эмоциональное состояние спокойствия. Психотерапевтичность в общении в этом случае будет нормой относительно *целей*, а эмоциональное состояние спокойствия – нормой относительно *средств* достижения этой цели.

Литература

1. *Быков А.В.* Особенности волевой регуляции в кризисные периоды развития личности // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки. 2012. № 1.
2. *Губенко А.В.* Личность в условиях нормативного кризиса // Мир психологии. 2012. № 4.
3. *Карпинский К.В.* Феноменология смысло-жизненного кризиса в развитии личности // Мир психологии. 2012. № 3.

Совладание со стрессом в близких отношениях и психологическое благополучие взрослой личности¹

Екимчик О.А., Сапыуз А.А.

Удовлетворяющие близкие отношения являются одним из условий психологического благополучия взрослого человека [4; 7]. При этом стоит отметить, что психология близких отношений мужчины и женщины в отечественной науке только начинает разрабатываться (Е.В. Вараксина, Т.П. Григорова, О.А. Екимчик, Т.В. Казанцева, Т.Е. Карташова, А.А. Кроник, Е.А. Кроник, Т.Л. Крюкова, С.Н. Скворцова, Е.Н. Стрижова, Н.С. Шипова (Смирнова), Е.Б. Шумский, Е.М. Шутова). Мы понимаем под близкими отношениями частный случай диадических отношений между мужчиной и женщиной, характеризующихся высокой избирательностью и относительной устойчивостью, основанных на сильных положительных или амбивалентных эмоциях, физиологически обусловленных сексуальными потребностями и выражающихся в стремлении каждого из партнеров быть уверенным во взаимности чувств [1; 6].

Необходимо отметить, что близкие отношения человека могут сопровождаться переживанием стресса, так как партнеры в них взаимозависимы [5], эмоциональны и открыты, и, как следствие, более уязвимы, ранимы, нуждаются в поддержке и принятии со стороны друг друга (L. Campbell, S.D. Lackenbauer, A. Muise).

Жизнестойкость и качество близких диадических отношений мужчины и женщины зависит от продуктивности совладания со стрессорами, сопровождающими близкие отношения: ревность, измена, конфликты, разлука, разрыв, деструктивная привязанность, одиночество и другие. Но при изучении стрессоров необходимо учитывать специфику межличностных отношений (романтические отношения либо супружеские). Проблема стрессоров межличностных отношений мужчины и женщины, совладания с ними разработана, на наш взгляд, односторонне. Есть ряд работ, посвященных стрессорам в супружеских отношениях и способам их преодоления (Е.Л. Калугина, Т.Л. Крюкова, Е.В. Куфтяк, М.В. Сапоровская, М.А. Сизова) [2]. Имеется ряд отдельных исследований изучения стресса и совладания с ним в романтических, добрачных отношениях: представления в юношеском возрасте о трудностях в романтических отношениях и совладании с ними (К.А. Бочавер); совладание с деструктивной привязанностью в романтических отношениях (Т.П. Григорова); привязанность и стресс разлуки в дистантных романтических отношениях (М.С. Pistole, A. Roberts, M.L. Charman) [1]. Хотя зачастую именно на основе романтических отношений партнеры пытаются выстроить свои супружеские отношения.

Таким образом, мы можем констатировать недостаточность разработки проблемы совладания со стрессорами в близких отношениях мужчины и жен-

¹ Исследование выполнено при финансовой поддержке Гранта Президента РФ для государственной поддержки молодых российских ученых кандидатов наук МК- 7109.2015.6.

щины, основанных на любви, как условия психологического благополучия взрослой личности.

Наше исследование посвящено отдельному аспекту обозначенной проблемы, а именно, изучению особенностей совладания со стрессорами ревности и разрыва отношений. Стрессогенность ревности заключается в наличии реальной или условной опасности потерять значимые близкие отношения, стрессогенность разрыва – в факте утраты этих отношений. Если проблема совладания с ревностью так или иначе уже анализировалась в некоторых работах (Р. Хупка, О.А. Екимчик, Н.С. Шипова (Смирнова)), то проблема совладания с разрывом практически не изучена [1].

Цель: выявить особенности совладания в близких отношениях со стрессорами ревности и разрыва.

Гипотеза: разрыв отношений как более стрессогенное событие несет большую угрозу психологическому благополучию человека и требует больших усилий для совладания, чем ревность.

Выборка: 27 человек (13 женщин и 14 мужчин) возраста от 18 до 25 лет. Три респондента отказались принять участие в исследовании, таким образом, выборку нашего исследования составили 24 человека (12 женщин и 12 мужчин). Средний возраст испытуемых 20,6 лет. В исследовании было разделение выборки на две группы: в первую группу входило 12 испытуемых (6 девушек и 6 юношей), которые состоят в романтических отношениях (минимальный срок – 3 месяца, максимальный – 3 года, средний стаж 1,5 года) и сталкивались в романтических отношениях с чувством ревности. Во вторую группу вошли 12 испытуемых (6 девушек и 6 юношей), которые столкнулись с ситуацией разрыва романтических отношений (минимальный срок – 2 месяца, максимальный – 4 года, средний стаж 1,5 года) за последние 1,5 года.

Методы: 1) Опросник реакций на ревность/разрыв (Э. Пайнс, К. Маслач) [3]; 2) Опросник способов совладания (Brief COPE – Carver, C.S); 3) интервью.

В ходе исследования были получены следующие результаты. При переживании разрыва отношений у респондентов оказались более выражены следующие реакции ($0,01 < p < 0,05$): головная боль, депрессия, чувство вины, горе, снижение самооценки, боль. Анализ интервью также показал, что физиологические проявления стресса чаще присутствуют при разрыве отношений ($\phi=1,692$; $p=0,045$): потеря аппетита, тошнота, различные боли. Выраженность физиологических реакций при разрыве говорит не только о большой стрессогенности данного события, но и о частичном несовладании с ним. Кроме того, при разрыве чаще проявляются такие реакции, как плач, сопровождаемый истериками и интенсивными негативными эмоциями ($\phi=1,91$; $p=0,028$).

При анализе совладания с ревностью и разрывом выявлено, что доминирующими стратегиями являются: активный копинг, поиск эмоциональной поддержки, поиск инструментальной поддержки, принятие и планирование.

В ходе интервью респонденты, состоящие в отношениях и переживающие ревность, в качестве стратегии совладания указывали разговор с партнером, обсуждение проблемы, проявление любви и заботы с его стороны.

Анализ показал, что в ситуации разрыва интенсивней задействована стратегия совладания самоотвлечение ($p < 0,01$) и избегание ($p < 0,05$). Выявленные различия по пункту самоотвлечение подтверждаются и данными интервью ($\varphi = 2,116$; $p = 0,017$). Респонденты, переживающие разрыв, говорят о том, что пытаются отвлечься от мыслей, занять себя работой или учебой, избегают свободного времени. Это может свидетельствовать о том, что разрыв – это трудная ситуация, она травмирует человека, и с ней тяжело совладать. Людям сложно оставаться наедине со своими мыслями и переживаниями, поэтому они прибегают к различным способам, помогающим отвлечь себя. Также в интервью респонденты указывают на то, что справляться с такой сложной ситуацией помогают новые отношения ($\varphi = 3,848$; $p = 0,000$). Это может говорить о том, что совладать в одиночку у них не получается, и у таких респондентов существует страх одиночества. После разрыва романтических отношений они пытаются построить новые отношения, чтобы избежать чувства одиночества.

По данным интервью, половина респондентов из тех, кто переживает разрыв отношений, не выстраивает и не пытается выстроить новые отношения. Мы рассматриваем данный факт как показатель травмы, несмотря на то, что человек находится в возрасте, где построение близких является актуальной задачей (по Эриксону), человек предпочитает отношениям изоляцию. Еще мы отметили большую длительность переживаний ситуации разрыва отношений – от 1 до 7 месяцев. Все это говорит нам о том, что стресс в ситуации разрыва отношений переживается остро и требует больших усилий и ресурсов для совладания с ним.

Таким образом, мы можем говорить, что наша гипотеза подтвердилась полностью. Как ревность, так и разрыв являются стрессорами в отношениях. При этом разрыв, сопровождаясь интенсивными негативными эмоциональными и физиологическими переживаниями, несет большую угрозу для психологического благополучия человека. После разрыва отношений человек вынужден принять тот факт, что из его близкого окружения ушел значимый человек, и необходимо переосмыслить жизненное пространство, принять утрату любви и близости, справиться с чувством романтического одиночества. Совладание со стрессором ревности и стрессором разрыва в близких отношениях имеет свою специфику.

Литература

1. Екимчик О.А., Григорова Т.П., Смирнова Н.С. Динамические аспекты близких (романтических) отношений и совладающее поведение партнеров // Вестник Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика, Т. 19. № 3. 2013. С. 144–150.
2. Крюкова Т.Л. Динамические аспекты совладания, ориентированного на близкие межличностные отношения (партнерство, супружество) // Вестник Костромского государственного университета имени Н.А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика, Т. 20, № 2, 2014, С. 54–62.

3. *Пайнс Э., Маслач К.* Практикум по социальной психологии. СПб.: Питер, 2001.
4. *Селигман М.* Новая позитивная психология: Научный взгляд на счастье и смысл жизни. М, 2006.
5. *Скворцова С.Н., Шумский В.Б.* Структурная модель феномена зависимости в близких межличностных отношениях // Консультативная психология и психотерапия, № 4 (79), 2013, С. 51–69.
6. *Шипова Н.С.* Совладание с переживанием измены в близких отношениях: Автореф. дис. кан. псих.наук. Кострома, 2014.
7. *Эриксон Э.* Идентичность: юность и кризис. М., 1996.

Исследование психологической устойчивости лиц помогающих профессий

Иванова Е.А.

Опосредованная непрямая связь с травмой является общей для работников помогающих профессий, в том числе для медицинских работников, социальных работников и психологов. По роду деятельности они вынуждены быть свидетелями боли и страданий других людей и оказывать помощь.

С одной стороны, это может эмоционально и физически истощать, фрустрировать, затрагивать лично и даже травмировать. В зависимости от теоретической и контекстуальной базы подобные явления описываются в литературе как контрперенос (countertransference), сострадательное истощение (compassion fatigue) [7], замещающая травматизация (vicarious traumatization), вторичная травматизация (secondary traumatic stress), синдром профессионального выгорания (burnout) [1].

С другой стороны, работа в помогающей профессии дает возможность проявлять сострадание, влиять, чувствовать значимость и ценность своей работы. И в одних и тех же условиях некоторые люди проявляют невероятную стойкость и остаются профессионалами своего дела. Поэтому исследование не только факторов уязвимости, но и источников психологической устойчивости, преодоления, восстановления становится актуальной задачей [8].

Концептуально устойчивость включает в себя классы явлений, в которых адаптация систем была под внешней угрозой, способной навредить или разрушить функции системы. Исследования психологической устойчивости ведутся более 40 лет [11; 12], и наблюдается переориентировка от рассмотрения средовых и атрибутивных факторов на внутренние и системные процессы, которые происходят при взаимодействии различных планов (нейробиологический, поведенческий, и т.д.) и контекстов (индивидуального развития, профессиональных, культурных и т.д.).

Важным поворотным моментом в исследованиях стало рассмотрение внутренних ресурсов индивида в связи с психологической устойчивостью [10]. Так в фокус внимания попало понятие жизнестойкость (hardiness), как важная внутренняя характеристика, способствующая преодолению негативного опыта.

В данный момент жизнестойкость понимается как базовый фактор, позволяющий людям оставаться психически и физически здоровыми, несмотря на столкновение со стрессовой ситуацией или переживание негативного опыта. Barton отмечает, что лица с высокой жизнестойкостью более привержены работе, обладают большим чувством контроля и более открыты к изменениям и вызовам жизни. Maddi определяет жизнестойкость как «интегральную личностную черту, ответственную за успешность преодоления жизненных трудностей, которая включает вовлеченность в процесс жизни (commitment), уверенность в подконтрольности значимых событий своей жизни и готовность их контролировать (control), принятие вызова жизни (challenge)» [10].

Этот конструкт (конструкт жизнестойкости) и был взят в качестве центрального элемента измерения в нашем экспериментальном исследовании. Кроме того, были измерены показатели осмысленности жизни и диспозиционной надежды, как факторы психологической устойчивости, и тревожность, депрессия и профессиональное выгорание, как возможные профессиональные риски.

В пилотажном исследовании приняли участие 17 добровольцев из числа студентов магистратуры по программе «Клиническая психология развития» МГППУ 2015 год, 14 женщин, 3 мужчин. Целью экспериментального исследования ставилось выявление наличия или отсутствия связи между параметрами психологической устойчивости и определенными рисками.

Были выбраны и применены следующие тестовые методики: «Тест жизнестойкости» (Hardiness Survey) С. Мадди (в адаптации Д.А. Леонтьева, Е.А. Расказовой, 2006) [2]; «Тест смысложизненных ориентаций» (СЖО) (Purpose-in-Life Test, PIL) Дж. Крамбо и Л. Махолика (в адаптации Д.А. Леонтьева, 1992) [3]; «Шкала диспозиционной надежды» (The Trait Hope Scale) Ч.Р. Снайдера (в адаптации К. Муздыбаева, 1999) [4]; Опросник профессионального выгорания (Maslach Burnout Inventory, MBI) К. Маслач и С. Джексон (в адаптации Н.Е. Водопьяновой) [1]; Госпитальная шкала определения уровня тревоги и депрессии (HADS) (The Hospital Anxiety And Depression Scale) А. Зигмонд и Ф. Снэйт.

Математическая обработка велась в IBM SPSS Statistics 19. Для анализа корреляционной связи между исследуемыми признаками применялся коэффициент корреляции Спирмена, оценивающий силу и направленность связи порядковых признаков и переменных, распределение которых отличалось от нормального. Сила корреляции оценивалась как статистически значимая при $p < 0,05$.

В результате исследования мы пришли к следующим выводам:

- Есть значимая отрицательная связь между показателями жизнестойкости и профессионального выгорания; жизнестойкости и тревожности; жизнестойкости и депрессии.
- Есть значимая отрицательная связь между показателями осмысленности жизни и профессионального выгорания; осмысленности жизни и тревожности; осмысленности жизни и депрессии.

- Показатели диспозиционной надежды значимо отрицательно связаны с показателями эмоционального истощения.

Таким образом, наблюдается значимая связь, показывающая, что при высоких показателях жизнестойкости, осмысленности жизни и надежды испытуемые имеют низкие значения профессионального выгорания, тревожности и депрессии.

На основании теоретического анализа и пилотажного эмпирического исследования мы пришли к следующему заключению – исследование факторов психологической устойчивости и их связи с рисками является ценной по возможности эмпирического исследования задачей. При этом позитивный модус исследования создает более полную картину, учитывающую не только проблематику, но и возможности для профессионального и психологического благополучия лиц помогающих профессий.

Литература

1. *Водопьянова Н.Е., Старченкова Н.Е.* Синдром выгорания: диагностика и профилактика. 2-е изд. – СПб.: Питер, 2008. – 336 с.
2. *Леонтьев Д.А., Рассказова Е.А.* Тест жизнестойкости. – М., 2006. – 63 с.
3. *Леонтьев Д.А.* Тест смысловых ориентации (СЖО). 2-е изд. – М.: Смысл, 2000. – 18 с.
4. *Муздыбаев К.* Измерение надежды // Психологический журнал. – 1999. – Т. 20, № 4, С. 6–35.
5. *Сорокова М.Г.* Математические методы в психологии: непараметрическая статистика. Учебное пособие. – М.: МГППУ, 2011. – 281 с.
6. *Щербакова А.М.* Психология устойчивости в контексте психологической реабилитации [Электронный ресурс] // URL <http://issuu.com/psy-rehab/docs/resilience?e=3765087/3177785> (дата обращения: 15.02.2015).
7. *Adams R.E., Boscarino J.A., Figley C.R.* Compassion Fatigue and Psychological Distress Among Social Workers: A Validation Study. *Am J Orthopsychiatry*. – 2006 Jan; 76 (1): С. 103–108.
8. *Bonanno, G.A.* Resilience in the face of potential trauma. *Current Directions in Psychological Science*, 14, 135–138. – 2005.
9. *Charney, D.S.* Psychobiological mechanisms of resilience and vulnerability: Implications for successful adaptation to extreme stress. *American Journal of Psychiatry*, 161, 195–216. – 2001.
10. *Kobasa S.C., Maddi S.R., Kahn S.* Hardiness and health: A prospective study. *J Personal Soc Psychol* 42, 1982. – С. 168–177.
11. *Masten A.S., Obradovic J.* Competence and Resilience in Development. – Institute of Child Development, University of Minnesota, Twin Cities, Minneapolis, Minnesota, USA, 2006.
12. *Reich J.W., Zautra A.J., Hall J.S.* Handbook of adult resilience. – New York., 2010. – 533 p.

Модели поведения при прохождении «кризиса середины жизни»

Кащеева М.А.

Кризис середины жизни – психологический феномен, переживаемый людьми, достигшими возраста 40–45 лет, и заключающийся в критической оценке и переоценке того, что было достигнуто в жизни к этому времени [4].

Исследованием реагирования мужчин на достижение середины жизни занимались Фаррелл и Розенберг. Их исследования показали, что каждый человек через свою реакцию на окружающий мир играет активную роль в том, как складывается его существование. Они также обнаружили, что мужчины склонны реагировать на достижение середины жизни индивидуально, но все же в рамках некой общей схемы. «Большинство мужчин ощущали обязательства как по отношению к работе, так и по отношению к семье. Большая часть из них выработала привычный образ жизни, который помогал им справляться со своими заботами и проблемами. Многие мужчины сталкивались с одинаковыми проблемами: забота о стареющих и зависимых родителях, сложности с детьми – подростками, привыкание к ограничениям, признание своей физической увязимости» – писали Фаррелл и Розенберг.

Фаррелл и Розенберг выделяют 4 главных пути развития в среднем возрасте.

Первый – путь трансцендентно-генеративного мужчины (мужчина такого типа не испытывает кризиса середины жизни, так как нашел адекватные решения большинства жизненных проблем. Для такого мужчины середина жизни – время реализации своих возможностей и достижения поставленных целей);

Второй путь – путь псевдоразвитого мужчины (этот мужчина справляется с проблемами, делая вид, что все происходящее его удовлетворяет или находится под его контролем, но на самом деле он чувствует, что зашел в тупик или что ему все надоело).

Третий путь – мужчина в кризисе середины жизни (такой мужчина находится в замешательстве, и ему кажется, что весь его мир рушится. Он не в состоянии удовлетворять предъявляемые к нему требования и решать проблемы. Данный путь имеет два варианта развития хода кризиса – это временная фаза развития или начало непрерывного падения).

Четвертый путь развития – путь обездоленного судьбой мужчины (такой мужчина был несчастлив или отвергаем другими большую часть своей жизни, и проявляет признаки кризиса середины жизни. Обычно такой человек не в состоянии справиться с проблемами) [1].

Фаррелл и Розенберг отмечают, что общество вынуждает мужчин соответствовать единому образцу успеха и мужественности, и большинство мужчин пытаются соответствовать этому образцу. Ряд проблем возникает у мужчин в середине жизни из-за того, что им приходится свыкнуться с мыслью, что они не соответствуют этому образцу. Лишь немногим удастся избежать ощущения неудачи, внутреннего разлада или потери самоуважения [4].

Женщинам среднего возраста посвящено меньше исследований, чем мужчинам. В исследовании женщин, проживающих на среднем западе США, было обнаружено, что женщины склонны считать главными жизненными переходами 3 точки в семейном цикле. Коренная смена их роли была связана с рождением ребенка и уходом за ним в первые годы его жизни – 80 % женщин. Для 40 %

женщин важным переходом было время, когда подростки покидали родительский дом. И третий переход – постродительский период – 33 % женщин.

Понятие времени наступления событий – это время наступления ключевых событий в семейном и профессиональном циклах, данные события определяют статус человека. Женщина, которая откладывает замужество и рождение ребенка до 40 лет, часто делает это для того, чтобы преуспеть в карьере. После рождения ребенка она может за годы его детства несколько раз бросать и снова начинать работать. Если она примет решение сочетать семью с полноценной профессиональной деятельностью, то уменьшит для себя вероятность испытать бедность в старости. Специфический характер ролевых конфликтов и ролевого напряжения также определяется временем наступления событий. Ролевой конфликт имеет место тогда, когда требования одной роли противостоят требованиям другой. Общими для женщин среднего возраста являются ролевые конфликты, связанные с тем, что им трудно найти время и для семьи, и для работы. В отличие от ролевого конфликта, ролевое напряжение связано со слишком большим количеством требований в рамках одной роли [2].

В своем исследовании Терри Аптер выделил четыре типа «женщин в середине жизни».

Первый тип – традиционные женщины (женщины, которые определяли себя через исполняемые ими семейные роли, сталкивались со сравнительно небольшими трудностями, начав ощущать себя зрелой женщиной, отвечающей за собственное будущее. Главными проблемами являлись сожаления о принятых в прошлом компромиссных решениях и о нереализованном потенциале).

Второй тип – женщины-инноваторы (женщины, выбравшие карьеру, начинали приходить к мнению, что «карабкање на вершину» предъявляет к ним чрезмерные требования, и переоценивали работу, выполненную ими в карьерных целях, а также последствия, которые имели их усилия).

Третий тип – экспансивные женщины (такие женщины в среднем возрасте внесли значимые изменения в свою жизнь, пытаясь расширить ее горизонты. Меняли квалификацию, превращали свои увлечения в профессии).

И четвертый тип – протестующие женщины (это женщины, которые рано начали вести взрослый образ жизни, в период, когда, по сути, еще были подростками, и которые пытались теперь продлить средний возраст как можно дольше).

Однако Аптер отметил, что лишь небольшое количество женщин столкнулись с трудностями при переходе к периоду середины жизни [4].

Литература

1. Ермолаева М.В. Основы возрастной психологии и акмеологии. М.: Издательство «Ось-89», 2003.
2. Ермолаева М.В. Психология развития. – М., 2000.
3. Крайг Г., Бокум Д. Психология развития. – 9-е изд. – СПб.: Питер, 2005.
4. Малкина-Пых И.Г. Возрастные кризисы взрослости. М.: Издательство «Эксмо», 2005.

Влияние профессиональной деятельности в экстремальных условиях на психологические особенности личности

Кисель Д.В., Хаев Л.Г.

В настоящее время расширение перечня профессий, повышение уровня и расширение списка психофизических требований, предъявляемых многими профессиями к человеку, глобальное усиление эксплуатации работающих в связи с нарастающим мировым кризисом заставляют вновь обратиться к вопросу соотношения содержания профессиональной деятельности и психологических особенностей личности. Этот классический вопрос имеет две стороны: выбор профессии в соответствии с индивидуальными склонностями и способностями и последующее влияние профессиональной деятельности на личность. Последнее чаще истолковывается в негативном смысле [3], остаются неисследованными позитивные эффекты профессионализации индивида, что можно отнести на счет идеологических установок: важны деньги (цель), а не труд (всего лишь средство). Самоценность мастерства была, однако, хорошо известна в древности: «Видел ли ты человека проворного в своем деле? Он будет стоять перед царями» (Притчи 22:29). В литературе обозначены общие закономерности влияния профессиональной деятельности на личностные особенности работающих, однако данных по профессиям, связанных с экстремальными условиями труда, недостаточно.

Экспериментальная часть работы выполнена на базе городской станции скорой медицинской помощи (ССМП) одного из городов Донбасса, охваченного гражданской войной. Объем экспериментальной выборки составил 50 сотрудников (водители, фельдшеры и врачи), работающих в экстремальных условиях, контрольной – столько же сотрудников близких специальностей, работающих в обычных условиях.

Проводили определение характеристик нервных процессов, уровня тревожности, самооценку личности, характеристик внимания, уровня притязаний, волевых качеств и чувства времени, основных потребностей личности и степени их удовлетворения [1; 2].

Уровень волевых усилий у сотрудников ССМП значительно выше, чем у респондентов контрольной группы (рис. 1а, 1б).

Работа в условиях со значительным физическим и психическим напряжением вырабатывает привычку к волевым усилиям. Стойкость к гипоксии у сотрудников ССМП также существенно выше, что коррелирует с рис. 1а и 1б.

Сила эмоций у сотрудников ССМП выше, они более эмоциональны, более открыты в выражении эмоций (см. рис. 2). Эффективная работа в условиях стресса требует неосознанного (инстинктивного) или сознательного (целенаправленного) использования системы способов релаксации, разрядки, сброса напряжения. Одним из наиболее эффективных и доступных способов является открытое выражение эмоций, как позитивных, так и негативных в социально приемлемых

формах. Внутригрупповая культура предусматривает более широкий диапазон приемлемости таких форм, чем окружающий социум в целом: мат, курение, секс, алкоголь, танцы с высокой физической нагрузкой, различные формы демонстративного поведения, в частности, демонстрация групповой исключительности.

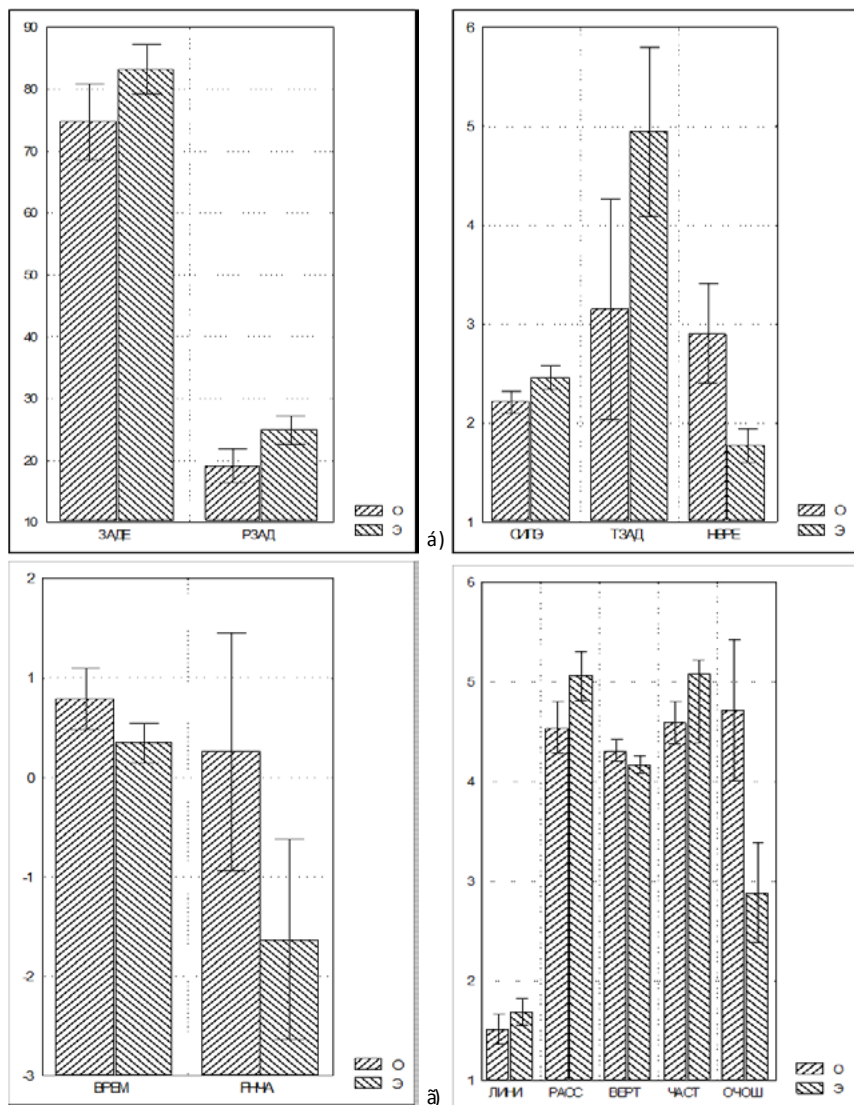


Рис. 1. Влияние работы в экстремальных условиях на физиологические и психологические качества. О – работающие в обычных условиях; Э – в экстремальных. а) – ЗАДЕ – уровень волевых усилий; РЗАД – стойкость организма к гипоксии; б) – СИЛЭ – сила эмоций; ТЗАД – уровень волевых усилий; НВРЕ – нестабильность чувства времени; в) – ВРЕМ – ошибка оценки интервалов времени; РНЧА – функциональная асимметрия моторики кисти; г) – ЛИНИ – расположение следов в тепшинг-тесте; РАСС – уровень самоконтроля (-); ВЕРТ – уровень ригидности; ЧАСТ – уровень стеничности; ОЧОШ – уровень концентрации внимания (-)

П.А. Сорокин пишет, что в процессе профессионального становления возникает «гордость «залихватским исполнением дела», своеобразная похвальба своим мастерством, негодование по адресу лиц, сознательно или бессознательно унижающих данную профессию и способности к ней у данного лица» [3].

У сотрудников ССМП лучше развито чувство времени: нестабильность оценки временных интервалов (см. рис. 1б) и их средняя ошибка (рис. 1в) у них ниже. Профессиональная деятельность в условиях жесткого дефицита времени (реанимационная деятельность, доставка больного в состоянии алкогольного опьянения, самооборона) вырабатывает большую точность оценок интервалов времени.

Стеничность персонала ССМП по двум показателям выше обычной, что вызывается повышенной его потребностью во внешней активности (рис. 1г, рис. 2б). В полном согласии с этим находится сниженный уровень самоконтроля. Можно считать, что мотивация по типу достижения успеха обуславливает высокую стеничность и низкий самоконтроль, а мотивация по типу избегания неудачи – низкую стеничность и высокий самоконтроль.

Ригидность сотрудников ССМП по трем показателям (см. рис. 1г, 2а) ниже обычной, что обусловлено необходимостью часто принимать решения в нестандартных ситуациях, важность креативности как профессионально значимого качества (по К.К. Платонову). Уровень концентрации внимания у персонала скорой помощи выше нормы (см. рис. 1г). Обучаемость персонала ССМП повышена (см. рис. 1а), что можно объяснить необходимостью более быстрой и глубокой адаптации, потребности в повышенных адаптационных возможностях, как физиологических, так и психологических. Координация движений сотрудников скорой помощи выше нормы (см. рис. 2а), что вызывается необходимостью быстрого и точного выполнения ряда медицинских манипуляций.

Повышенная искренность сотрудников ССМП (см. рис. 2а) коррелирует с их большей эмоциональностью и открытостью (см. рис. 1б).

Здесь групповые нормы и правила не транслируют такого жесткого давления социальных норм, как в «большом мире». Отсюда снижение склонности к социально приемлемым, но лживым ответам на вопросы. Возможно подсознательное создание образа организации в целом и отдельной ее команды как «островка правды в море лжи». Личностную и социальную остроту такой потребностей показывают результаты многих массовых опросов последнего времени. Из лозунгов последних многотысячных демонстраций, прокатившихся по всей Германии, особое негодование власти вызвал: «Хватит лгать!» – «Lügenpresse!».

Нестабильность моторики кисти у персонала скорой помощи выше нормы (см. рис. 2а), что согласуется с пониженным уровнем самоконтроля (см. рис. 1г). Уровень притязаний сотрудников скорой помощи значительно снижен (см. рис. 2б), что согласуется с пониженной самооценкой (см. рис. 2а). Уровень потребности в безопасности и потребности в признании у сотрудников ССМП понижен, а уровень социальных потребностей повышен (рис. 2в).

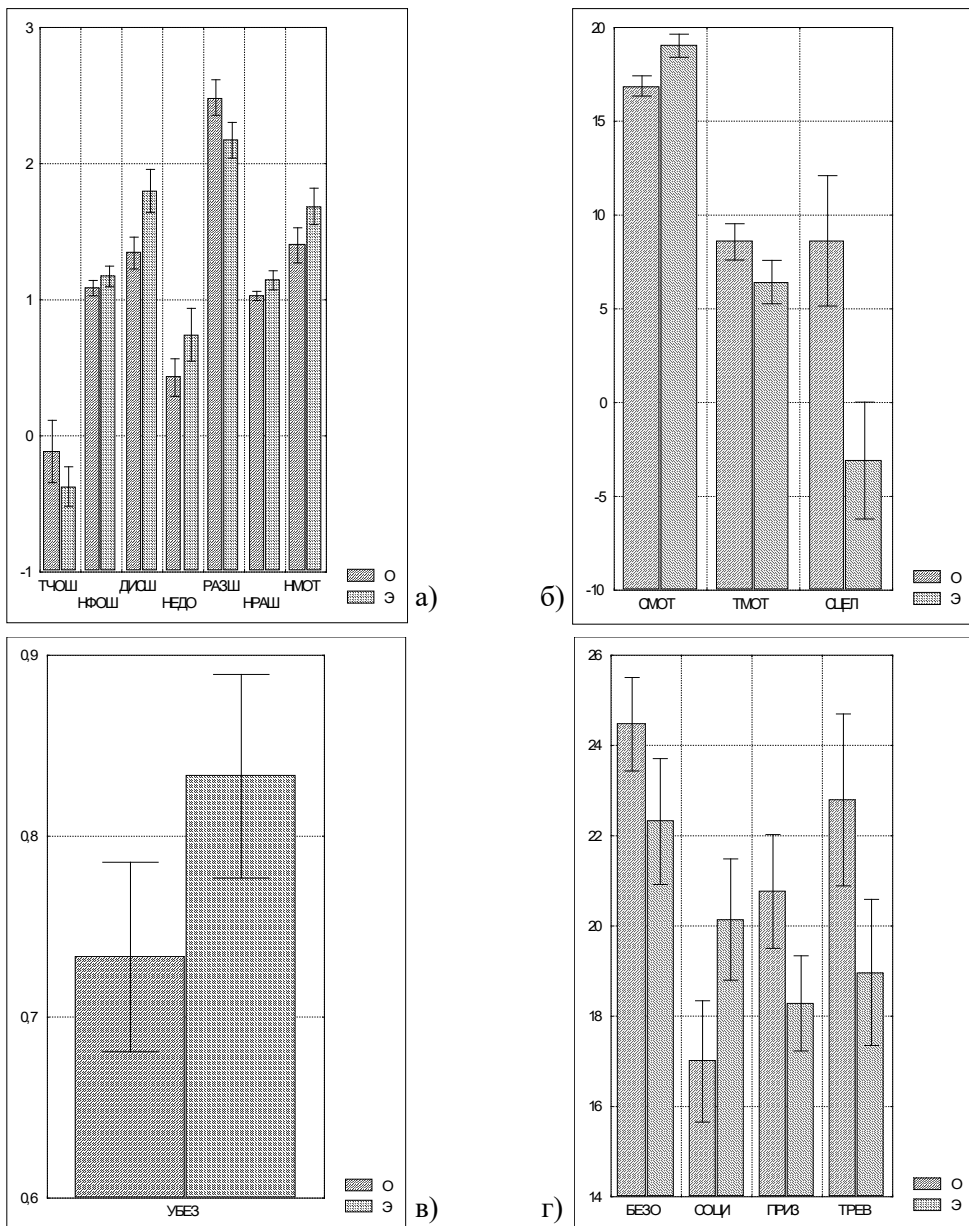


Рис. 2. Влияние работы в экстремальных условиях на психологические и психофизиологические качества. О – работающие в обычных условиях; Э – в экстремальных. а) – ТЧОШ – обучаемость (-); НФОШ – ригидность (-); ДИСШ – дискоординация движений; НЕДО – искренность; РАЗШ – уровень самооценки; НРАШ – ригидность (-); НМОТ – нестабильность моторики кисти. б) – СМОТ – стеничность; ТМОТ – сила ЦНС; СЦЕЛ – уровень притязаний; в) – БЕЗО – уровень потребности в безопасности; СОЦИ – социальных потребностей; ПРИЗ – потребности в признании; ТРЕВ – уровень тревожности; г) – степень удовлетворения потребности в безопасности

Структура основных потребностей персонала скорой помощи является яркой иллюстрацией действия психологической защиты по механизму «зеленого винограда». Уровень тревожности персонала ССМП понижен, что позволяет говорить о некоторой психологической компенсации воздействия профессиональных стрессов (см. рис. 2в).

Степень удовлетворения большинства потребностей сотрудников находится на уровне контрольной группы. Лишь потребность в безопасности удовлетворена значительно лучше, чем у индивидов контрольной группы (рис. 2г). Этот вывод представляется парадоксальным: работа в явно опасных и весьма стрессогенных условиях лучше удовлетворяет потребности работающих в безопасности. Здесь механизмы психологической защиты обуславливают феномен гиперкомпенсации: опасная работа в глазах человека, адаптировавшегося к ней, оказывается менее опасной, чем обычная работа в глазах «обычного» человека.

Выводы: профессиональная деятельность в экстремальных условиях развивает сенсомоторные и психомоторные качества работающих вследствие их регулярной тренировки; накладывает значительный отпечаток на личностные характеристики работающих, носящий, по преимуществу, позитивный характер; создает специфический «образ профессии», являющийся мощным коллективным мотиватором и устойчивым ядром корпоративной культуры организации.

Литература

1. *Райгородский Д.Я.* Практическая психодиагностика. Методики и тесты / Самара: БАХРАХ, 1998.
2. *Сорокин П.А.* Общедоступный учебник социологии. Статьи разных лет / Институт социологии. – М.: Наука, 1994.
3. *Столяренко Л.Д.* Основы психологии. Практикум / Ростов-на-Дону: Феникс, 1999.

Биографическая рефлексия взрослых мужчин в норме и патологии (на примере сравнения с результатами лиц, страдающих алкогольной и наркотической зависимостью)

Клементьева М.В.

Психологическое изучение развития взрослого человека неразрывно связано с исследованиями жизненного пути. Одним из приоритетных направлений в изучении жизненного пути является изучение событий жизни и их влияния на развитие человека.

В ряде исследований обнаружен факт увеличения драматических событий жизни, предшествующих началу симптомов психического заболевания [6; 11; 13; 16]. Речь идет об «уязвимости» человека, определенной предрасположенности к патогенезу, при котором события жизни выступают условием истощения психологических ресурсов, влияя на сроки или вероятность начала болезни.

Особое значение отводится рефлексивным механизмам. Роль рефлексии в структуре жизненного пути человека мыслится амбивалентно. Так, в исследе-

дованиях, наряду с продуктивной ролью рефлексии, делающей ее ресурсом прогрессивного развития человека [3; 8–10], фиксируется связь рефлексии с патологическими симптомами [14, 15], отмечается контрпродуктивность высокого уровня развития рефлексивности [3], снижение удовлетворенности жизнью и осмысленности жизни [1; 2; 7; 9], психологического благополучия [2; 9], деформация жизненного пути [1; 6]. Когда в целях самопонимания люди обращаются к рефлексии негативных событий жизни, они проявляют склонность к депрессивным тенденциям [16], демонстрируют склонность к агрессии, алкоголизму, наркомании, булимии [11; 15]. Рефлексия «не стимулирует активное решение проблемы, чтобы изменить негативные обстоятельства жизни. Вместо этого люди, занимающиеся «самокопанием», заикливаются на проблеме и своих переживаниях по ее поводу, не принимая никаких мер» [15]. Как замечает S. Nolen-Hoeksema и другие авторы, склонность к рефлексии в ряде случаев может предсказывать приступ депрессии, алкоголизма, булимии, суицидальных мыслей, но, в конечном счете, рефлексия не является причиной дезадаптивных тенденций и психопатологии [15].

Рефлексию, в которой человек формирует внутреннюю репрезентацию жизненного пути, выделяя и анализируя отдельные события жизни как субъективно значимые планы своего развития, мы называем биографической рефлексией. Мы выделяем два функционально различных типа: рефлексию жизненного пути и рефлексию жизненного опыта. Рефлексия жизненного пути представляет продуктивный самоанализ, опосредующий хорошую адаптацию и личностный рост. Рефлексия жизненного опыта сопряжена с навязчивыми размышлениями, тревожностью, внимательностью к своим переживаниям. Субъекты рефлексии жизненного опыта отличаются меньшим психологическим благополучием и расплывчатыми жизненными целями, но больше открыты новому опыту, чем субъекты рефлексии жизненного пути. Функциональная амбивалентность биографической рефлексии обусловлена связями между ее составляющими: личностной (осознанностью смыслов событий жизни и жизненных задач), конфигуративной (формирование жизненного нарратива), социально-перцептивной (рефлексия жизни других людей) и когнитивной (анализ действий и средств рефлексии). Рефлексия жизненного пути включает анализ смыслов событий жизни и средств биографической рефлексии, выраженный в форме жизненного нарратива и заданный в системе «Я-значимый Другой», то есть связана с актуализацией всех составляющих биографической рефлексии в их единстве. Рефлексию жизненного опыта в рамках данной модели мы соотносим с *дефицитностью* – низким уровнем развития биографической рефлексии в сочетании с регрессией общего показателя к одной из составляющих [4; 5].

Мы обнаружили, что в условиях биографического кризиса, вызванного драматическими событиями жизни (развод, смерть близкого, эмиграция, бо-

лезнь и пр.), снижается биографическая рефлексия и ряд других показателей личностного развития (осмысленность жизни, адаптация, саморегуляция, жизнестойкость), повышаются психологические защиты субъекта. Переживая биографический кризис, взрослые субъекты преимущественно используют рефлексию жизненного опыта с регрессией к личной составляющей, характеризующейся углубленностью в переживания и поиском смысла жизни в своем жизненном опыте. Показано, что биографический кризис усиливает влияние биографической рефлексии на осмысленность жизни, социально-психологическую адаптацию, произвольную саморегуляцию и жизнестойкость взрослых. То есть более рефлексивные взрослые больше готовы принимать жизненные изменения (старение, болезнь, смерть других людей и т.п.), чем взрослые с низким уровнем биографической рефлексии.

В настоящем исследовании у нас была возможность изучить влияние биографической рефлексии на осмысленность жизни и саморегуляцию, опосредованное психическим здоровьем. Это определило цель.

Гипотезой исследования было предположение о том, что снижение осмысленности жизни и саморегуляции у взрослых, страдающих алкогольной и наркотической зависимостью, объясняется изменением биографической рефлексии.

Выборка. Первую, клиническую группу, составили 45 мужчин 26–50 лет (госпитализированные алкоголики и наркоманы). Исследование проводилось на базе Тульского областного наркологического диспансера № 1. Группу сравнения («нормальную») составили здоровые взрослые мужчины (N=50). Группы не имеют статистически значимых различий по возрасту и образованию и (показатель $p > 0.05$).

Методики: авторская методика оценки биографической рефлексии [5], тест СЖО [7], опросник «Стиль произвольной саморегуляции» [8].

Статистическую обработку данных мы проводили с помощью пакета статистических программ SPSSv.21 с модулем AMOS. Сравнительный анализ мы осуществляли с использованием χ^2 -критерия углового преобразования Фишера. Оценка влияния биографической рефлексии на переменные (саморегуляция и смыслообразование) осуществлялась с помощью линейной регрессии (методом наименьших квадратов). В КФА (конфирматорный факторный анализ) [11] мы проверяли четыре модели биографической рефлексии (см. рисунок 1).

Результаты исследования и их обсуждение.

Первичный анализ позволил исключить 15 протоколов, полученных в клинической группе, так как задания не были выполнены.

Распределение показателей биографической рефлексии, смысло-жизненных ориентаций и саморегуляции в группах не отличается от нормального по критерию Колмогорова-Смирнова (при $p \geq 0.20$).

Сравнительный анализ. В клинической группе показатели общей осмысленности жизни, результативности жизни, локуса контроля, способности к



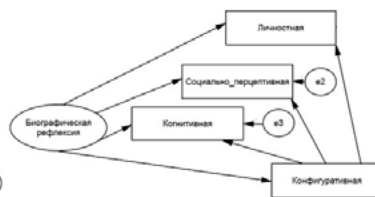
Модель биографической рефлексии с регрессией к когнитивной составляющей



Модель биографической рефлексии с регрессией к личностной составляющей



Модель биографической рефлексии с регрессией к социально-перцептивной составляющей



Модель биографической рефлексии с регрессией к конфигуративной составляющей

Рис. 1. Регрессивные модели биографической рефлексии (рефлексии жизненного опыта)

моделированию значимо ниже (при $p \leq 0.04$), а эскапизм значимо выше (при $p = 0.01$), чем в «нормальной» группе. То есть лица, страдающие алкогольной и наркотической зависимостью, обладают меньшей осознанностью и адекватностью представлений об условиях своей жизнедеятельности, меньшей осмысленностью и способностью контролировать события жизни, меньше удовлетворены самореализацией, чем «нормальные» взрослые мужчины. Значимых различий биографической рефлексии не было обнаружено.

Конфирматорный факторный анализ. Как мы видим из данных, представленных в таблице 1, значения для модели рефлексии жизненного опыта с регрессией к конфигуративной составляющей являются сравнительно лучшими. То есть для участников клинической группы характерны затруднения в формировании жизненного нарратива – рефлексивного проекта жизненного пути.

Таблица 1

Результаты проверки пригодностей структурных моделей рефлексии жизненного опыта в клинической группе (N=30)

Модель	CMIN	DF	P	CMIN/DF	RMSEA	CFI	AIC
Модель с детерминацией личностной составляющей	3.16	3	0.36	1.05	0.06	0.76	17.2
Модель с детерминацией когнитивной составляющей	5.9	3	0.12	1.97	0.26	0.00	19.9
Модель с детерминацией конфигуративной составляющей	2.39	3	0.49	0.79	0.000	1.00	16.3
Модель с детерминацией социально-перцептивной составляющей	3.14	3	0.37	1.05	0.06	0.78	17.1

Сопоставляя с данными, полученными нами в других исследованиях [4], мы можем отметить, что деградация психического и личностного развития у алкоголиков и наркоманов связана с возвращением к более ранним формам биографической рефлексии. Дефициентность биографической рефлексии – разрушение жизненного нарратива, рефлексивного проекта жизненного пути. Утрачивая способность создавать жизненный нарратив, алкоголики и наркоманы не способны направить биографическую рефлексию на анализ жизни и потенцировать варианты жизненного пути.

Следовательно, психическое здоровье влияет на тип биографической рефлексии; заболевание ведет к регрессии биографической рефлексии, затрудняя осмысление жизненного опыта. Несмотря на то, что больные рассказывают о событиях жизни, своих переживаниях, личностная деградация делает их неспособными к анализу и извлечению смыслов.

Регрессионный анализ. Было обнаружено отсутствие влияния биографической рефлексии на осмысленность жизни в клинической группе, но наличие детерминации со стороны составляющих биографической рефлексии на планирование – показатель саморегуляции.

Модель, представленная в таблице 2, статистически значима, что указывает на влияние биографической рефлексии на показатель произвольной саморегуляции – планирование, объясняя до 67 % общей дисперсии. Наибольшее влияние оказывают личностная и социально-перцептивная составляющая биографической рефлексии.

Таблица 2

Регрессия показателей произвольной саморегуляции к составляющим биографической рефлексии в клинической группе (N=30)

Зависимая переменная	Показатели	Предикторы			
		Л	Кг	Сл	Кф
Планирование	β	+0,67	+0,14	-0,68	+0,19
	t	+3,21*	+0,66	-3,24*	+0,86
	Качество модели	F=4.57*, R ² =0.67			

Условные обозначения: Кф – конфигуративная составляющая; Л – личностная составляющая; Кг – когнитивная составляющая; Сл – социально-перцептивная составляющая

* – значимость показателя при $p < 0.05$

Следовательно, снижение рефлексии событий своей жизни и жизни других людей у алкоголиков и наркоманов будет вызывать постановку нереалистичных ситуативных целей, их частую смену, подавляя представления о будущем, что в целом характеризует деформацию временной перспективы жизни. И напротив, стимуляция анализа событий своей жизни и интереса к жизни других людей будет способствовать осознанному, реалистичному, детализированному планированию жизненного пути.

Модели, представленные в таблице 3, статистически значимы, что указывает на влияние биографической рефлексии на осмысленность жизни в груп-

пе «нормальных» взрослых. Совокупная доля дисперсии моделей составляет 32 % и 25 %, что указывает на детерминацию осмысленности жизни со стороны интегративного единства всех показателей биографической рефлексии. Значимое влияние на вовлеченность в жизнь (процесс жизни) оказывает личностная составляющая биографической рефлексии, то есть углубленный самоанализ индивидуальной жизни у взрослых мужчин способствует преодолению отчужденности, переживанию себя «вне жизни».

Таблица 3

Регрессия показателей смысловых ориентаций к составляющим биографической рефлексии в «нормальной» группе (N=50)

Модель	Зависимая переменная	Показатели	Предикторы			
			Л	Кг	Сл	Кф
1.	Общая осмысленность жизни	β	+0,34	+0,24	-0,24	+0,22
		t	+1,82	+1,32	-1,55	+1,44
		Качество модели	F=4.83*, R ² =0.32			
2.	Процесс жизни	β	+0,37	+0,17	-0,11	+0,18
		t	+2,02*	+0,97	-0,68	+1,16
		Качество модели	F=2,92*, R ² =0.25			

Условные обозначения: Кф – конфигуративная составляющая; Л – личностная составляющая; Кг – когнитивная составляющая; Сл – социально-перцептивная составляющая

* – значимость показателя при $p < 0.05$

Не обнаружено влияние биографической рефлексии на показатели произвольной саморегуляции в «нормальной» группе.

Таким образом, влияние биографической рефлексии на осмысленность жизни и саморегуляцию взрослых опосредовано психическим здоровьем субъекта. Снижение роли биографической рефлексии в процессах смыслообразования у больных указывает на *деформацию рефлексивного механизма осмысления* жизни. Эта деформация связана с дефицитностью способности к формированию жизненного нарратива. Усиление влияния биографической рефлексии на механизмы саморегуляции демонстрирует возможности использования ресурсов биографической рефлексии в случае алкогольной и наркотической зависимости.

Литература

1. *Василенко Т.Д.* Телесность и субъективная картина жизненного пути личности. Автореф. дисс. ... д-ра психол. наук. СПб., 2012.
2. *Деева Н.А.* Рефлексивные механизмы переживания кризиса. Автореф. дисс... канд. психол. наук. М., 2005.
3. *Карпов А.В.* Рефлексивность как психическое свойство и методика ее диагностики // Психологический журнал. 2003. Т. 24. № 5.
4. *Клементьева М.В.* Исследование взаимосвязи смысловых ориентаций и биографической рефлексии // Известия ТулГУ, Гуманитарные науки. Вып. 2. Тула: Изд-во ТулГУ, 2013.
5. *Клементьева М.В.* Методика оценки биографической рефлексии и ее психометрические характеристики // Культурно-историческая психология. 2014. № 4.
6. *Кроник А.А., Ахмеров Р.А.* Каузометрия: методы самопознания, психодиагностики и психотерапии в психологии жизненного пути. М.: Смысл, 2008.

7. *Леонтьев Д.А.* Тест смысложизненных ориентаций (СЖО). М.: Смысл, 2000.
8. *Моросанова В.И.* Личностные аспекты саморегуляции произвольной активности человека // Психологический журнал. Том 23. 2002. № 6.
9. *Сапогова Е.Е.* Экзистенциальная психология взрослости. М.: Смысл, 2013.
10. *Холмогорова А.Б., Зарецкий В.К.* Может ли быть полезна российская психология в решении проблем современной психотерапии: размышления после XX конгресса интернациональной федерации психотерапии (IFP). [Электронный ресурс] // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. 2010. N 4. URL: [http:// medpsy.ru](http://medpsy.ru) (дата обращения: 10.07.2015).
11. *Brown T.A.* Confirmatory Factor Analysis for Applied Research. N. Y.; The Guilford Press, 2006. 493 p.
12. *Ciesla J.A., Roberts J.E.* Self-directed thought and response to treatment for depression: A preliminary investigation // Journal of Cognitive Psychotherapy. 2002. T. 16. P. 435–453.
13. *Das M. K., Kulhara P. L., Verma S.K.* Life events preceding relapse of schizophrenia // International Journal of Social Psychiatry. 1997. T. 43. P. 56–63.
14. *Mor N., Winquist J.* Self-focused attention and negative affect: A meta-analysis // Psychological Bulletin. 2002. T.128. P. 638–662.
15. *Nolen-Hoeksema S., Wisco B.E., Lyubomirsky S.* Rethinking Rumination // Perspectives on Psychological Science. 2008. Vol 3. n 5. P. 400–424.
16. *Raes F., Hermans D., Williams J. M. G., Eelen P.* (2006). Reduced autobiographical memory specificity and affect regulation // Cognition and Emotion. 2006. T. 20. P. 402–429.

Гендерные особенности переживания неопределенности профессионального статуса

Колтачук Е.В.

Проблематика психологических последствий переживания неопределенности профессионального статуса, т.е. ситуации угрозы потери работы или возможных изменений значимых параметров занятости приобретает все большую актуальность в связи с нарастающими социальными изменениями. Существующие исследования психологических эффектов пребывания личности в ситуации неопределенности в профессионально-трудовой сфере – одной из важнейших для становления и функционирования взрослой личности – оставляют открытым для изучения гендерный аспект указанной проблематики, актуализирующийся вследствие фундаментального процесса изменения социальных ролей мужчин и женщин.

Целью настоящей работы явилось изучение гендерных особенностей переживания неопределенности профессионального статуса. Объектом исследования выступило переживание неопределенности. Методологическую основу работы составили подходы к жизненному пути личности, изложенные в концепции комплексного человекознания Б.Г. Ананьева; подход к ситуации как совокупности средовых и субъективных факторов Д. Магнуссона; принцип опосредования влияния внешних условий внутренними психологическими факторами («внешнее через внутреннее») С.Л. Рубинштейна.

В теоретической части исследования был проведен анализ категории неопределенности в различных областях знания, консолидированы существующие

ющие взгляды на феномен переживания и сформулировано авторское определение переживания неопределенности; предложена дефиниция ситуации неопределенности профессионального статуса, раскрыта сущность данной ситуации как критической на жизненном пути личности, уделено особое внимание ее субъективному аспекту, сформулировано авторское определение конструкта толерантности к неопределенности в контексте профессионально-трудовой деятельности; дана психологическая характеристика гендерным различиям переживания неопределенности профессионального статуса.

Анализ литературы показал отсутствие единого определения понятия неопределенности как в зарубежной, так и в отечественной науке. Ключевым моментом в понимании феномена неопределенности явилась, во-первых, ее зависимость от предмета, который должен быть определен, во-вторых – выделение ее объективного и субъективного аспектов. Опираясь на характерное для отечественной науки понимание неопределенности как недостатка информации об объективных условиях, дефиницию неопределенности как ситуации (С. Баднер), подход к переживанию с позиции «невнешнего характера» влияния среды на личность (Л.С. Выготский), в настоящем исследовании под переживанием неопределенности мы понимаем внутреннее отношение личности к неизвестности исхода объективно существующей ситуации.

В проводимой работе мы рассматриваем ситуацию неопределенности профессионального статуса – ситуацию угрозы потери работы или возможных изменений значимых параметров занятости (ее объемов, оплаты, режима или интенсивности труда, смены должностной позиции). Неопределенность, порождаемая независящими от субъекта факторами, и невозможность эту неопределенность устранить – ключевые особенности данной ситуации как критической на жизненном пути личности.

Мы также полагаем, что ситуация неопределенности профессионального статуса согласуется с такой понятийной фиксацией критической ситуации, как стресс. Аргументом в пользу такого суждения является характер состояния «невозможности», в котором оказывается жизнедеятельность субъекта в ситуации неопределенности профессионального статуса. «Невозможность» определяется парализованной внутренней жизненной необходимостью: имеющиеся типы активности у сотрудников не способны справиться с условиями ситуации неопределенности профессионального статуса (контролировать ситуацию, прогнозировать ее исход), обеспечив удовлетворение «здесь-и-теперь».

Следует учитывать и объективный, и субъективный аспект ситуации. Объективной аспект ситуации обусловлен реструктуризацией предприятия в ответ на трансформацию социального поля, которая может выражаться в сокращении численности сотрудников или изменении значимых параметров их занятости.

Субъективный аспект, приобретающий особое значение в условиях социальных трансформаций, связан с предвосхищением и оценкой личностью

угрожающих событий, ее активностью в неопределенной ситуации и обусловлен комплексом личностных характеристик. В проводимом исследовании особое значение имеет социокультурная характеристика личности или гендер, который как социокультурный пол объясняет психологические черты мужчин и женщин посредством процессов аккультурации и социализации.

Способность индивида функционировать в изменяющемся мире находит выражение в конструкте толерантности к неопределенности (ТН) и тесно связана с вопросами совладающего поведения. Отсутствие однозначного понимания психологического содержания феномена ТН, в свою очередь, затрудняет однозначное использование любого из существующих определений в настоящем исследовании. В контексте проводимой работы мы определяем ТН как способность личности выдерживать возникающие в процессе реструктуризации предприятия кризисные проявления, обусловленные угрозой потери работы или неопределенностью вектора возможных изменений значимых параметров занятости. Конструкт ТН обладает социальной, культурной, возрастной и профессиональной спецификой.

Совладающее поведение или копинг представляет собой динамический процесс, способный трансформироваться по мере изменений требований ситуации или собственных изменений субъекта и призванный погасить стрессовое действие ситуации. Выбор субъекта способа совладания сильнее *связан* с диспозиционными характеристиками личности, социокультурные переменные больше влияют на этот выбор. В контексте настоящего исследования это означает, что гендер оказывает влияние на выбор стратегии совладания, в то время как ТН сильнее связана с этим выбором.

Следствия проведенного теоретического анализа по проблематике гендерных особенностей переживания неопределенности профессионального статуса были положены в основу формулировки гипотезы работы, заключающейся в предположении существования гендерных различий переживания неопределенности профессионального статуса. Был также подобран методический инструментарий, необходимый для проверки выдвинутой гипотезы:

1. Методы сбора эмпирических данных:

- Методика диагностики маскулинности – фемининности (мужественности – женственности) (С. Бэм, адаптация Е.П. Ильина).
- Методика диагностики личностной готовности к переменам (Personal change readiness survey) (Родник, Хезер, Голд, Хал, перевод и адаптация Н.А. Бажановой и Г.Л. Бардиер).
- Методика диагностики толерантности к неопределенности (Tolerance Ambiguity Scale) (С. Баднер, адаптация А.Г. Солдатовой).
- Новый опросник толерантности к неопределенности (Т.В. Корнилова).
- Копинг-поведение в стрессовых ситуациях (С. Норманн, Д.Ф. Эндлер, Д.А. Джеймс, М.И. Паркер, адаптация Т.А. Крюковой).

2. Методы обработки полученных данных: качественный анализ, математико–статистический критерий – U критерий Манна – Уитни и статистический пакет SPSS 22.0.

Нами было проведено пилотажное исследование, выборку которого составили 24 человека (6 мужчин и 18 женщин) в возрасте 21–28 лет, трудоустроенных на момент проведения исследования на условиях полной занятости и пребывающих в ситуации неопределенности профессионального статуса.

Проведенное пилотажное исследование позволило сделать вывод о том, что гендерные различия переживания неопределенности профессионального статуса существуют:

- андрогинные относятся к ситуации неопределенности профессионального статуса как к желательной, предоставляющей определенную степень свободы, возможности для проявления собственных знаний и навыков, вследствие чего они не склонны к активным действиям, направленным на разрешение данной ситуации;
- мускулинные, усвоив в процессе социализации стереотипы «мужского» поведения, нацеленного на борьбу и превосходство, переживают ситуацию неопределенности профессионального статуса на высоком энергетическом подъеме вследствие восприятия ее как возможности применения усвоенных паттернов поведения и уверенности в собственных силах и способностях справиться с данной ситуацией;
- фемининные испытывают дискомфорт в ситуации неопределенности профессионального статуса в связи с неопределенностью отношений с руководством организации как «источником» угрозы потери работы или возможных изменений значимых параметров занятости.

Выявленные различия переживания неопределенности профессионального статуса между субъектами, характеризующимися различными типами гендерной идентичности, позволяют говорить о валидности подобранного для настоящего исследования методического инструментария, который, однако, вследствие проведенного теоретического анализа по проблематике гендерных особенностей переживания неопределенности профессионального статуса может быть дополнен. В частности, для выявления взаимосвязи отдельных изучаемых нами параметров переживания неопределенности профессионального статуса необходимы математико-статистические критерии, позволяющие решать такие задачи. Кроме того, теоретический анализ толерантности – интолерантности к неопределенности как предикторов и медиаторов (запускающих и опосредующих) механизма выбора стратегии совладания в ситуации неопределенности позволит сформировать необходимую теоретическую основу данной части исследования.

Адаптация к дому-интернату престарелых и инвалидов

Курачева Л.Г., Юрьева Л.А.

Проблема исследования психологических возможностей в поздней зрелости является не только научно актуальной, но и жизненно значимой, поскольку традиционно этот возраст воспринимают как возраст печали, потерь, тоски и страданий от боли, которая потенциально таится в теле каждого пожилого человека. Этот возраст отличает особое предназначение, специфическая роль в системе жизненного цикла человека: именно этот возраст очерчивает общую перспективу развития личности, обеспечивает связь времен и поколений [2].

Это заключительный период человеческой жизни, условное начало которого связано с отходом человека от непосредственного участия в производительной жизни общества. Хронологическое определение границы не всегда оправдано из-за огромных индивидуальных различий в появлении признаков старения. Эти признаки выражаются в постепенном снижении функциональных возможностей человеческого организма. Однако, помимо прогрессирующего ослабления здоровья, упадка физических сил, этот возраст характеризуется собственно психологическими изменениями, такими как, например, интеллектуальный и эмоциональный уход во внутренний мир, в переживания связанные с оценкой и осмыслением прожитой жизни [1].

Оставшись в одиночестве, без материального достатка, отягощенный различными хроническими недугами, пожилой человек сознательно готовит себя к переезду в интернатное учреждение социальной защиты населения [3]. В настоящее время достаточно востребованными становятся дома престарелых. В Брянской области находятся три дома-интерната престарелых и инвалидов и пять домов милосердия.

Анализ результатов методики «Значимые события жизненного пути» показал, что люди в поздней зрелости не планируют будущее, стараются избегать разговоров на эту тему, либо демонстрируют показную браваду: «Уйти в мир иной». Наблюдается фиксация на травматичных событиях, оценка собственной жизни негативна: «Моя жизнь никчемная», «Я лишила своих детей отца», имеет место грусть по прошедшим событиям, желание поделиться опытом и предостеречь молодых от ошибок, допущенных в своей жизни. У многих прослеживается пресечение семейных отношений в генеалогическом древе, люди этого поколения потеряли родителей в годы войны: «Мать немцы расстреляли, отец на войне погиб». Нарушение семейной цепочки, на наш взгляд, откликнулось в настоящей ситуации этих людей. Плотность называемых событий на протяжении жизни позволяет сделать вывод о наличии двух жизненно важных центров: пика жизни и событий, относящихся к адаптации к учреждению, причем последние события по количеству и эмоциональной нагруженности примерно соотносимы с событиями всего жизненного пути личности. Наиболее значимыми сферами для пожилых людей становятся

межличностные отношения, работа, здоровье, место жительства, дети, брак. Незначимы и малозначимы сферы общество, материальное положение, природа, которые могут выступать резервами для адаптации.

Из бесед пожилых людей с волонтерами и анализа результатов методики «Значимые события жизненного пути» видно, что помещение человека в стационарное социальное учреждение не проходит бесследно, тем более, если человек психологически не готов к изменению привычного образа жизни. Четко прослеживаются два варианта адаптации.

Лица, самостоятельно принявшие решение о переходе дом престарелых. Принятие решения зачастую происходит после тяжелых психоэмоциональных травматичных событий (смерть супруги, супруга; ухудшение физического состояния с утратой самообслуживания) и оказывает существенную роль в адаптации к учреждению. Уверенность в правильности выбора, желание не быть обузой для близких позволяет увидеть плюсы учреждения, которые принимаются с благодарностью – это и уход, вежливое небезразличное отношение, компания сверстников, возможность иметь значимое положение, трудовые обязанности, культурная программа.

Также для данной категории характерно поддержание отношений с семьей: они ездят в гости к детям и внукам, принимают их у себя, передают гостинцы и т.п.

Важным событием становится нахождение близкого по убеждениям человека и реализация способности к психологической близости с ним. Встреча с подобным человеком высоко оценивается и дает новый импульс к жизни.

Лица данной категории легко включаются в общественную жизнь, выполняют посильную работу (библиотекарь, швея), имеют занятия для души: вышивают, вяжут, разгадывают кроссворды, много читают. Часть из них обращаются к религии.

Продолжительность жизни у данных лиц значительно выше.

Лица, которые испытывают негативные чувства по поводу актуальной жизненной ситуации. Для них характерно ощущение покинутости, непонимание, обида на семью, агрессия. Данные чувства не способствуют налаживанию новых социальных отношений, ведут к потере значимых смыслов жизни и актуализации страха смерти.

Отношения с семьей, как правило, утрачены. Нередко передача детьми родителей в дом престарелых ведет к разрыву взаимодействия между ними. «Не желаю видеть свою дочь. У них своя жизнь, у меня своя». Зачастую считают каждый день пребывания в учреждении: «Я здесь не новичок, уже два месяца и двадцать три дня».

Заниматься общественной работой, трудовой деятельностью считают бессмысленным. Следует заметить, что в последние годы стало труднее реализовать себя в этом направлении. Закрытие откормочного комплекса на территории, прекращение выращивания овощной продукции, отсутствие заказов в

швейном цехе способствует выработке иждивенческой позиции, лишает привычного образа жизни, делает жизнь малоценной.

Продолжительность жизни у данных лиц значительно ниже.

Однако каким бы ни был настрой у пожилых людей, в доме интернате они сталкиваются с целым рядом проблем, о которых прежде не задумывались. Во-первых, это совместное пребывание в доме-интернате с лицами, освободившимися из мест лишения свободы, причем их процент в данном учреждении достаточно высок – каждый десятый. Эти люди привносят в жизнь интерната уголовные традиции: вымогательство денег, шантаж, избиения, картежничество, специфический язык. Учитывая, что нередко в комнате проживает по пять-семь человек, противостоять им может далеко не каждый. Более того, данная категория граждан оказывается несколько моложе других из-за целого комплекса причин: им негде проживать, пенсия мизерна, семейные связи распались и т.д.

Во-вторых – казенная обстановка, ограниченное количество вещей и личного пространства, жизнь по режиму, пропускная система на территорию. Все это не соответствует «домашнему стандарту» и привычному образу жизни.

Смертность в домах-интернатах достаточно высокая. Директор учреждения, знакомя нас с заведением, подчеркнул как положительный момент наличие собственного морга. Тем не менее, очередь в дома-интернаты для престарелых граждан не укорачивается.

Решением проблем может являться создание небольших по составу учреждений, численностью 15–50 человек; отдельное содержание лиц из мест лишения свободы; появление новых учреждений типа Домов милосердия, куда обращаются за помощью на определенный период, а не навсегда, предоставление возможностей для помощи другим возрастным группам (из социальных приютов, детских домов), возможность включения в трудовую деятельность, общение с ровесниками из домашних условий (создание на базе интернатов стационаров и профилакториев для пенсионеров).

Литература

1. Горикова В.В. Современные проблемы социальной психологии и социальной работы: материалы X Межвузовской научно-практической конференции, 20 марта 2015г. // СПб.: СПбГУП, 2015.
2. Изард. К.Э. Психология эмоций. – СПб.: Питер, 2006.
3. Сельченко К.В. Психология человеческой агрессивности: Хрестоматия // Мн.: Харвест, 2003.

Личностные ресурсы в совладании с профессиональным выгоранием у работников контактного центра

Матюшкина Е.Я.

Развитие современных телекоммуникационных технологий привело к значительным переменам в сфере потребления, пришедшим в нашу страну

из-за рубежа. Покупка товаров и услуг все чаще осуществляется с помощью операторов контактных центров (колл-центров), так называемых горячих линий, которые есть практически в любой фирме. В провинциальных городах создание колл-центров решает и проблему дефицита рабочих мест. Профвыгорание специалистов в контактных центрах происходит так быстро, что туда постоянно осуществляется набор сотрудников. С чем связан высокий темп и уровень профвыгорания в этой сфере деятельности?

При приеме на работу к будущему сотруднику предъявляются высокие требования. Специалист колл-центра должен иметь хорошие знания о продукте и услугах, высокий уровень обучаемости, концентрации и распределения внимания, коммуникативных навыков и стрессоустойчивости, грамотную речь, четкую артикуляцию, владеть пакетом необходимых компьютерных программ на уровне уверенного пользователя. Особенностью колл-центров является жесткая регламентация деятельности: четкие графики, строго соблюдаемые перерывы, жесткие алгоритмы обслуживания клиентов. Оператор колл-центра должен за максимально короткое время качественно обслужить клиента, решить его вопросы, проговорить все правильные и необходимые фразы, принести прибыль компании и упрочить ее положительный имидж.

Уровень интенсивности работы оператора очень высокий. При непрерывном поступлении входящих звонков оператор должен успеть обработать заказы в системе 1С, внести информацию, полученную в предыдущих звонках в информационные таблицы, написать квалифицированные ответы на письма клиентов, изучить регулярно поступающую новую информацию. Размер заработной платы сотрудника в значительной степени зависит от выполнения КРІ (англ. Key Performance Indicator, ключевые показатели интенсивности): эффективности и качества обслуживания, суммы продаж, количества обработанных заказов и т.д. Достаточно часто приходится общаться с претензионными клиентами, требующими решения вопросов, выходящих за рамки возможностей операторов. При этом любой звонок может быть прослушан сотрудниками отдела контроля качества обслуживания и руководителем подразделения и привести к потере премиальной части заработной платы.

Указанные особенности работы оператора колл-центра приводят к тому, что профессиональное выгорание работников этой сферы наступает через полгода-год. Кадровая ротация – это единственный метод «борьбы» руководства большинства колл-центров с профессиональным выгоранием. «Выгоревших» работников меняют на новых сотрудников, которые с энтузиазмом приступают к обучению и работе и через несколько месяцев также «выгорают».

На первом этапе исследования сравнивалось профессиональное выгорание в двух колл-центрах по методике эмоционального выгорания Бойко. Объем выборки составил 113 человек – 60 человек в одном колл-центре и 53 – в другом. Первый колл-центр достаточно типичный: с жесткой системой штрафов и вы-

сокой текучестью кадров, второй – не типичный, т.к. характеризуется высокой лояльностью руководства к сотрудникам и наличием штатного бизнес-тренера. По результатам обследования было выявлено, что в первом контакт-центре фазы эмоционального выгорания полностью сформировались почти у половины сотрудников (напряжение – у 47 %, резистенция – у 33 %, истощение – у 43 %), во втором – менее, чем у 10 % (напряжение – у 5,5 %, резистенция – у 11 %, истощение – у 4 %). На втором этапе было проведено исследование ресурсов личности в совладании с профессиональным выгоранием в контактном центре с относительно низкими средними показателями эмоционального выгорания.

Было обследовано 53 человека. В качестве методик исследования были использованы методика исследования профессиональной мотивации Барбутто-Сколлы, анкета «Удовлетворенность работой в компании», анкеты самооценок психического состояния, САН. Дополнительные диагностические данные были получены в процессе тренингов. При изучении взаимосвязи профессионального выгорания сотрудников колл-центра с мотивацией было выявлено, что у сотрудников колл-центра основными личностными ресурсами в совладании с профвыгоранием являются внутренняя я-концепция, характеризующаяся опорой при выборе и осуществлении деятельности на систему своих собственных оценок и установок, и интернализация цели компании, т.е. согласование цели компании со своими жизненными целями и смыслами.

Внутренняя я-концепция имеет шесть отрицательных связей, выявленных с помощью коэффициента корреляции Спирмена, со всеми тремя фазами профвыгорания. Чем выше внутренняя я-концепция, тем слабее проявляются неудовлетворенность собой (-0,45), загнанность в клетку (-0,43), эмоционально-нравственная дезориентация (-0,31), эмоциональный дефицит (-0,45). Чем выше уровень принятия цели и миссии компании, тем ниже напряжение (-0,41), резистенция (-0,31), истощение (-0,33) в целом.

Наибольшая степень профессионального выгорания выявлена у сотрудников, для которых ведущим мотивом профессиональной деятельности является инструментальная, т.е. денежная мотивация. Инструментальная мотивация имеет 12 взаимосвязей с фазами и симптомами профессионального выгорания. Инструментальная мотивация связана наиболее жестко со стадией резистенции в целом (0,56) и двумя симптомами стадии напряжения и истощения – симптомом переживания психотравмирующих обстоятельств (0,56) и симптомом психосоматических и вегетативных нарушений (0,63). Кроме того выявлены достаточно сильные взаимосвязи материальной мотивации как со стадиями напряжения (0,5) и истощения (0,41) в целом, так и практически со всеми симптомами этих стадий.

Дополнительным ресурсом, способствующим преодолению профессионального выгорания, в особенности отдельных симптомов стадии напряжения, явилась внешняя я-концепция, т.е. потребность в положительной внешней

оценке, похвале и уважении со стороны коллег, руководства и клиентов. Содержательное наполнение этого ресурса состояло в обмене положительным опытом во время проведения ролевых игр и тренингов, организованных отделом обучения, тщательно продуманной руководством колл-центра системой материальной и нематериальной мотивации сотрудников, введением в систему информирования коллег и руководства данных о положительных отзывах благодарных клиентов. Корреляционные отрицательные связи внешней я-концепции были выявлены в отношении симптома загнанности в клетку (-0,45).

Кроме указанных личностных ресурсов важную роль в преодолении профессионального выгорания играет осознанность сотрудниками процесса и результатов деятельности. На тренингах, основанных на рефлексивно-деятельностном подходе, проводящихся в небольших (5–6 человек) группах специалистов, стало традицией прослушивание записей удачных и содержащих ошибки диалогов с клиентами. Благодаря рефлексии и анализу допущенных ошибок, поиску их возможных причин, а также способов преодоления возникающих в диалогах с клиентами трудностей, операторы колл-центра повышали уровень осознанности собственной деятельности, благодаря чему снижалось психическое напряжение, сопутствующее профессиональным неудачам и трудностям работников.

И наконец важнейшим ресурсом личности в преодолении профессионального выгорания является положительное самоотношение и саморазвитие работников колл-центра. Значительную роль в саморазвитии сотрудников играет ценностное отношение руководства к кадровым ресурсам. Актуализация положительного самоотношения и возможностей саморазвития осуществлялась в процессе различных тренингов и проектов. Наиболее удачным для саморазвития стали проекты «Школа тьюторства» и «Кадровый резерв», в рамках которых каждый сотрудник заполнил матрицу оценок собственных компетенций, наметил векторы их развития и реализовал план собственного профессионального развития в течение полутора лет.

Подводя итоги обследования сотрудников по анкете «Удовлетворенность работой в компании» после завершения основного этапа проекта «Школа тьюторства», оказалось, что 86 % сотрудников показали средний и высокий уровень удовлетворенности. Работники колл-центра отмечали при этом, что наиболее значимыми факторами удовлетворенности наряду с оплатой труда являются: уважение со стороны руководства личности сотрудников, систематические мониторинги их эмоционального состояния, интерес к процессу и результату деятельности, возможность участвовать в оптимизации бизнес-процессов и осуществлять свой профессиональный и личностный рост.

Выводы: Личностные ресурсы в совладании с профессиональным выгоранием, выявленные в контактном центре, включают в себя:

– опору при выборе и осуществлении деятельности на систему своих собственных оценок и установок,

- согласование цели компании со своими жизненными целями и смыслами,
- зрелость мотивационной сферы, в которой доминирующими мотивами профессиональной деятельности являются внутренние и широкие социальные мотивы по отношению к менее выраженным внешним и узко-социальным мотивам,
- осознанность сотрудниками процессов и результатов деятельности, проявляемая в рефлексии и самостоятельном анализе причин профессиональных трудностей и способов их преодоления,
- положительное самоотношение и саморазвитие, основанное на уважении к собственной личности, понимании своих сильных и слабых профессиональных качеств и возможностей их развития.

Однако личностные ресурсы сотрудников могут быть актуализированы только тогда, когда в компании есть условия для их актуализации, т.е. если руководство компании относится к кадровым ресурсам как к важной ценности, проявляет к ним интерес и заинтересовано в их сохранении и развитии.

Связь развития синдрома эмоционального выгорания с ценностными ориентациями личности

Майорова И.А., Ловков С.Г.

Проблемы зрелой личности находятся в центре внимания многих наук. Не существует единого мнения в определении понятий «зрелость» и «взрослость», «зрелая личность» и «взрослая личность». Противоречия касаются и смысловой нагрузки, и обозначения возрастных границ этих категорий, критериев их определения и становления. В своей работе мы акцентировали внимание на выявлении факторов, способствующих и препятствующих эффективной профессиональной деятельности людей в возрасте от 30 до 60 лет, влияющих на становление их жизнестойкости и психологического благополучия.

В настоящее время человеку приходится сталкиваться с большим количеством вызовов, которые бросает ему внешний мир. Современное общество с развитой медициной и набором социальных гарантий пытается защитить его от «материальных» факторов неблагополучия. Однако это же общество, с его ускоряющимся темпом жизни, способно привнести в жизнь человека немало трудностей. Одними из самых распространенных явлений, которые угрожают благополучию современного человека, являются «стрессоподобные» явления, возникающие в ходе трудовой деятельности, среди которых синдром эмоционального выгорания занимает важное место, как по значимости, так и по распространенности.

Первоначально эмоциональное выгорание определялось как феномен, встречающийся лишь у представителей профессий, относящихся к сфере «человек – человек». Однако теперь можно говорить о том, что этим синдромом могут быть затронуты люди практически в любом виде деятельности. Последние ис-

следования показывают, что выгорание в той или иной степени наблюдается у одной трети работающего населения. При этом у 5–8 процентов из них синдром вызвал появление психосоматических заболеваний, зависимостей и пр.

Более того, периодически проводимые исследования показывают, что процент людей, у которых наблюдаются признаки эмоционального выгорания, растет год от года. Поэтому к СЭВ обращено самое пристальное внимание. Он внесен в МКБ-10. Ежегодно на борьбу с последствиями синдрома и ему подобных проявлений стрессовых воздействий тратится до 2–3 % ВВП развитых стран.

Для описания феномена эмоционального выгорания в настоящее время используется две группы моделей. Первая группа рассматривает выгорание как структуру, состоящую из нескольких конструктов или факторов. Модели этой группы получили название структурных или результативных. Наиболее проработанной из них является трехфакторная модель, предложенная К. Маслач и С. Джексоном [1]. Она предполагает, что выгорание включает в себя в качестве отдельных конструктов эмоциональное истощение, деперсонализацию и редукцию личностных интересов.

Модели второй группы интерпретируют выгорание как процесс, последовательно проходящий ряд определенных стадий. Такие модели называются процессуальными. Набор стадий в них разнится от модели к модели, но, в общем, укладывается в стадии классической модели стресса: напряжение, сопротивление и истощение.

Кроме моделей, к настоящему моменту выявлено множество факторов, влияющих на развитие эмоционального выгорания. Условно их можно разделить на три группы: социальные, организационные и индивидуальные. Первые объясняют выгорание спецификой самих «помогающих профессий», которые предполагают большое количество контактов с людьми. Вторые видят причину в особенностях устройства конкретной организации. Наконец, третьи связывают развитие выгорания с личными особенностями человека.

Современные реалии показывают, что, каким бы большим ни было значение социального и организационного факторов, большинству людей не приходится рассчитывать на серьезные изменения в этой области. Поэтому, на наш взгляд, особенный интерес представляет исследование связи развития выгорания с индивидуально-личностными особенностями человека.

Многие исследователи – например, В.Е. Орел [4], К. Маслач [1] и другие – отмечают, что эмоциональное выгорание носит не локальный характер, а является «сквозным», захватывая на поздних этапах все сферы человеческой жизни, проникая во все области человеческого бытия. При этом В.Е. Орел отмечает специфическую, «противоположную» направленность функций выгорания, их антимотивационный, антикогнитивный и дерегулятивный характер.

Однако Е.В. Ермакова [2] предполагает, что имеет место нарушение в работе некоторой системы, реализующей, соответственно, мотивационную,

когнитивную и регулятивную функции. Она делает предположение о том, что искомая система не что иное, как динамическая смысловая система, описанная в теоретических построениях Д.А. Леонтьева [3]. Личностные ценности представляют собой тот базис, на основе которого формируются все уровни системы, ответственной за эффективную психическую адаптацию человека, за успешность его деятельности.

Базисом для функционирования динамической смысловой системы является набор личностных ценностей человека. Поэтому исследование, проведенное на базе государственного бюджетного учреждения здравоохранения Нижегородской области «Детская городская поликлиника № 39» было посвящено поиску возможной связи между развитием выгорания и особенностями строения ценностно-мотивационной сферы врачей-педиатров.

Гипотезой исследования стало предположение о наличии связи между развитием синдрома эмоционального выгорания и выраженностью ценностей альтруистической или индивидуалистической направленности. В методический комплекс исследования были включены методики исследования выгорания К. Маслач и В.В. Бойко, методика определения ценностных ориентаций М. Рокича и методика «Шкала экзистенции» А. Лэнгле.

Полученные результаты показали, что сотрудники, у которых преобладают альтруистические ценности, демонстрируют значительно меньшую выраженность признаков выгорания. Сотрудники же, для которых характерны индивидуалистические ценности, имеют уровень выгорания гораздо выше. Суммарный индекс выгорания по методике Бойко В.В. для первой группы составил 102, а для второй – 160. Причем это касается как общего показателя выгорания, так и всех его компонентов: эмоционального истощения (10 и 27 единиц соответственно по методике МВИ), деперсонализации (6,6 и 11,5 единиц соответственно по методике МВИ) и редукции личностных достижений (43 и 33 единиц соответственно по методике МВИ). Эти различия являются статистически значимыми при $p < 0,05$.

Если рассматривать процессуальную модель выгорания, то оказывается, что половина сотрудников с альтруистической ориентацией вообще не проявила значимых признаков выгорания, а другая половина находилась на стадии сопротивления. В то же время две трети сотрудников с индивидуалистическими ценностями находилась на стадии сопротивления, а одна треть – уже на стадии истощения. Вероятно, альтруистические ценности не только способствуют уменьшению интенсивности выгорания, но и снижают скорость его развития.

Однако стоит обратить внимание на то, что декларация альтруистических ценностей является социально желательной. И мы оставили за собой право предположить, что среди людей, демонстрирующих такие ценности, только часть принимает их лично, а остальные лишь декларируют. Для выявления таких результатов было выдвинуто предположение, что действительное принятие альтруистических ценностей должно быть сопряжено с высокими

значениями фактора ответственности по методике «Шкала экзистенции». У испытуемых, которые лишь декларируют альтруистическую направленность, значение фактора ответственности должно быть значительно ниже.

По результатам исследования была выделена группа испытуемых, которые лишь декларировали свою альтруистическую направленность. Среднее значение показателя ответственности для них было существенно ниже, чем значение среднего для остальных испытуемых с альтруистическими ценностями.

Средний показатель выгорания у этой группы (165 единиц по методике Бойко) был не только значимо выше, чем у остальных испытуемых с альтруистической направленностью (82 единицы по методике Бойко), но и выше среднего по всей выборке (148 единиц по методике Бойко).

То же можно сказать и о скорости развития синдрома эмоционального выгорания. Для испытуемых, лишь декларировавших альтруистические ценности, была характерна более поздняя стадия выгорания, чем для тех, кто такие ценности действительно принимал.

На основании полученных данных можно сделать вывод, что гипотеза исследования подтвердилась. Развитие синдрома эмоционального выгорания действительно имеет связь с особенностями ценностно-мотивационной сферы человека. В частности, доминирование альтруистических ценностей специалистов, работающих в системе «человек-человек», чья профессиональная деятельность связана со служением людям, помощью детям, может замедлять или даже полностью останавливать развитие синдрома эмоционального выгорания.

Вместе с тем, важным обстоятельством является действительное принятие человеком тех или иных ценностей. Поскольку наличие некоторых ценностей может социально поощряться, возникает соблазн «присвоить» себе именно эти ценности. Однако в реальности это приводит к весьма тяжелым последствиям. Такой человек не только не сможет полноценно заниматься деятельностью, соответствующей своей декларируемой направленности, но и понесет значительный ущерб.

Данные исследования могут стать очередным шагом к пониманию механизма эмоционального выгорания. В практическом плане на данные исследования можно опираться как организациям при проведении своей кадровой политики, так и людям при определении своего профессионального будущего.

Литература

1. *Водопьянова Н.Е.* Психодиагностика стресса. СПб., 2009.
2. *Ермакова Е.В.* Изучение синдрома эмоционального выгорания как нарушения ценностно-смысловой сферы личности (теоретический аспект) // Культурно-историческая психология. 2010, № 1.
3. *Леонтьев Д.А.* Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. М., 2003.
4. *Орел В.Е.* Синдром психического выгорания личности. М., 2005.

Синдром эмоционального выгорания как фактор, инициирующий профессиональные кризисы педагога

Мартынова Л.А.

Одной из дискуссионных проблем в психологии является проблема возрастной периодизации психического развития. Каждая из теорий личности порождает и определенную схему периодизации психического развития. Большинство психологов соглашаются с тем, что развитие состоит из последовательности медленных плавных и быстрых скачкообразных изменений и выделение стадий развития необходимо и возможно.

Чаще всего исследователи ограничиваются периодизацией детского развития, что объясняется большей сложностью периодизации взрослости, поскольку развитие не связывается напрямую с физическим созреванием и приобретением новых когнитивных навыков, а в большей степени определяется внутренней субъектной позицией человека, т.е. принимает качественно новую форму саморазвития.

Развитие взрослого человека можно описать в контексте трех самостоятельных систем, которые соотносятся с различными аспектами его Я. Они включают развитие личного Я, Я как члена семьи и Я как работника. Эти системы взаимосвязаны и каждая имеет свою динамику и линию развития, в которых стабильные периоды нарушаются соответственно кризисами психического развития, семейными и кризисами профессионального становления.

Кризис определяется психологически как ситуация невозможности дальнейшего существования в прежнем статусе, т.е. такая ситуация, в которой субъект сталкивается с невозможностью реализации внутренних потребностей своей жизни (мотивов, стремлений, ценностей). Кризис – острое эмоциональное состояние, возникающее в ситуации столкновения личности с препятствием на пути удовлетворения ее важнейших жизненных потребностей, препятствием, которое не может быть устранено способами решения проблемы, известными личности из ее прошлого жизненного опыта.

Чаще всего психологи выделяют следующие возрастные кризисы, пять из которых приходится на детский возраст: кризис новорожденности (до 1 месяца), кризис одного года, кризис трех лет, кризис 6–7 лет, подростковый кризис (12–13 лет) и юношеский кризис (17–18 лет). Седьмой кризис свойствен молодым взрослым людям (около 30 лет). Восьмой кризис переживается в сорокалетнем возрасте (плюс-минус два года). Последний по счету кризис жизненного пути переживается во время старения (50–55 лет).

Жизненный путь личности, наряду с линией психического развития, имеет и линию профессионального становления, которая так же имеет стабильные и критические (переходные) периоды развития. Так, например, Э.Ф. Зеер, Э.Э. Сыманюк определяют кризисы профессионального становления как непродолжительные по времени периоды (до года) кардинальной перестройки

профессионального сознания, сопровождающиеся изменением вектора профессионального развития личности. По мнению этих авторов, кризисы профессионального становления носят нормативный характер и имеют место на всех стадиях профессионального становления личности. Авторы описывают следующие кризисы профессионального становления: учебно-профессиональной ориентации (14–17 лет); выбора профессии (16–18 лет); профессиональных ожиданий (18–20 лет); профессионального роста (23–25 лет); профессиональной карьеры (30–33); социально-профессиональной самоактуализации (40–42); утраты профессии (55–60) [3].

Одним из факторов, инициирующих кризисы в педагогической деятельности, является синдром эмоционального выгорания, описанный впервые американским психиатром Х. Дж. Фрейденбергером для характеристики психологического состояния здоровых людей, находящихся в интенсивном и тесном общении с клиентами, пациентами в эмоционально насыщенной атмосфере при оказании профессиональной помощи. Психологи выделили группу профессионального риска – это учителя, полицейские, юристы, тюремный персонал, политики, менеджеры всех уровней.

Под эмоциональным выгоранием понимается состояние физического, эмоционального и умственного истощения, проявляющееся в профессиях социальной сферы. Этот синдром включает в себя три основные составляющие, описанные К. Маслач: эмоциональную истощенность; деперсонализацию (цинизм); редукцию профессиональных достижений.

Вслед за В.В. Бойко [1] проанализируем факторы, обуславливающие синдром эмоционального выгорания в деятельности педагога. Рассмотрим сначала группу организационных факторов, куда включаются условия материальной среды, содержание работы и социально-психологические условия деятельности.

Практически все исследования, как резюмируют Н.Е. Водопьянова и Е.С. Старченкова, дают сходную картину, свидетельствующую о том, что повышенные нагрузки в деятельности, сверхурочная работа, высокая продолжительность рабочего дня стимулируют развитие выгорания. Профессия педагога подпадает под эти параметры.

Данные, полученные в исследованиях В.Е. Орла, свидетельствуют о том, что учителя, чей стиль деятельности характеризуется наличием опекающей идеологии во взаимоотношениях с учениками, а так же те, кто не используют репрессивную и ситуационную тактики, демонстрируют высокий уровень выгорания. Кроме того, атмосфера в коллективе учащихся и их отношение к учителю и учебному процессу могут провоцировать возникновение выгорания у педагогов. В частности, отмечается, что апатия учеников и неблагоприятная атмосфера в классе, например, активное сопротивление учителю в виде негативного поведения учеников, вызывают у учителей выгорание.

Среди индивидуальных факторов можно назвать пол и личностные особенности. Феминизированность профессии учителя имеет целый ряд отрицательных моментов, среди которых повышенная заболеваемость психическими болезнями, подверженность стрессу в связи с высокой загруженностью работой по дому, недостаточности внимания, уделяемого домочадцам и т.п. Кроме того, личности, которые ассоциируют свой труд с предназначением, миссией, стирающие грань между работой и частной жизнью, в высокой степени подвержены риску возникновения синдрома.

На наш взгляд, возрастные и профессиональные кризисы могут совпадать по времени, накладываться друг на друга и усугубляться воздействием факторов синдрома выгорания, что и стало предметом нашего экспериментального исследования [2]. В исследовании приняли участие 182 педагога (женщины), из которых 98 человек – учителя средних школ, 83 – воспитатели детских садов. При помощи методики В.В. Бойко мы определили уровень сформированности фаз эмоционального выгорания (напряжения, резистенции, истощения) у педагогов: не сформирована, формируется, сформирована [1]. В связи с задачами нашего исследования мы разделили педагогов на группы, возраст которых приходится на стабильные и переходные этапы психического развития: группа 1: 25–27 лет (26 человек); группа 2: 28–32 лет (32 человека); группа 3: 38–42 года (22 человека); группа 4: 45–50 лет (23 человека). Отметим, что согласно литературным данным, возрастные группы 2 и 3 находятся на критических (переходных) этапах развития. Затем мы проанализировали сформированность фаз выгорания в выделенных группах [2].

Как показывают экспериментальные данные, полученные в нашем исследовании, в наибольшей степени выраженности у педагогов представлена вторая фаза эмоционального выгорания – фаза «резистенции». Так, у педагогов, подверженных выгоранию на фазе «резистенции», симптомы проявляются более регулярно, носят более затяжной характер, и труднее поддаются коррекции. Как отмечает в своем исследовании В.Е. Орел, перерывы в работе оказывают положительный эффект и снижают уровень выгорания, но этот эффект носит временный характер: уровень выгорания частично повышается через три дня после возвращения к работе и полностью восстанавливается через три недели. Признаки и симптомы третьей стадии выгорания являются хроническими. Могут развиваться физические и психологические проблемы; попытки заботиться о себе, как правило, не приносят результата, а профессиональная помощь может не давать быстрого облегчения. Профессионал может подвергать сомнению ценность своей работы, профессии и жизни как таковой.

Отметим, что наибольшая степень выраженности второй фазы выгорания свойственна педагогам, соответствующим возрастной категории 28–32 года. Этот возраст представлен в литературе как кризис 30 лет в возрастной пери-

одизации и кризис профессиональной карьеры в периодизации профессионального становления [3]. Можно предположить, что совпадение двух кризисов на данном этапе развития и большая склонность к выгоранию молодых, усугубляют глубину переживания критического периода, связанного с необходимостью решения важных жизненных задач – в сфере личного «Я», в семейной и профессиональной сферах. Кризис 30 лет связан с переосмыслением себя, переструктурированием Я-концепции в связи с будущими жизненными перспективами, поскольку возраст небольшой и запас физических сил еще велик, чего не скажешь о возрастном кризисе 40 лет, когда в большей степени люди сталкиваются с проблемами, связанными со здоровьем, и представления о жизненных перспективах значительно больше ограничены возрастом.

Кроме того, возрастной период 38–42 лет, отмеченный в ряде литературных источниках как «кризис середины жизни» или кризис 40 лет, в периодизации профессионального становления педагогов отмечен как ненормативный кризис, так как не каждый профессионал способен подняться на уровень мастерства. По данным Э.Э. Сыманюк, Э.Ф. Зеера основными психологическими новообразованиями на этом этапе являются профессиональная зрелость, интеграция профессионально важных качеств, индивидуальный стиль деятельности, идентификация личности с профессиональной деятельностью. На этом этапе педагогическая деятельность становится потребностью личности, смыслом ее существования, ареной самоутверждения и реализации себя. Движущими факторами дальнейшего профессионального развития личности становится потребность в самореализации, самоосуществлении. Профессиональная самоактуализация приводит к неудовлетворенности собой, окружающими людьми, обстоятельствами и профессией, порождая кризис социально-профессиональной самоактуализации (40–42 года).

Можно предположить, что в возрастной период 28–32 лет кризис профессионального становления, который отмечен в литературе как нормативный для педагогической деятельности, оказывает более сильное воздействие на эмоциональную сферу женщин-педагогов и встречается с двумя другими факторами – возрастным кризисом и синдромом эмоционального выгорания.

Таким образом, эмоциональное выгорание возникает в связи с комплексом факторов, включающих индивидуально-психологические особенности педагога и специфические особенности профессиональной деятельности эмоционального характера. Возрастные, профессиональные, семейные кризисы могут накладываться друг на друга, усугубляясь воздействием факторов синдрома эмоционального выгорания [2].

Литература

1. Бойко В.В. Энергия эмоций. СПб., 2004.
2. Мартынова Л.А. Сформированность фаз синдрома эмоционального выгорания у женщин-педагогов разных возрастных групп // Психологическое сопровождение образовательного процесса / Под ред. О.С. Поповой. Минск, 2015.
3. Сыманюк Э.Э. Психология профессионально обусловленных кризисов. М., 2004.

Особенности переживания кризиса «середины жизни» в условиях разных национально-религиозных культур

Морева Г. И.

Актуальность исследования. Современные условия жизни (нестабильность общественных структур, экономические и социальные катаклизмы и т.д.) зачастую ставят человека в ситуацию, вызывающую дезадаптацию и личностный конфликт. Особенно эти процессы усугубляются в ситуации возрастных кризисов. В возрастной психологии подробно разработаны вопросы развития детей и подростков. Исследователи, занимающиеся изучением взрослости, сталкиваются с рядом проблем: во-первых, нет четких границ периода взрослости; во-вторых, кризисы взрослости проходят более скрытно для окружающих; в-третьих, они в большей степени обусловлены социальными факторами и индивидуальным жизненным опытом; в-четвертых, преодоление кризиса связано с необходимостью собственной активной внутриличностной работы. Развитие личности взрослого человека не может также рассматриваться в отрыве от процесса его самореализации. В настоящее время накоплен определенный опыт, касающийся возрастных кризисов в период взрослости, что свидетельствует о наличии научного интереса к данной теме, но вместе с тем существует дефицит исследований связей между спецификой самореализации и переживанием кризиса середины жизни мужчинами и женщинами.

Современные социальные условия создают противоречивую ситуацию: с одной стороны, ожидания общества усиливают требования, предъявляемые личности (образование, профессиональные навыки и т.д.); с другой стороны, социально – экономическая обстановка в стране ограничивает возможности для самореализации (например, отсутствие системы обязательного трудоустройства и как следствие – жесткая конкуренция в профессиональной среде).

С 1991 г. после распада СССР в разных республиках стали происходить большие социальные изменения с тенденцией в сторону традиционных, национальных ценностей. Национальные ценности основаны на разных религиозных убеждениях. Это привело к определенным изменениям в социальных моделях общества (семья, поведение на работе и в обществе в целом), и к значительным изменениям в стране в целом. Традиционная схема возрастного кризиса середины жизни приобрела другие оттенки в виде определенных социальных факторов. Возникла необходимость изучения и создание новой схемы, включающей факторы так называемой «восточной» разновидности, изучения кризиса середины жизни.

В работе Шин Я.В., выполненной под нашим руководством, мы попытались выявить особенности переживания кризиса в условиях разных социальных культур основанных на разных религиозных взглядах. Мы исходили из предположения, что люди, относящихся к разной религиозной культуре,

переживающие кризис середины жизни, имеют как сходные, так и различные психологические особенности.

В исследовании приняли участие 50 человек, из которых 25 человек в возрасте от 29–40 лет узбекской национальности, по вере исповедания – мусульмане; 25 испытуемых в возрасте от 29–40 лет, европейцы, придерживаются христианства.

Одной из важных сторон личности, претерпевающих изменения в ситуации кризиса является смысловая, ценностная система. По полученным результатам смысложизненных ориентаций (методика «Тест смысложизненных ориентаций», адаптирована Д.А. Леонтьевым) мы можем сделать следующие выводы:

1 шкала «Цели в жизни» не несет особой разницы между 2 выборками, которые имеют низкие показатели (все данные были сопоставлены со средними и стандартными отклонениями субшкал и общего показателя СЖО в работах Е.А. Петровой, А.А. Шестакова). Это означает отсутствие в жизни испытуемых целей, которые придают жизни осмысленность, направленность и временную перспективу. Такие люди живут сегодняшним или вчерашним днем.

При протекании кризиса среднего возраста цели в жизни слабо выражены, что отражает данная шкала, как у мусульман, так и у христиан. Подобные результаты можно объяснить особенностью современной экономической обстановки – нестабильностью, отсутствием веры в изменения, экономической несостоятельностью и др.

2 шкала «Процесс жизни, или интерес и эмоциональная насыщенность жизни». Данная шкала более результативна, чем первая. В ней прослеживаются значимые отличия между 2 группами ($p < 0,005$);

- у мусульман показатели по данной шкале имеют высокие показатели, что может означать, как воспринимает испытуемый процесс своей жизни: интересно, эмоционально насыщено и наполнено смыслом.
- у европейцев показатель по данной шкале имеет низкий результат, что может быть признаком неудовлетворенности своей жизнью в настоящем; но при этом испытуемые могут придавать важный смысл воспоминаниям о прошлом или нацеленность в будущее.

Возможно, эти данные свидетельствуют о том, что среди европейцев в Узбекистане наблюдается большая текучесть, тогда как мусульмане более уверенно связывают свои жизненные цели с проживанием в данной стране; процесс их жизни достаточно определен и главным образом связан с семейными отношениями.

3 шкала «Результативность жизни, или удовлетворенность самореализацией». Данная шкала также дала значимые различия в 2 группах испытуемых ($p < 0,005$):

- мусульмане имеют высокие показатели, свидетельствующие о положительном отношении к пройденному отрезку жизни, ощущение того, насколько продуктивна и осмысленна была прожитая часть жизни.

– европейцы имеют низкие показатели, которые, возможно, говорят о том, что данная группа лиц в целом испытывает неудовлетворенность прожитой частью жизни.

Возможно, это связано с тем, что узбекские обычаи предполагают более раннее вступление в брак, а также преемственность поколений, что придает кризису средней жизни определенную стабильность.

4 шкала «Локус контроля-Я (Я – хозяин жизни)». Данная шкала не имеет ощутимой разницы и одинакова для всех респондентов, имеет низкие показатели. Это может свидетельствовать о том, что люди не верят в свои силы, в способность контролировать события собственной жизни. Современность часто не дает нам возможность чувствовать себя хозяином собственной жизни; многие ситуации человек вообще не способен контролировать. И это часто связано не со слабостью личности, а с невозможностью справиться со сложными ситуациями и понимание бесперспективности борьбы.

5 шкала «Локус контроля-жизнь, или управляемость жизни». Эта шкала не имеет различий между двумя выборками, обе группы имеют средние показатели по данной шкале; т.е. возможности изменения будущего респондентами оцениваются недостаточно высоко.

6 шкала «Общие показатели жизни». Можно отметить интересный факт, что по данным методики показатели испытуемых имеют высокие результаты ($p < 0,005$), что может свидетельствовать о том, что в целом все респонденты довольны жизнью и верят в возможность изменения будущего в лучшую сторону.

Во многом наши новые или старые смыслы определены тем, как человек оценивает свои успехи, жизнь, себя.

Одинаковые показатели, не имеющие существенной разницы, имеют следующие шкалы: замкнутость, саморуководство, конфликтность, где p Получены значимые различия по 5 шкалам методики «Уровень субъективного контроля» (УСК):

«Шкала интернальности в области достижений»: у мусульман высокий балл, который соответствует высокому уровню субъективного контроля над эмоционально положительными событиями и ситуациями. У европейцев низкий показатель по шкале свидетельствует о том, что человек приписывает свои успехи и достижения обстоятельствам – везению, счастливой судьбе или помощи других людей. Данная характеристика снижает возможность успешного преодоления кризиса.

Возможно, показатели по данной шкале связаны с национально-психологическими особенностями узбеков – умением владеть своими чувствами, которые являются подспорьем в преодолении кризиса среднего возраста.

«Шкала интернальности в области неудач»: количественная обработка данных показала низкие баллы у мусульман и высокие баллы у европейцев.

В данном случае мы можем предположить, что низкий показатель по этой шкале у узбеков связан с их особым отношением к религии и более сильной

верой по сравнению с европейцами. Возможно, факт веры позволяет более успешно преодолевать кризис среднего возраста. Все зависит не от тебя, а от того, так угодно высшим силам.

«Шкала интернальности в области семейных отношений»: результат обработки выявил у двух выборок примерно одинаковые низкие результаты, которые указывают на то, что субъект считает своих партнеров ответственными за возникающие в его семье ситуации.

«Шкала интернальности в области производственных отношений» в данной шкале отмечаются высокие баллы у мусульман и низкие у европейцев.

Европейцы, возможно, имеют более низкий показатель по данной шкале, так как не видят перспективы в будущем, что было выявлено ранее. По данному показателю кризис европейцами проживается более остро, чем мусульманами.

«Шкала интернальности в области межличностных отношений». По данной шкале отмечается высокий показатель у мусульман и низкий у европейцев. При высоких показателях человек считает себя в силах контролировать свои формальные и неформальные отношения с другими людьми, вызывать к себе уважение и симпатию. Низкий показатель, напротив, указывает на то, что человек не может активно формировать свой круг общения и склонен считать свои межличностные отношения результатом активности партнеров.

Данный показатель можно объяснить такими национальными особенностями узбекского народа, как гостеприимность, доброжелательность, доверчивость и готовность прийти на помощь по сравнению с европейцами, у которых данные качества развиты слабее. И мы можем предположить, что переживание кризиса по данной шкале мусульманами переживается легче.

Выводы.

Согласно результатам исследования мы можем констатировать, что выдвинутая нами гипотеза подтвердилась. Люди различных религиозных конфессий, а именно мусульмане и христиане, имеют как общее, так и различия в психологических характеристиках при переживании кризиса среднего возраста.

Общие характеристики в обеих группах являются результатом общих социальных условий: экономической нестабильности, отсутствием возможностей для самореализации и др.

Исходя из результатов исследования, мы можем охарактеризовать:

– мусульман, как людей, воспринимающих жизнь радостной, наполненной смыслом, положительно оценивающих свое прошлое, имеющими цели устремления в будущем и в целом довольных своей жизнью. Им свойственна уверенность в себе, которая может снижаться с проявлением трудностей, недооцениванием своих качеств, которые могут вызывать ощущение малой ценности и личной несостоятельности. Так же прослеживается стремление сохранить свои качества в неизменном виде, что может мешать возможности самосовершенствования. Такой показатель, как ответственность, может про-

являться в обвинении себя за те или иные поступки, но с выраженным гневом и досадой в адрес окружающих. Мусульманам свойственно контролировать свои эмоции и налаживать успешный контакт с окружающими людьми.

Мы можем предположить, что трудности в проживании кризиса среднего возраста у мусульман могут быть из-за чрезмерной ответственности, самообвинения, недооценивания своих способностей и недостаточной реализованности в жизни. Но благодаря таким качествам и особенностям, как умение контролировать свои эмоции, религиозность (вера в Аллаха), открытость, доброжелательность, преемственность поколений, институт брака, четкое распределение семейных ролей, мусульманам удается пережить кризис среднего возраста.

– европейцы (в Узбекистане) в своих смысложизненных ориентациях направлены на временную жизненную перспективу, не вполне удовлетворенны своей жизнью, но живут с надеждой на изменение в лучшую сторону. Данной категории присуща самоуверенность, ощущение силы собственного Я, уважение себя, довольство собой, компетентность в решении многих жизненных вопросов, высокая оценка своей неповторимости, принятие себя во всей полноте поведенческих проявлений. Им свойственно отрицать собственную вину в конфликтных ситуациях, с перенесением ответственности на других в затруднительных ситуациях. Развито чувство субъективного контроля в отрицательных событиях и ситуациях.

Европейцами тяжело переживается кризис из-за отсутствия видения перспектив будущего, недовольства нынешним положением в жизни и чувством недостаточной нереализованности.

Но благодаря принятию себя, адекватной самооценке, самостоятельности, зрелости кризис переживается легче.

Литература

1. Алексеев М.Ю., Крылов К.А. Особенности национального поведения. – М., 2000.
2. Аминов А.М. Татарская и русская народная культура / А.М. Аминов. – Казань, 1998.
3. Балабанова Е.С., Бурлуцкая М.Г., Демин А.Н. Маргинальность в современной России: Коллектив. моногр. Сер. «Научные доклады». Вып. 121. М.: МОНФ, 2000.
4. Вагабов, М.В. Ислам и семья. М., 1980.
5. Виткин Дж. Мужчина и стресс / Пер. с англ. – СПб: Питер-Пресс, 1996.
6. Джураева Н.А. Философия восточной семьи // Молодой ученый. – 2012. – № 2.
7. Калитина С.В. Психологический смысл кризиса середины жизни // Психология зрелости и старения. – 2004. – № 4.
8. Козлова Т.З. Особенности социальной идентификации на различных стадиях жизненного цикла личности // Психология развития. / Под ред. А.К. Болотовой и О.Н. Молчановой. – М.: ЧеРо, 2005.
9. Кунантаева Д.Д. Образ настоящего мужчины и настоящей женщины в глазах современной молодежи // Вестник Омского университета, 2005. – № 3.
10. Леонтьев Д.А. Психология смысла. – М.: «Омега-Л», 2003.
11. Муздыбаев К. Стратегия совладания с жизненными трудностями. Теоретический анализ // Журнал социологии и социальной антропологии. – 1998. Т. 1. Вып. 2.
12. Мюррейн Стайн. В середине жизни: Юнгианский подход»: Когито-Центр. М.: 2009.
13. Романова Е.Д., Воронова Т.А. Особенности национального узбекского менталитета и этикета. Вестник выпуска 2009. – 5 (79).

Алекситимия и способность к получению и оказанию социальной поддержки

Московская М.С.

Согласно современным представлениям, одним из важных факторов соматических и психических нарушений являются подавленные, не переработанные и не выраженные во внешнем плане эмоции. Проблема трудностей в осознании и описании своих эмоциональных переживаний, наиболее полно аккумулировалась в понятии «алекситимия» [Ересько, Исурина, Кайдановская, 2005; Sifneos, 1977]. В общем понимании алекситимия представляет собой затрудненность осознавать и описывать свои эмоциональные переживания и определять их у других людей [Sifneos, 1977].

К настоящему времени насчитывается большое количество исследований, рассматривающих алекситимию в качестве серьезного предиктора психосоматической патологии, расстройств аффективного спектра, постстрессовых расстройств, расстройств пищевого поведения, зависимости от психоактивных веществ [Провоторов, Чернов, Лышова, 2000; Ересько, Исурина, Кайдановская, 2005; Сандомирский, 2005; Старшенбаум, 2005; Кристал, 2006; Иванова, Горобец, 2008; Довженко, 2008; Холмогорова, 2011; Белялова, Собенникова, Долгих, 2012]. По данным современных публикаций, более чем у половины больных с психосоматическими расстройствами независимо от нозологической принадлежности выявляется высокий уровень алекситимии [Старшенбаум, 2005; Ересько, Исурина, Кайдановская, 2005; Кристал, 2006; Иванова, Горобец, 2008; Довженко, 2008; Белялова, Собенникова, Долгих, 2012; Taylor, Ryan, Bagby, 2004].

Если алекситимия справедливо считается фактором риска возникновения психических и соматических расстройств, то защитную функцию – роль фактора-протектора в предупреждении многих из вышеуказанных заболеваний играет феномен социальной поддержки, представляющий собой эмоциональную или инструментальную помощь, получаемую человеком от своего социального окружения. С 80-х гг. XX века начинается систематическое научное изучение защитной роли социальных связей в психическом и физическом здоровье [Брайт, Джонс, 2003; Dohrenwend, 1974; Cassel, 1976; Brown, Harris, 1986].

Подчеркивается важная роль социальной поддержки в течении соматических заболеваний, таких как рак, болезни сердца, инфекционные заболевания, заболевания иммунной системы, хронические неспецифические заболевания легких [Брайт, Джонс, 2003; Ярославская Л.И. и М.А., 2014]. Доказан буферный эффект социальной поддержки у лиц, прекративших прием алкоголя, бросивших курить [Брайт, Джонс, 2003; Ярославская Л.И. и М.А., 2014]. Также считается установленным, что социальная поддержка снижает чувство одиночества, уменьшает депрессивные симптомы [Брайт, Джонс, 2003; Холмогорова, Гаранян, Петрова, 2003; Холмогорова, Петрова, 2007; Ярос-

лавская Л.И. и М.А. 2014; Li, Ji, Chen, 2014]. Наиболее важным видом социальной поддержки, по мнению многих авторов, является эмоциональная поддержка – это поддержка, которая, главным образом, направлена на нормализацию душевного состояния и подразумевает чувство близости, доверия, общности, а также предполагает возможность открытого выражения чувств [Холмогорова, 2011; Шерягина, 2006].

К настоящему времени остается недостаточно изученным вопрос о связи феномена алекситимии и социальной поддержки. Немногочисленные исследования по этой проблеме освещают только одну ее сторону, а именно отражают связь между алекситимией и воспринимаемой социальной поддержкой [Холмогорова, 2011; Karukivi, Joukamaa, 2011, Korkoliakou, Christodoulou, Kouris, 2014]. Исследований, направленных на выявление связи между алекситимией и способностью к оказанию различных видов социальной поддержки, обнаружено не было.

Цель. Изучение связей между алекситимией и способностью к получению и оказанию различных видов социальной поддержки в популяционной и клинической выборке.

Методы исследования. Обследовано 58 человек (50 женщин и 8 мужчин). Исследование проводилось в два этапа на двух типах выборок. На первом этапе была обследована выборка из общей популяции, численность которой составила 38 человек, из которых 34 женщины и 4 мужчин. На втором этапе было проведено исследование клинической группы, численность которой составила 20 человек, из которых 16 женщин и 4 мужчин (группа больных, страдающих депрессивными расстройствами). Основной возрастной диапазон испытуемых в обеих группах 20–50 лет. Испытуемые в обеих группах разных профессий и социального положения, подавляющее большинство имеет высшее образование. Выраженность алекситимии оценивалась с помощью Торонтской алекситимической шкалы (TAS), разработанная Taylor et al.; адаптация Д.Б. Ерьско с соавт. Параметры социальной поддержки оценивались с помощью опросника воспринимаемой социальной поддержки Зоммера, Фюдрика (F-SOZU-22); адаптация А.Б. Холмогорова, Г.А. Петрова. В адаптированную версию опросника вошли следующие подшкалы: эмоциональная поддержка, инструментальная поддержка, социальная интеграция, удовлетворенность социальной поддержкой. Способность испытуемых оказывать разные виды социальной поддержки оценивалась с помощью проективной методики стратегий утешения, разработанная Ф.Е. Василюком и Е.В. Шерягиной.

Результаты и их обсуждение:

Анализ данных популяционной выборки, полученных на первом этапе нашего исследования, показал, что люди с высоким уровнем алекситимии отличаются от людей с низким уровнем алекситимии следующими показателями воспринимаемой социальной поддержки: более низким уровнем воспринимаемой под-

держки в целом, а также более низкими показателями социальной интеграции и эмоциональной поддержки. Это означает, что чем выше уровень алекситимии, тем меньше эти люди ощущают себя интегрированными в определенную сеть социальных взаимодействий, в рамках которых отмечается совпадение ценностей и представлений о жизни, а также общность интересов и увлечений, они не ощущают эмоциональной поддержки от своего окружения. Интересно, однако, что при этом у них не отмечается снижения показателя удовлетворенности социальной поддержкой и показателя инструментальной поддержки. Это может свидетельствовать о том, что люди с алекситимией, хотя и отмечают некоторое снижение эмоциональной поддержки со стороны других людей, тем не менее, мало осознают дефицит эмоциональной поддержки как проблему. Это объясняется наличием определенных эмоциональных дефицитов этих людей, которые затрудняют установление близких отношений с другими людьми, а значит, мешают их социальной интеграции, получению эмоциональной поддержки и, в конечном счете, отражается на общем уровне воспринимаемой поддержке.

Что касается оказываемой поддержки, то рост уровня алекситимии отрицательно влияет на способность к оказанию эмоциональной поддержки. Однако при этом испытуемые с высокими показателями алекситимии становятся более активными в оказании инструментальной поддержки, которая основывается на конкретных способах помощи и не предполагает эмоциональной включенности в состояние другого человека.

Таким образом, с ростом показателей алекситимии уменьшается способность получать и давать эмоциональную поддержку, но повышается готовность давать инструментальную.

В виду немногочисленности популяционной выборки, а также с целью подтверждения полученных ранее результатов, было принято решение о проведении второго этапа исследования и расширении выборки, а именно включении в нее группы больных депрессивными расстройствами с целью подтверждения полученных результатов. Выбор испытуемых по принципу наличия клинически выраженного депрессивного расстройства был произведен не случайно, а обусловлен наличием тесной взаимосвязи между алекситимией и депрессией, существование которой все чаще подчеркивается в работах, как отечественных, так и зарубежных исследователей. При этом вопрос о характере этой связи так и остается до конца не решенным.

Анализ данных, полученных на втором этапе исследования показал, что обнаружены схожие тенденции в аспекте получаемой социальной поддержки у испытуемых популяционной группы и испытуемых клинической группы – в обеих группах испытуемые с высоким уровнем алекситимии отличаются от испытуемых с низким уровнем алекситимии следующими показателями воспринимаемой социальной поддержки: более низким уровнем воспринимаемой поддержки в целом, а также более низким показателем эмоциональной под-

держки. Это означает, что чем выше уровень алекситимии, тем меньше эти люди ощущают дефицит эмоциональной поддержки от своего окружения. При этом у испытуемых обеих групп не отмечается снижения показателя удовлетворенности социальной поддержкой и показателя инструментальной поддержки. Это может свидетельствовать о том, что испытуемые обеих групп с высоким уровнем алекситимией, хотя и отмечают некоторое снижение эмоциональной поддержки со стороны других людей, тем не менее, мало осознают дефицит эмоциональной поддержки как проблему. При этом важно отметить, что у испытуемых клинической выборки, хотя и отмечается снижение показателя социальной интеграции, тем не менее, он не достигает той степени снижения, которую мы обнаруживаем у испытуемых популяционной группы. Указанный результат можно объяснить не многочисленностью клинической выборки и дает право предполагать, что в случае расширения клинической выборки можно ожидать более выраженного снижения указанного показателя.

Что касается оказываемой поддержки, то и здесь обнаружены схожие тенденции. Рост уровня алекситимии у испытуемых обеих групп отрицательно влияет на их способность к оказанию эмоциональной поддержки. Однако при этом испытуемые обеих групп с высокими показателями алекситимии становятся более активными в оказании инструментальной поддержки, которая основывается на конкретных способах помощи и не предполагает эмоциональной включенности в состояние другого человека. Создается впечатление, что более выраженная склонность к оказанию инструментальной поддержки у испытуемых обеих групп с высоким уровнем алекситимии может являться доступной стратегией установления контакта с другими людьми, компенсации снижения уровня воспринимаемой социальной поддержки. Отдельно хочется отметить, что рост уровня алекситимии у испытуемых клинической группы также отрицательно влияет на способность к оказанию рефлексивно-деятельной поддержки, при этом в популяционной группе указанная взаимосвязь выявлена не была. Это означает, что чем выше уровень алекситимии у пациентов с депрессивными расстройствами, тем в меньшей степени они способны оказать помощь, направленную на осмысление ситуации и активизацию собственных ресурсов человека, которому нужна помощь. Создается впечатление, что снижение способности оказывать рефлексивно-деятельную поддержку в адрес других людей является специфичной для пациентов с депрессивными расстройствами и не характерна для испытуемых популяционной выборки, тем не менее характер связи между уровнем алекситимии и способностью оказывать рефлексивно-деятельную поддержку также отрицательный и в популяционной группе, хотя связь эта не достигает статистической значимости. Выявленная особенность депрессивных больных может объясняться их излишней фиксированностью на своих негативных переживаниях, что приводит к нарушению способности устанавливать конструктив-

ные и диалогические отношения с окружающими. Указанный дефицит, в свою очередь, снижает способность этой группы больных к рефлексии возникших затруднительных ситуаций, а также осмыслению источников проблем людей, обращающихся к ним за помощью и поддержкой.

Выводы:

При исследовании популяционной группы в аспекте воспринимаемой и оказываемой социальной поддержки были получены следующие результаты:

- испытуемые с высоким уровнем алекситимии имеют более низкий уровень воспринимаемой социальной поддержки в целом, а также более низкие показатели эмоциональной поддержки и социальной интеграции. При этом удовлетворенность социальной поддержкой, а также воспринимаемая инструментальная поддержка никак не связаны с уровнем алекситимии.
- испытуемые с высоким уровнем алекситимии не склонны к оказанию эмоциональной поддержки, но готовы оказывать инструментальную поддержку – показатели оказываемой инструментальной поддержки растут вместе с ростом алекситимии.

При исследовании клинической группы в аспекте воспринимаемой и оказываемой социальной поддержки были получены сходные с популяционной группой тенденции:

- испытуемые с высоким уровнем алекситимии имеют более низкий уровень воспринимаемой социальной поддержки в целом, а также более низкие показатели эмоциональной поддержки. Вместе с тем, отмечается снижение показателя социальной интеграции. При этом удовлетворенность социальной поддержкой, а также воспринимаемая инструментальная поддержка никак не связаны с уровнем алекситимии.
- испытуемые с высоким уровнем алекситимии не склонны к оказанию эмоциональной и рефлексивно-деятельной поддержки, но готовы оказывать инструментальную поддержку – показатели оказываемой инструментальной поддержки растут вместе с ростом алекситимии. Вместе с тем, у испытуемых клинической группы также отмечается снижение показателя рефлексивно-деятельной поддержки, что отличает их от испытуемых популяционной группы.

Литература

1. Белялова Ф.И., Собенникова В.С., Долгих В.В. Психосоматические и соматоформные расстройства в клинической практике: сборник материалов XIII Байкальской конференции. Иркутск, 2012.
2. Брайт Дж., Джонс Ф. Стресс. Теории, исследования, мифы. СПб.: Издательство «Прайм-ЕВРОЗНАК», 2003.
3. Довженко Т.В. Расстройства депрессивного спектра с кардиологическим синдромом у больных сердечно-сосудистыми заболеваниями: Автореф. дис. ... докт. мед. наук. М., 2008.
4. Ересько Д.Б., Исурина Г.Л., Кайдановская Е.В. [и др.]. Алекситимия и методы ее определения при пограничных психосоматических расстройствах // Метод. пособие. СПб., 2005.

5. *Иванова Г.П., Горобец Л.Н.* Роль алекситимии в формировании психобиологических показателей у больных с диффузной формой тиреоидита Хашимото // Статья по теме докт. дис. / ФГУ «Московский НИИ психиатрии» Минздравсоцразвития России. М., 2008.
6. *Кристал Дж.* Интеграция и самоисцеление. Аффект, травма и алекситимия. Москва: Институт общегуманитарных исследований. 2006.
7. *Провоторов В.М., Чернов Ю.Н., Лышова О.В.* [и др.]. Алекситимия // Журн. неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. 2000. № 6.
8. *Сандомирский М.* Психосоматика и телесная психотерапия: Практическое руководство. М.: Независимая фирма «Класс», 2005.
9. *Старшенбаум Г.В.* Психосоматика и психотерапия: исцеление души и тела. М.: Издательство Института психотерапии, 2005.
10. *Холмогорова А.Б., Гаранян Н.Г., Петрова Г.А.* Социальная поддержка как предмет научного изучения и ее нарушения у больных с расстройствами аффективного спектра // Соц. и клинич. психиатр. 2003. № 2.
11. *Холмогорова А.Б., Петрова Г.А.* Методы диагностики социальной поддержки при расстройствах аффективного спектра // Медицинская технология. МНИИ психиатрии Росздрава. М., 2007.
12. *Холмогорова А.Б.* Интегративная психотерапия расстройств аффективного спектра. М.: Издательство «МЕДПРАКТИКА-М», 2011.
13. *Шерягина Е.В.* Переживание и утешение в психологической практике // Молодые ученые – столичному образованию: Материалы V городской научно-практической конференции молодых ученых и студентов учреждений высшего и среднего образования городского подчинения. М.: МГППУ, 2006.
14. *Ярославская Л.И., Ярославская М.А.* Исследования роли социальной поддержки в адаптации к болезни у пациентов, страдающих хроническими неспецифическими заболеваниями легких [Электронный ресурс] // Клиническая и медицинская психология: исследования, обучение, практика: электрон. науч. журн. 2014. № 1 (3). URL: <http://medpsy.ru/climp>
15. *Brown G.W., Harris T.O., Bifulco A.* Long-term effects of early loss of parent // Depression in young people: developmental and clinical perspectives / M. Rutter, C.E. Izard, and P.B. Read (Eds.). N.Y.: The Guilford Press, 1986.
16. *Cassel J.* The contribution of the social environment to host resistance // Am. J. of Epidemiol. 1976.
17. *Dohrenwend B.S., Dohrenwend B.R.* Overview and prospects for research on stressful life events. 1974.
18. *Karukivi M., Joukamaa M., Hautala L.* Does perceived social support and parental attitude relate to alexithymia? A study in Finnish late adolescents. Psychiatry Research. 2011. № 187.
19. *Korkoliakou P., Christodoulou C., Kouris A.* Alexithymia, anxiety and depression in patients with psoriasis: a case-control study // Annals of General Psychiatry. 2014. № 13.
20. *Li H., Ji Y, Chen T.* The Roles of Different Sources of Social Support on Emotional Well-Being among Chinese Elderly // PLoS ONE. 2014. № 9 (3).
21. *Sifneos P.* et al. The phenomenon of alexithymia observations in neurotic and psychosomatic patients // Psychother. Psychosom. 1973.
22. *Taylor G.J., Ryan D.D., Bagby R.N.* Toward the development of a new self-report alexithymia scale// Psychother. Psychosom. 1985.

Этапы и механизмы модели оптимизации личностных ресурсов на этапе поздней зрелости

Наумова В.А.

В последние годы в русле новых подходов к развитию личности на этапе позднего онтогенеза все чаще возникает необходимость изучения ресурсных

возможностей стареющего человека. Интерес к проблеме ресурсов в период позднего онтогенеза обусловлен двумя группами причин. Во-первых, на протяжении жизни человек исчерпывает не все свои личностные ресурсы в силу их не востребованности, тем самым образуя «пространство возможного» [8, с. 22]. Реализация данного ресурса как потенциально латентного, происходит только через самодетерминированный выбор личности. Это позволяет актуализировать личностную субъектность и обеспечить конструктивные изменения жизнедеятельности у пожилых и старых людей. Вторая группа причин связана с потребностью развития толерантности современного социума к старости, формирования отношения к периоду поздней зрелости с позиции уважения и восхищения, сохранения диалога поколений [2; 11].

Исходной посылкой моделирования оптимизации личностных ресурсов в период поздней зрелости послужили идеи Л.И. Анцыферовой о том, что в старости «любая порождающая деятельность» способствует актуализации новых смыслов и значений предметного и социального мира и тем самым устраняет состояние неопределенности этапа позднего онтогенеза. Важно, что решение таких задач, по мнению автора, требует напряжения психических сил, которые побуждают личность использовать свой не только актуальный, но и потенциальный жизненный опыт, образуя «зону ближайшего развития пожилого человека» [2].

Под понятием «личностные ресурсы» мы понимаем прижизненно сформированную совокупность индивидуальных особенностей личности к периоду поздней зрелости как опыт самопознания и саморегуляции, который может характеризоваться как латентный и при наличии определенных факторов актуализируется в целях изменения организации жизнедеятельности личности [1; 2; 5].

Интегральная «системная организация индивидуально-психологических особенностей личности, лежащая в основе способности личности исходить из устойчивых внутренних критериев и ориентиров в своей жизнедеятельности и сохранять стабильность смысловых ориентаций и эффективность деятельности на фоне давлений и изменяющихся внешних условий», рассматривается как личностный потенциал [8, с. 9].

Модель основана на представлениях о сохранении самодетерминирующих возможностей личности в период поздней зрелости путем опосредствованного осознания и принятия себя на данном возрастном этапе как субъекта собственной жизнеорганизации, способного выступать автономным саморегулируемым субъектом активности [1; 8].

В качестве внешнего катализирующего фактора активации личностного ресурса мы использовали психологическую интервенцию методами системной арт-терапии А.И. Копытина, что предполагает актуализацию латентного ресурса личности, опосредствованного творческой активностью [7]. Специально организованная среда, обеспечивающая процесс целенаправленной

творческой деятельности, а также наличие творческой безопасности, адекватного межличностного взаимодействия в тематической арт-группе, выступает детерминирующим фактором оптимизации личностного ресурса [10].

Модель предусматривает три этапа оптимизации личностных ресурсов: мобилизацию латентных ресурсов личности; разрешение противоречий и несоответствий в жизнедеятельности; самопрезентацию и самореализацию жизненной компетентности (рис. 1).



Рис. 1. Механизмы и этапы оптимизации личностного ресурса на этапе поздней зрелости

Задача *первого этапа* заключается в стимулировании психологических ресурсов саморегуляции. В качестве теоретического обоснования данного шага мы использовали положения исследований В.О. Татенко, о том, что в период поздней зрелости происходит «выключение» отдельных структурно-функциональных блоков, где первым снижает функционирование блок потребности и способности к целеполаганию своего психического развития, а последним – потребности к закреплению в индивидуальном опыте результатов и способов психической самоактивности [12, с. 33]. Актуализация психологических ресурсов саморегулирующих способностей субъекта на этапе поздней зрелости инициирует переструктурирование системных связей во взаимодействиях с объективной реальностью [1; 8; 10].

Продуктивное функционирование процесса мобилизации латентного ресурса приводит к возникновению разрыва между «я могу» и неблагоприятными условиями негативного восприятия старости, что составляет сущность *второго этапа* оптимизации личностного ресурса в период поздней зрелости.

Завершающий этап включает в себя процессуальные аспекты результата разрешения противоречий и несоответствий в жизнедеятельности личности в пе-

риод поздней зрелости. Это проявляется в самопрезентации и самореализации жизненной компетентности личности как субъекта собственной жизни. Понятие «самопрезентация» и «самореализация» рассматриваются в контексте акмеологического развития личности [3]. Г. Хойфтом при описании специфики деятельности личности в период поздней зрелости вводится понятие «жизненной компетентности», трактуемой как личностная позиция, позволяющая конструктивно использовать опыт проживания предыдущих этапов жизни в условиях современной действительности. Исходя из этого, мы предположили, что на этапе позднего онтогенеза самопрезентация выражается в сложном личностном механизме демонстрации жизненной компетентности личности с одновременным принятием себя как субъекта, обладающего данной компетентностью. Применительно к периоду поздней зрелости, на наш взгляд, целесообразно констатировать наличие самопрезентации жизненной компетентности как условие и одновременно как фактора благополучного старения [13]. Учитывая тесную взаимообусловленность самопрезентации и самореализации, мы предприняли попытку рассмотреть самореализацию жизненной компетентности как процесс реализации творческой деятельности либо как результат этой деятельности, либо как их единство.

Каждый из обозначенных этапов обладает собственным механизмом реализации. Наиболее продуктивным при рассмотрении механизмов *актуализации психологических ресурсов саморегуляции* в период поздней зрелости, нам представляется подход Д.А. Леонтьева, анализирующий их как устойчивые регуляционные стратегии или способы построения динамического взаимодействия с обстоятельствами жизни [8]. Мы опирались на основные переменных этой группы: жизнестойкость, рефлексивность, толерантность к неопределенности и копинг-стратегии. *Жизнестойкость* является базовой характеристикой личности, которая опосредствует воздействие на сознание и поведение человека объективных обстоятельств путем изменения оценки ситуации, создания мотивации к трансформационному совладанию, поиска активной социальной поддержки и развития здоровьесберегающих практик. *Рефлексивность* – индивидуальное свойство личности, обладающее трансформационной и генеративной функцией. Использование переменной *толерантности к неопределенности* опирается на взаимосвязи характера неопределенных стимулов и причин возникновения неопределенной ситуации. Включение в модель *копинг-стратегий* основывается на представлениях о вероятной динамике «устойчивых способов поведения» и возможном трансформационном совладании как активном преодолении ситуации, в рамках которого старый человек экспериментирует с новыми формами поведения [9, с. 54–62].

Таким образом, актуализация латентного личностного ресурса путем смещения акцента с внешней, повседневной деятельности на механизм принятия и осознания ценности собственной жизни приводит к необходимости реализации второго этапа оптимизации личностного ресурса в период поздней зрелости.

В основе механизма реализации этапа «разрешение противоречий и несоответствий в жизнедеятельности» была использована точка зрения С.Д. Рюфф,

В.Н. Singer, согласно которой крайне важно усиление позитивных характеристик личности, как реальная возможность быстрой адаптации и благополучного функционирования человека [14]. Анализ результатов ряда исследований психологического благополучия в пожилом и старческом возрасте свидетельствует о сохранении на прежнем уровне показателей автономии, управления средой, самопринятия, целей в жизни – которые можно рассматривать как сильные и позитивные стороны личности на данном этапе жизни человека [4; 6]. Мы предприняли попытку рассмотреть благополучие личности в период поздней зрелости, определяемое нами в термине функциональное благополучие, с позиции ресурсных возможностей личностного роста и «психологического преодоления, возрастных потерь и трудностей» позволяющих сохранять и развивать позитивную личностную идентичность, а также активно функционировать стареющему человеку как субъекту собственной жизнедеятельности [14, с. 78]. Результатом усиления позитивных характеристик личности, можно считать осознания новых смысложизненных ориентаций, самопринятие, позитивное отношение к другим, самодетерминацию, открытость новому опыту и, как следствие, благополучное функционирование. Это позволяет субъекту на этапе поздней зрелости сохранять и развивать позитивную идентичность, что и способствует адекватному разрешению противоречий и несоответствий в жизнедеятельности личности в период поздней зрелости [1; 7].

Наиболее сложным в теоретическом осмыслении является переход от реализации второго этапа к механизмам осуществления третьего этапа оптимизации личностных ресурсов – «самопрезентации и самореализации жизненной компетентности» в период поздней зрелости. В ситуации позитивного функционирования создается возможность *конструктивного принятия социальной ситуации развития* на этапе поздней зрелости как интеграция результатов позитивных решений задачи «принятия себя в новом статусе», функционирования соответствующих жизненных стратегий, а также использования социальной связности. Эффективный вариант данного сочетания стимулирует личностную и творческую активность старого человека, определяет содержание самопрезентации и возможности самореализации жизненной компетентности, как субъекта собственного жизненного пути и жизнедеятельности [10].

Предложенная модель оптимизации личностных ресурсов может выступать условием новой организации жизнедеятельности личности на этапе поздней зрелости.

Литература

1. *Александрова Н.Х.* Особенности субъектности человека на поздних этапах онтогенеза. Дисс... д-ра психол. наук: 19.00.13 – М., 2000. – 212 с.
2. *Анцыферова Л.И.* Психология старости: особенности развития психологии личности в период поздней зрелости // Психологический журнал. – 2001. – Т. 22. № 3. – С. 86–99.
3. *Деркач А.А., Сайко Э.В.* Самость – базовый конструкт становления и развертывания процесса самореализации как содержание акмеологического развития // Мир психологии. – 2008. – № 4 – С. 225–237.

4. *Дубовик Ю.Б.* Исследование психологического благополучия в пожилом и старческом возрасте // Психологические исследования: электрон. науч. журн. 2011. № 1 (15). URL: <http://psystudy.ru>
5. *Ермолаева М.В.* Жизненный опыт как критерий личностного развития в старости // Мир психологии. – 2007. – № 3 – С. 145–152.
6. *Ковалева Е.А.* Психологические трансформации личности в пенсионном возрасте. Дисс. ... канд. психол. наук: 19.00.01. – Сочи, 2010. – 185 с.
7. *Копытин А.И.* Системная арт-терапия: теоретическое обоснование, методология применения, лечебно-реабилитационные и дестигматизирующие эффекты. Дисс. ... докт. мед. наук: 19.00.04. – СПб., 2010. – 311 с.
8. Личностный потенциал: структура и диагностика / под ред. Д.А. Леонтьева. – М.: Смысл, 2011. – 680 с.
9. *Наумова В.А., Глоzman Ж.М.* Арт-терапия и успешное старение. – Verlag: LAP LAMBERT Academic Publishing, 2013. – 168 с.
10. *Наумова В.А.* Оптимизация личностных ресурсов на этапе поздней зрелости. Монография – П-Камчатский: КамГУ им. Витуса Беринга, 2015 – 194 с.
11. *Подольский А.И., Шмит Э., Хиннер Й.* Образы старости и идентичность в диалоге поколений // Психология зрелости и старения. – 2010. – № 3. – С. 65–84.
12. *Татенко В.О.* Субъект психической активности: поиск новой парадигмы // Психологический журнал. – 1995. – Т. 16, № 3. – С. 23–34.
13. *Хойфт Г., Крузе А., Радебольд Г.* Геронтопсихосоматика и возрастная психотерапия. – М.: Издательский центр «Академия», 2003. – 370 с.
14. *Ryff C.D., Singer B.* Interpersonal flourishing: a positive health agenda for the new millennium // Journal of Personality and Social Psychology. 2000. Vol. 4. – P. 12–27.

Субъективная картина жизненного пути как фактор жизнеспособности личности в ситуации потери работы

Нестерова А.А.

Одной из важнейших проблем психологической науки является поиск наиболее устойчивых во времени и обнаруживающих кросс-ситуативную стабильность индивидуально-личностных детерминант личностной зрелости, физического и психического благополучия, адаптивности и жизнеспособности человека. На сегодняшний день не так много исследований, которые выявляют личностные предикторы эффективного, зрелого поведения в трудных жизненных ситуациях, в том числе в ситуации потери работы. Росс и Нисбет отмечают низкую возможность личностно-индивидуальных особенностей выступать в качестве предиктора поведения в конкретной ситуации. Коэффициент корреляции между диспозиционной чертой личности и проявлением этой черты в ситуации составляет около 0,30, но даже этот коэффициент является очень значимым для прогнозтики поведения человека в ситуации нестабильности, а также для разработки сопровождающих и коррекционных мероприятий для человека, находящегося в ситуации кризиса и жизненных проблем [2].

Было установлено, что в рамках когнитивной сферы на жизнеспособность личности, переживающей трудную жизненную ситуацию, влияют базовые убеждения, установки и ценностные ориентации [1].

Мы считаем, что субъективная картина жизненного пути личности молодого человека может также служить значимым фактором жизнеспособности в условиях безработицы.

Как полагает Я.А. Сурикова, субъективная картина жизненного пути интегрально выражает сознательное отношение человека к собственной жизни, обеспечивает чувство идентичности и непрерывности Я человека, интегрирует жизненный опыт личности. Все это является условием развития жизненной мудрости и саморазвития [3]. Следовательно, субъективная картина жизненного пути влияет на зрелость личности, на его жизнеспособное поведение в различных нетривиальных ситуациях.

В эмпирическом исследовании, проведенном на выборке 423 работающих и безработных молодых людей, было проверено следующее предположение: субъективная картина жизненного пути личности может служить значимым фактором жизнеспособности в условиях безработицы. Такие качества, как оптимизм, позитивное отношение к будущему, принятие своего прошлого опыта может быть взаимосвязаны с высоким уровнем жизнеспособности личности. Также мы предполагали, что субъективная картина жизненного пути работающих и безработных молодых людей различается под воздействием негативного внешнего фактора потери работы (у безработных появляется безнадежность, преобладает пессимистический настрой, обесценивается собственное прошлое).

В исследовании были использованы следующие *диагностические методики*:

- Шкала оценки протяженности субъективной картины будущего Alvos (адаптация Е.И. Головаха);
- Опросник безнадежности Э. Бека;
- Методика изучения временной перспективы (Ф. Зимбардо);
- Тест на оптимистический атрибутивный стиль (СТОУН) (Т.О. Гордеева).

Результаты эмпирического исследования:

- Безработные в отличие от работающих молодых людей больше сконцентрированы на чувстве безнадежности всего происходящего ($t=3,80$, $p<0,01$). Это можно объяснить стрессом, связанным с ситуацией потери работы, а так же невыгодным сравнением себя с другими людьми, которые имеют работу. Безработные верят, что все в их жизни будет идти не так, что они никогда ни в чем не преуспеют, не достигнут своих целей, что их худшие проблемы никогда не будут разрешены.
- Протяженность субъективной картины будущего больше в группе безработных ($t=2,17$, $p<0,05$). Этот показатель свидетельствует о среднем возрасте, когда важные события будут происходить в жизни человека. Возраст значимых событий у безработных выше, нежели у работающих. Создается впечатление, что они откладывают значимые события в своей жизни (и положительные, и отрицательные) на более поздние возрастные периоды:

рождение ребенка, устройство на хорошую работу, изменения места жительства, возможные изменения в жизни. В их ответах на отрицательные события жизни (тяжелая болезнь, тюремное заключение) редко отмечается ответ – 0, т.е. «этого со мной не произойдет». Выявлена склонность безработных предполагать самое худшее в своей жизни, настроено относиться к своему будущему.

- У безработных больше выражен показатель по шкале «Негативное прошлое» ($t=2,09$, $p<0,05$). Высокие баллы по этой шкале означают в целом негативный, пессимистичный взгляд на прошлое. В силу реконструктивного характера прошлого такие негативные аттитюды могут быть связаны как с действительным переживанием неприятных или травматичных событий в прошлом, так и с негативной реконструкцией нейтральных событий. Высокие баллы по этой шкале коррелируют с депрессией, тревожностью и низкой самооценкой.
- У работающих молодых людей выше показатели по шкале «Гедонистическое настоящее» ($t=2,09$, $p<0,05$). Это отражает ориентацию на удовольствие в настоящем и неспособность принести что-то в жертву в настоящем, чтобы получить вознаграждение в будущем. Также у работающих выше нацеленность на «Будущее», а это значит, что их действия определяются ориентацией на достижение перспективных целей ($t=2,25$, $p<0,05$).
- Все компоненты оптимизма в группе безработных ниже. В целом по выборке наблюдается низкое значение следующих параметров оптимизма: «стабильность» (все в мире не стабильно) – ($t=3,17$, $p<0,01$), «глобальность» (во всех сферах не может быть хорошо или если плохо, то во всем) – ($t=3,94$, $p<0,01$). У безработных низкий показатель оптимизма в межличностных отношениях ($t=2,03$, $p<0,05$) и оптимизм в ситуации успеха ($t=2,91$, $p<0,01$). То есть, можно констатировать, что даже в ситуации успеха, безработные оценивают себя как некомпетентных и считают, что ситуация успеха скоротечна и нестабильна.
- Таким образом, мы выяснили значимые различия в субъективной картине жизненного пути работающей и безработной молодежи. В целом, можно сказать, что безработные более пессимистичны ($t=3,64$, $p<0,01$), в большей степени не доверяют себе, не верят в успехи завтрашнего дня, обесценивают свои прошлые заслуги. Уровень их жизнеспособности ниже из-за неумения мотивировать себя, быть активным, искать социальную поддержку в трудных ситуациях и адаптироваться, несмотря на трудности.

Корреляционный анализ показал, что компоненты субъективной картины жизненного пути влияют на все структурные элементы жизнеспособности. Наибольшее количество корреляционных взаимосвязей дают такие компоненты субъективной картины жизненного пути как ощущение безнадежности (отрицательная взаимосвязь), оценка прошлого в негативном свете (отрица-

тельная взаимосвязь), фаталистическое настоящее (отрицательная взаимосвязь). Среди позитивного влияния можно выделить все характеристики оптимизма и оценка настоящего с гедонистических позиций.

Литература

1. *Нестерова А.А.* Влияние базовых убеждений личности на адаптацию и жизнеспособность в ситуации потери работы // Ученые записки Российского государственного социального университета. 2010. № 11. С. 151–153.
2. *Росс П., Нисбет Р.* Человек и ситуация. Уроки социальной психологии. М.: Аспект Пресс, 1999.
3. *Сурикова Я.А.* Эмпирическое исследование специфики построения субъективной картины жизненного пути личности: ценностно-смысловой аспект // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. 2012. № 8. С. 155–175.

Проблема инфантилизма современных взрослых

Осина А.И.

В последнее время много говорят об инфантильности современных мужчин. Чаще говорят об этом женщины, подразумевая, что мужчины стали реже проявлять инициативу в отношениях, мужья мало принимают участия в семейных делах, не занимаются детьми, а зачастую сами ведут себя как дети. Некоторые женщины предпочитают самостоятельно воспитывать детей, не вступая в брак, полагая, что от мужчин все равно мало проку. Много пар живут гражданским браком. Некоторые мужчины и женщины предпочитают вообще не создавать семью, не рожать и не воспитывать детей, а сексуальные отношения у них для удовольствия и поддержания здоровья. Есть и такие, которые в зрелом возрасте продолжают жить с родителями, отличаясь от ребенка тем, что зарабатывают деньги (или, не отличаясь вовсе). Из вышесказанного можно предположить, что в повседневной жизни понятию инфантильность приписывают не только незрелость личности, но и лень.

Насколько понятие инфантильности в повседневной жизни совпадает с научным понятием в психологии, подвержены ли ему только мужчины, или женщины тоже, действительно ли в современном обществе стало больше инфантильных взрослых, и если так, то с чем это может быть связано, проявляется ли инфантильность только во взаимоотношениях мужчин и женщин, в семейной жизни или во всех сферах деятельности человека, действительно ли инфантильность – актуальная проблема современных взрослых людей? Давайте попробуем ответить на эти вопросы.

В словаре русского языка С.И. Ожегова есть определение *инфантильного* как «детски недоразвитого, страдающего инфантилизмом», а также «поддельного под поведение, манеры ребенка» и *инфантилизма* как «отсталость в развитии, характеризующаяся сохранением у взрослого физических и психических черт детского возраста» [3]. Многие словари, справочники

и энциклопедии дают схожие определения инфантильности и инфантилизма. Данные категории являются взаимозаменяемыми во многих источниках. С научной точки зрения понятия инфантильности и инфантилизма подлежат дифференциации. В психологии и психиатрии инфантилизм понимают как отдельный синдром, устойчивый и непреодолимый в течении жизни, а инфантильность понимается как характеристика отдельных свойств и качеств даже вполне успешной личности.

Термин «инфантилизм» предложил в 1864 году французский невропатолог и психиатр Эрнест Шарль Ласег. Он считал, что инфантилизм появляется вследствие интоксикаций и инфекций, проявляется во всей конституции человека и выражается в тщедушности, шуплости и миниатюрности тела с чертами детской наивности и беспомощности у взрослых людей. Ласег и другие ученые конца 19 – начала 20 веков, такие как П. Лорен, Е. Бриссо, Г. Антон, которые рассматривали в своих научных трудах понятие «инфантилизм» говорили о том, что причиной его возникновения являются нарушения в физическом здоровье (в частности, гормональные) и перенесенные в детстве заболевания. Получается, что инфантильность – это болезнь или следствие перенесенной болезни, и если так, то как человека с физическими недостатками можно обвинять, в частности, в лени? Дальнейшие исследования показали, что инфантилизм может быть наследственным и приобретенным, и приобретен он может быть не только вследствие перенесенных в детстве различных заболеваний и физических нарушений организма, но и в результате неблагоприятных условий внешней среды.

Интересно обратиться к понятию инфантильности и инфантилизма в психоанализе. Так, З. Фрейд рассматривал инфантилизм с точки зрения детского невроза, как защитную реакцию организма в виде приостановки или регрессивного развития. По мнению Фрейда функция либидо развивается длительно, прежде чем станет служить продолжению рода способом, называемым нормальным... [6]. В соответствии с теориями общей патологии мы можем предположить, что такое развитие несет в себе опасности двух видов – во-первых, опасность задержки и, во-вторых, – регрессии. Это значит, что при общей склонности биологических процессов к вариативности должно будет случиться так, что не все подготовительные фазы будут пройдены и преодолены одинаково успешно; какие-то компоненты функции надолго задержатся на ранних ступенях, и в общей картине развития появится некоторая доля задержки этого развития [6]. Причиной инфантилизма З. Фрейд считал неправильное родительское поведение и психические травмы. К.Г. Юнг также говорил о том, что погрешности воспитания могут выработать стойкую зависимость от родителей и явиться причиной формирования приспособленческого поведения.

Следует отметить, что, поднимая вопрос инфантилизма в своих трудах, ученые приводят примеры инфантильных личностей как среди женщин, так и среди мужчин. Например Фриц Виттельс в своем труде «Фрейд. Его личность,

учение и школа», приводит описание инфантильной женской личности: из-за преждевременного расцвета своей красоты она рано становится объектом ухаживаний (у красивого ребенка нет времени созреть в женщину, и она остается таким, каким ее желают – недалекой, детски красивой и несдержанной).

Итак, инфантилизмом могут страдать как мужчины, так и женщины, ну а лень скорее можно назвать побочным эффектом проявления инфантилизма.

Несмотря на то, что в отечественной науке к изучению инфантилизма обращались прежде всего детские психологи, психиатры и педагоги (Г.К. Ушаков, Г.Е. Сухарева, В.В. Лебединский, Е.П. Ильин, А.Е. Личко и др.), интересно обратиться к трудам Л.С. Выготского, где он дает определение сущности инфантилизма, состоящей в нарушении темпа качественной перестройки психических функций (мышления, внимания, памяти, моторики), при котором психика ребенка сохраняет организацию более раннего возраста. При этом запаздывает формирование сложных опосредованных форм поведения, образуется недоразвитие личности, что ведет к нарушению всех видов произвольной деятельности [1]. Л.С. Выготский предлагает использовать игровую деятельность (как наиболее предпочитаемую инфантильными детьми) в обучении. Но что же тогда делать взрослым? Об этом мы поговорим чуть позже. Прежде стоит отметить особенности инфантилизма.

Описывая инфантильную личность, ученые выделяют следующие черты: незрелая, подверженная любому влиянию личность с нарушенным прогнозированием и импульсивным поведением [2]. Инфантилизм отмечается, в первую очередь, эмоциональными характерологическими особенностями, неустойчивостью настроения, плохо контролируемые влечениями, недостаточностью сознательной и целевой активности, в ряде случаев – поверхностными, незрелыми суждениями. Как правило, для инфантильной личности характерен внешний локус контроля, завышенная самооценка и уровень притязаний, эгоцентризм, обвинение других в собственных неудачах, обостренное чувство психологической незащищенности. Б.В. Зейгарник и Б.С. Братусь писали, что инфантильные взрослые отличаются внушаемостью, подчиняемостью, робостью и застенчивостью. Многие ученые отмечают склонность к фантазированию. В качестве совладающего поведения инфантильные люди часто избирают дистанцирование, избегание или конфронтационный копинг.

Немецкий психиатр Э. Крепелин приписывал людям, подверженным инфантилизму, соматическую ослабленность, неспособность на волевое и длительное усилие, стремление к избеганию неприятных ощущений или напряжения, а также быстро вырабатываемые на этом фоне личностные качества: беспомощность и безволие. В современной психологии американские ученые интерпретировали эти качества как «выученную беспомощность» (М. Селигман, А. Фримен, С. Холл, Д. Хирото и др.), говоря о том, что чрезмерная опека или тяжелые условия жизни подпитывают инфантильную

личность. Таким образом, даже если человек имеет конституционную, гормональную или иную предрасположенность к развитию инфантилизма, родителям не стоит чрезмерной опекой или слишком авторитарным поведением закреплять данную психологическую особенность.

Вернемся к вопросу: что же делать людям, оставшимся в зрелом возрасте инфантильными? Выше мы уже упоминали термин «выученная беспомощность». Интересное решение предлагает Мартин Селигман. Он отмечает, что мы чувствуем и действуем исходя из того, что думаем о себе, окружающих людях и ситуациях, происходящих с нами. Зачастую, даже не задумываясь, о том, что мы подумали в той или иной ситуации, мы начинаем действовать (эффективно или нет), или наоборот бездействуем. Селигман говорит, что позитивные мысли, в которых мы даем себе шанс исправить ошибку, улучшить ситуацию, помогают нам справиться с трудностями. Мысли о том, что мы как всегда сделали оплошность, что нас ничто не исправит, что мы глупые – приводят нас в уныние, и, как следствие, мы теряем интерес к жизни.

Когда мы сталкиваемся с Неприятностью, мы начинаем думать о ней. Наши размышления быстро превращаются в Мнение. Последнее становится столь привычным, что мы можем его даже не замечать, пока специально не остановимся, чтобы на нем сосредоточиться. Следом за этим идут Последствия. Мнения являются непосредственной причиной того, что мы чувствуем и совершаем. Именно от них зависит, предадимся ли мы унынию и сдадимся, или же соберемся и будем действовать конкретно [5].

Мартин Селигман предлагает замедлить, остановить, отследить ход своих мыслей, определить их как помогающие, или, наоборот, мешающие, решению проблемы. Совместно со Стивеном Холлоном и Артуром Фрименом, Мартин Селигман разработали специальную технику, чтобы изменять стиль объяснения. Первый шаг состоит в том, чтобы разглядеть связь между неприятностью, мнением и последствием (НМП). Второй шаг состоит в том, чтобы увидеть как НМП действует в нашей повседневной жизни.

Если мысли по отношению к проблеме являются пессимистичными, их следует остановить, сказать себе «стоп», а затем путем внутреннего диалога обсудить с собой, какие негативные последствия ошибки действительно существуют, а какие реально нейтрализовать, но главное сказать себе, что я не неудачник, а неправильно себя повел в данной конкретной ситуации (а возможно, и от меня вовсе ничего не зависело).

М. Селигман предлагает вести дневник наблюдений за своими мыслями в неприятных ситуациях. Набрать несколько ошибок из своей жизни и подробно разобрать их по схеме, предложенной им в книге «Как научиться оптимизму» [5]. Действие по такой схеме, думаем, является хорошей рефлексией не только для юношества, готовящегося или только начинающего самостоятельную жизнь, но и для взрослых, оставшихся на прежней ступени возрастного развития.

Научиться позитивному мышлению по методике, предлагаемой Мартином Селигманом, думаю, можно и самостоятельно. Также психолог может предложить своим клиентам прочитать книгу, выполнить тест и задание, а затем обсудить и отследить рефлексию клиента. Ирвин Ялом в книге «Экзистенциальная психотерапия» пишет о том, что сам факт проведения психотерапии с клиентом, общение с ним, возникающая и развивающаяся взаимосвязь клиента и терапевта влияет на то, как клиент начинает выстраивать отношения вне терапии: в семье, на работе, с друзьями, в личной жизни. Он говорит о том, что отношения в терапии являются реальными отношениями с реальными людьми, которые сами по себе содержат много осмысленного и целительного. Последнее время и в России становится популярным обращаться к психологу.

В заключении стоит отметить, что, безусловно, в современном обществе среди нас есть инфантильные люди. Однако, судя по тому, что уже более столетия ученые обращаются к теме инфантилизма, не стоит говорить, что в последнее время инфантильных людей стало больше. Тем более, общаясь с ними в повседневной жизни, мы не знаем, родились они таковыми или в силу воспитания или жизненных обстоятельств, приобрели отдельные черты инфантильной личности. Современное общество выдвигает высокие требования к населению, в первую очередь, к уровню образования и степени трудоспособности. Неудивительно, что эмоциональная сфера, наиболее ярко проявляющаяся в семейной жизни и дружеских отношениях, может запаздывать в развитии.

Литература

1. *Выготский Л.С.* Собрание сочинений. М., 1982.
2. *Леонгард К.* Акцентуированные личности. М., 1981.
3. *Ожегов С.И.* Словарь русского языка. М., 1989.
4. *Селигман М.* Как научиться оптимизму. М., 1997.
5. *Одинцова М.А.* Эмоциональный интеллект инфантильных подростков // *Познание в деятельности и общении: от теории и практики к эксперименту.* М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2011. С. 513–518.
6. *Фрейд З.* Введение в психоанализ: лекции. М.: Наука, 1989.

Психологические детерминанты суицидального поведения в зрелом возрасте

Орешкина А.С.

Проблема суицидального поведения и его профилактики в настоящее время становится все более острой в связи с возрастанием частоты случаев суицидов. Суицидальной активности подвержены не только молодежь, но и люди зрелого возраста.

Согласно периодизации И.Ю. Кулагиной, В.Н. Коллюцкого [1], Е.Е. Сапоговой [3], В.И. Слободчикова, к зрелому возрасту относится период онтогенеза от 30/35 до 60 лет.

В возрасте 40 лет обостряются не решенные ранее экзистенциальные проблемы. Человек остро переживает неудовлетворенность своей жизнью, расхождение между жизненными планами и их реализацией, нередко происходит смена работы. Помимо проблем, связанных с переосмыслением профессиональной жизни и творческого пути, часто в данный период супруги остаются один на один друг с другом, так как дети выросли и «выпорхнули из родительского гнезда» и, если, кроме детей супругов ничего не связывало, семья может распасться. В данный период нередко происходит поиск нового партнера и создание новой семьи. Самостоятельность жизни детей, обострение семейных отношений, неудовлетворенность профессиональной деятельностью, смерть близких родственников и друзей – все это может спровоцировать аутоагрессивное поведение. Чем старше человек становится и приближается к выходу на пенсию, тем больше мыслей об одиночестве, окончании профессиональной деятельности, утрате возможностей, отделении от семьи или друзей, происходит обострение страхов и переживаний относительно конечности собственного бытия.

Эмпирическое исследование проводилось с 2013–2014 г.г. на базе Психиатрической клинической больницы № 4 им. П.Б. Ганнушкина, Московского Научно – Исследовательского Института Психиатрии (ФГБУ «ФМИЦПН» Минздрава России) и Центра психологической помощи Евгения Полякова (Москва). В основную группу вошли 32 суицидента зрелого возраста (35–57 лет), 18 женщин и 14 мужчин, имевших в анамнезе жизни от 1 до 4-х суицидальных попыток. Все испытуемые, обследованные на базе Психиатрической клинической больницы № 4 им. П.Б. Ганнушкина, характеризовались отсутствием эндогенной симптоматики. Контрольная группа набиралась на базах факультета повышения квалификации Московского городского психолого-педагогического университета. В нее вошли слушатели программ повышения квалификации, их родственники и знакомые. Выборка состояла из 28 человек условно здоровых, того же возраста, без признаков аутоагрессивного поведения, 15 женщин и 13 мужчин. Участие всех испытуемых в нашем исследовании было добровольным, со всеми респондентами у экспериментатора сложился хороший рабочий контакт.

Для изучения психологических детерминант суицидального поведения в зрелом возрасте нами были использованы следующие методики: «Переживание экзистенциальных кризисов» Л.В. Сенкевич [4], «Шкала экзистенции» А. Лэнгле, «Отношение к жизни и смерти» И.Ю. Кулагиной.

Проведенный статистический анализ полученных данных при помощи U-критерия Манна-Уитни, выявил достоверные, на высоком уровне значимости, различия между основной и контрольной группами ($p < 0,001$).

Данные, полученные с помощью методики «Переживание экзистенциальных кризисов» Л.В. Сенкевич (Рисунок 1), свидетельствуют о том, что показатели контрольной группы значимо выше, по всем шкалам, чем показате-

ли основной группы. Респонденты контрольной группы, в целом, довольны своей жизнью. Их беспокоят проблемы свободы и ответственности, а также, возрастающее с годами, чувство одиночества. Представители основной группы не удовлетворены сложившейся жизнью: прошлым и настоящим, испытывают чувство вины, одиночество, собственную незащищенность, проблему свободы и ответственности. Низкий уровень удовлетворенности собственной жизнью является частым предиктором суицидального поведения.

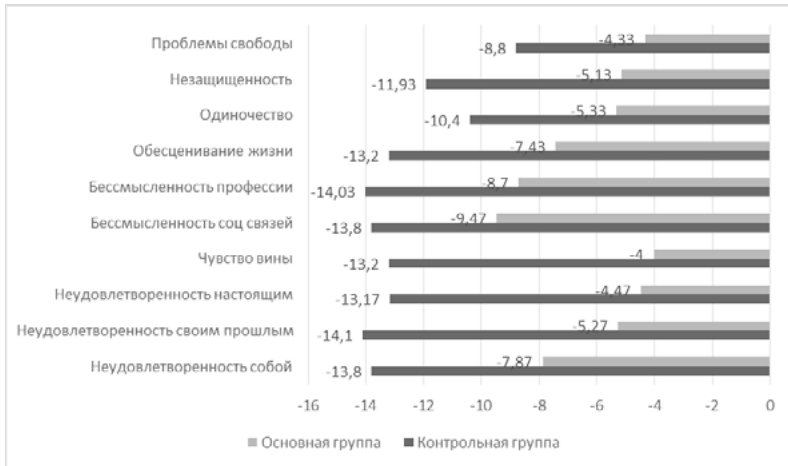


Рис. 1. Среднегрупповые показатели Переживания экзистенциального кризиса испытуемых основной и контрольной выборок

На рисунке 2 показано, что суициденты зрелого возраста имеют более низкие показатели по всем шкалам, по сравнению с испытуемыми контрольной группы. Проведенный статистический анализ с помощью критерия Манна – Уитни показал, что лица, склонные к суицидальному поведению, по сравнению с контрольной группой, имеют наиболее низкие значения по шкалам: ST – самотрансценденция, F-свобода, P – персональность, E – экзистенциальность и G – экзистенциальную исполненность.

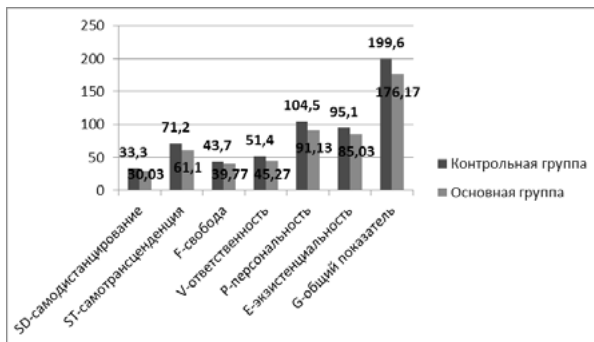


Рис. 2. Среднегрупповые показатели Шкалы экзистенции испытуемых основной и контрольной выборок

Исследование, проведенное с помощью методики «Отношение к смерти» И.Ю. Кулагиной, показало, что респонденты контрольной группы значимо отрицательно относятся к смерти, чем респонденты, совершившие суицидальную попытку.

У суицидентов зрелого возраста отсутствует смысл жизни. Люди не знают, что именно они хотят от жизни, планы, цели на будущее не четкие, а часто вовсе отсутствуют. Они не умеют быть эффективными во внешнем мире, часто недовольны собой, своим настоящим, профессиональной деятельностью, испытывают, как внутреннее, так и внешнее одиночество, переосмысливают жизненные ценности и понимают, чего не достигли. Они не «умеют быть в мире». Ощущение своего бытия как Person не придает их жизни смысл и наполненность. Хотя именно их небытие в мире вызывает самые тяжелые переживания (отчаяние, бесконечное чувство вины и недовольство своей текущей жизнью). Часто такое восприятие собственной жизни «загоняет человека в угол» и единственным выходом видится суицид.

У респондентов контрольной группы отмечается наличие смысла жизни, которое позволяет человеку быть активным и эффективным, а также способность проживать свою Person, быть в мире с самим собой и окружающей действительностью.

Таким образом, полученные данные свидетельствуют о том, что данный возрастной период является уязвимым, так как он тесно связан с экзистенциальным кризисом, в процессе которого человек, оглядываясь назад, оценивает свои достижения и недостатки прожитых лет.

Литература

1. *Кулагина И.Ю., Колоцкий В.Н.* Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. М., 2001.
2. *Лэнгле А.* Person. Экзистенциально-аналитическая теория личности: Сборник статей: Пер. с нем. М., 2008.
3. *Сапогова Е.Е.* Психология развития человека. М, 2005.
4. *Сенкевич Л.В.* Экзистенциальный кризис и склонность к суицидальному поведению в юношеском возрасте (на примере представителей неформальных молодежных группировок) // Ученые записки Российского государственного социального университета. – 2011. – № 7.

Регуляция эмоций при посттравматическом стрессовом расстройстве

Падун М.А.

Последствия психической травматизации (в том числе – посттравматическое стрессовое расстройство – ПТСР) являются серьезной проблемой современного мира. Для России тема психической травмы особенно актуальна в связи с проблемой терроризма, наличием «горячих точек», а также длительным периодом тоталитаризма и порожденных им репрессий в недавнем про-

шлом, оказывающих влияние на последующие поколения [2].

Регуляция эмоций представляет собой совокупность эксплицитных и/или имплицитных психических процессов, направленных на ослабление, усиление или удержание на одном уровне интенсивности и валентности эмоциональной реакции или эмоционального состояния [1] [5]. Атрибутами адаптивной регуляции эмоций являются осознанность, целенаправленность и выбор адекватной ситуации стратегии. Регуляция эмоций может быть автоматической, осуществляемой за пределами осознания. Вместе с тем, доступность для человека осознанной регуляции эмоций дает возможность выбора адекватной ситуации стратегии регуляции, обеспечивает гибкость в оценке эмоциогенных ситуаций и эмоциональном реагировании. Целенаправленность, как атрибут регуляции эмоций, означает наличие у индивида цели воздействовать именно на эмоциональную реакцию или эмоциональное состояние. Третий атрибут регуляции эмоций – стратегия – определяет то, какими средствами достигается регуляторная цель.

Биологические механизмы нарушений регуляции эмоций после травмы. Исследователи мозговых механизмах нарушений регуляции эмоций при ПТСР выделяют два типа ПТСР, один из которых связан с дисрегуляцией, характеризующейся гипервозбудимостью и интрузиями (вторжением травматических мыслей и образов), а второй – с гиперрегуляцией (диссоциацией травматических переживаний). Оба типа нарушенной регуляции могут последовательно сосуществовать у одного человека, а могут формировать тип ПТСР с преобладанием интрузивной или диссоциативной симптоматики. При этом расстройство с преобладанием гипервозбуждения чаще развивается после острой травмы, а диссоциативный тип в большей степени характерен для ПТСР, развившегося вследствие пролонгированной травмы [10].

Посттравматическая дисрегуляция характеризуется сниженной активацией отделов медиальной префронтальной коры, вовлеченных в процессы регуляции эмоций (вентромедиальная префронтальная кора, передняя поясная кора). Таким образом, свойственная ПТСР повышенная активация амигдалы, не регулируется в достаточной степени корой головного мозга [7]. В субъективном переживании этот тип нарушений регуляции эмоций проявляется в напряженности, гипербдительности, вспышках гнева, раздражительности, флэшбэках, бессоннице.

Гиперрегуляция эмоций, которая соответствует диссоциативному типу ПТСР, имеет обратную картину. Пациенты с ПТСР диссоциативного типа демонстрируют завышенную по сравнению с нормами активацию корковых отделов, включенных в регуляцию (дорсальная зона передней поясной извилины и медиальная префронтальная кора). Для диссоциативного типа ПТСР характерна субъективно переживаемая «замороженность», выключенность из связанного с травмой эмоционального содержания. На уровне мозга деперсонализация и дереализация, как основные компоненты диссоциации, связаны с подавлением активации лимбической системы префронтальными отделами

мозга. В экспериментах, связанных с предъявлением стимулов, напоминающих о травме, интенсивность диссоциативных реакций отрицательно коррелировала с активацией островковой зоны правого полушария (снижение интрацептивных ощущений – деперсонализация) и положительно – с активацией передней поясной извилины и медиальной префронтальной коры [6].

Психологические стратегии посттравматической регуляции эмоций. ПТСР характеризуется своего рода порочным кругом: вторжение – возбуждение – попытка избегания (подавления) – повторное вторжение. На выборках респондентов, пострадавших в результате различных травматических событий, было показано, что интенсивность симптомов ПТСР сопряжена с высокой выраженностью копинга, ориентированного на избегание [4].

Подавление эмоциональных переживаний является частью посттравматического избегания. Вследствие подавления усиливается эмоциональное возбуждение при ПТСР, что вызывает дальнейшее поведенческое избегание любых соприкосновений с травматическими переживаниями [3]. Часто сопутствующие ПТСР диссоциация и злоупотребление психоактивными веществами также являются устойчивыми стратегиями ухода от интенсивных негативных эмоций.

Результаты исследований регуляции эмоций при ПТСР говорят о сниженной способности травмированных людей прибегать к активным стратегиям регуляции эмоций, в частности, к когнитивной переоценке. Показано, что и в начале, и на окончательном этапе терапии ПТСР способность к когнитивной переоценке отрицательно связана с выраженностью посттравматической симптоматики. Кроме того, в процессе когнитивно-поведенческой терапии ПТСР способность к когнитивной переоценке повышается [3].

Посттравматическая регуляция эмоций в отношениях привязанности. Переживание травматического опыта, сопровождающееся чувствами ужаса и беспомощности, запускает сложный процесс совладания, который мобилизует внутренние и внешние копинг-ресурсы личности, в том числе – систему привязанности. Таким образом, поведенческая система привязанности автоматически активируется, когда человек подвергается травматическому воздействию. Травматическое событие приводит человека к прохождению так называемых «трех шагов» привязанности: восприятие угрозы, поиск доступных внутренних и/или внешних объектов привязанности, актуализация поведения привязанности [8].

Даже в случае переживания тяжелой травмы индивидам с надежной привязанностью доступно восстановление чувства защищенности и безопасности. Запрос травмированного человека на помощь и поддержку приводит к актуализации внутренних репрезентаций объектов привязанности и внешних объектов – значимых близких людей, что позволяет индивидам с надежной привязанностью обрести опору в себе и других, прибегать к конструктивным стратегиям регуляции эмоций и постепенно восстановить эмоциональное равновесие.

В случае дисфункционального поведения привязанности достижения эмоционального равновесия не происходит. Более того, поиск внутренних и внешних объектов привязанности может вносить дополнительные нарушения в процесс совладания с травмой. Невозможность эффективной регуляции эмоций после травмы может включать острое чувство одиночества и отвержения, актуализацию негативных «рабочих моделей» себя и других, использование гиперактивационных (близость запрашивается за счет нарушения границ, истерического поведения, провоцирования конфликтов и т.д.) или деактивационных (дистанцированных) паттернов привязанности. Все эти процессы повышают риск развития долговременных посттравматических последствий и, в том числе, ПТСР. Иными словами, ненадежный тип привязанности, является фактором риска развития ПТСР [8].

Надежная привязанность способствует прохождению человека через оба процесса переработки травматической информации – вторжение и избегание. В свою очередь, ненадежные стили привязанности препятствуют переработке травматического опыта. В частности, гиперактивационные стратегии при тревожной привязанности способствуют репереживанию травматического опыта и фрустрации в связи с невозможностью получить поддержку, что усиливает интрузивную симптоматику и повышает вероятность ретравматизации. Деактивационные стратегии привязанности способствуют дальнейшему отрицанию последствий травматизации и подавлению связанных с травмой эмоций, что усиливает симптоматику избегания.

Регуляция эмоций, как мишень психотерапии травмы. Работа над распознаванием, дифференциацией, пониманием эмоций, а также над их регуляцией, является обязательной в психотерапии любых нарушений в любом психотерапевтическом подходе. Мы обозначим лишь отдельные акценты, важные, на наш взгляд, для практической реализации описанных выше теоретических представлений о регуляции эмоций после травмы.

Основным фокусом в психотерапии ПТСР является преодоление тех стратегий регуляции эмоций и поведения, которые связаны с избеганием мыслей, ситуаций и эмоций, связанных с травмой [9]. Такая работа требует совместных усилий психотерапевта и клиента, направленных на осознание, принятие и переживание негативных эмоций, связанных с травмой, т.е. с развитием способности выдерживать эмоциональный дистресс.

Основой для развития способности выдерживать дистресс являются такие отношения между психотерапевтом и клиентом, которые содержат паттерны надежной привязанности: эмпатия психотерапевта и его способность присутствовать рядом с клиентом в его тяжелом состоянии являются залогом формирования чувства безопасности и защищенности в отношениях. Это чувство, в свою очередь, позволяет клиенту укреплять установку о возможности выдерживать и переживать дистресс (страх, вторжение образов, связанных с травмой) без привычного избегания.

Для тех клиентов, которые пережили травматизацию в детском возрасте, задачи терапии расширяются в связи с недостаточным развитием тех психических функций, которые делают возможной регуляцию. Необходима отдельная работа по развитию способностей к самонаблюдению в отношении переживаемых эмоций, развитие тех психических функций, которые позволяют на уровне ментальных репрезентаций отделять эмоциональные состояния от личности в целом.

Развитие способности к осознанию и принятию собственных эмоциональных реакций и эмоциональных состояний невозможно без элементов психобразования, – особенно в части предоставления информации о «нормальности» любых эмоций (в том числе негативных), а также о закономерности посттравматических интрузий (вторжений травматических образов), как автоматических психических усилий по переработке травмы.

Большую поддержку в психотерапии травмы может оказать совместная работа с партнером клиента с целью развития паттернов надежной привязанности в отношениях и снижения проявлений ненадежной привязанности. В частности, партнер клиента может развивать способность к выдерживанию тяжелых эмоциональных состояний близкого человека, а сам клиент может обучаться запрашивать эмоциональную поддержку.

Литература

1. Падун М.А. Регуляция эмоций: процесс, формы, механизмы // Психологический журнал. 2010. № 6. С. 57–69.
2. Тарабрина Н.В., Матин Н.В. Феномен межпоколенческой передачи психической травмы (по материалам зарубежной литературы) // Консультативная психология и психотерапия. 2013. № 3. С. 96–120.
3. Boden M.T., Westermann S., McRae K., Kuo J., Alvarez J., Kulkarni M.R., Bonn-Miller M.O. Emotion regulation and posttraumatic stress disorder: A prospective investigation. // Journal of Social and Clinical Psychology. 2013. V. 32 (3). P. 296–314.
4. Clohessy S., Ehlers A. PTSD symptoms, response to intrusive memories and coping in ambulance service workers. // British Journal of Clinical Psychology, 1999. V. 38. P. 251–265.
5. Gross J.J., Thompson R.A. *Emotion Regulation: Conceptual foundations* // Handbook of Emotion Regulation / Ed. J.J. Gross. N.Y.: Guilford Press, 2007. P. 3–24.
6. Hopper J.W., Frewen P.A., Van Der Kolk B.A., Lanius R.A. Neural correlates of reexperiencing, avoidance, and dissociation in PTSD: symptom dimensions and emotion dysregulation in responses to script-driven trauma imagery. // Journal of Traumatic Stress. 2007. V. 20. № 5. P. 713–25.
7. Lanius R, Vermetten E, Loewenstein R.J., Brand B., Schmahl C., Bremner J.D., Spiegel D. Emotion modulation in PTSD: clinical and neurobiological evidence for a dissociative subtype // American Journal of Psychiatry. 2010. V. 167. P. 640–647.
8. Mikulincer M., Shaver P.R., Horesh N. Attachment bases of emotion regulation and posttraumatic adjustment. // In: D.K. Snyder, J.A. Simpson, J.N. Hughes (eds.) Emotion regulation in families: Pathways to dysfunction and health. Washington DC: American Psychological Association. P. 77–99.
9. Orsillo S. M., Batten S.V. Acceptance and Commitment Therapy in the treatment of posttraumatic stress disorder. Behavior Modification. 2005. V. 29 (1). P. 95–129.
10. van der Kolk B.A., McFarlane A.C., van der Hart O. A general approach to treatment of posttraumatic stress disorder // In: B.A. Van der Kolk, A.C. McFarlane, L. Weisaeth (Eds.) Traumatic stress: the effects of overwhelming experience on mind, body, and society. New York: Guilford Press. 1996. P. 417–440.

Эмоциональная саморегуляция у пациентов с пограничными психическими расстройствами

Польская Н.А.

Нарушения регуляции эмоций и сопутствующие им нарушения в межличностной сфере являются центральными как в диагностике пограничных психических расстройств [DSM-5, 2013], так и в некоторых описывающих их моделях. Так, Марша Линехан, рассматривает эмоциональные нарушения как причину многих поведенческих проблем пациентов с пограничными психическими расстройствами, причем выводит их формирование из особого стиля воспитания, при котором эмоциональные состояния ребенка систематически игнорируются, а их значение обесценивается его родителями [Linehan, 1993].

Цель данного исследования – изучение отдельных аспектов эмоциональной саморегуляции у пациентов с пограничными психическими расстройствами. Исходя из гипотезы о нарушении эмоциональной саморегуляции на уровне личностных факторов, исследовались особенности копинг-поведения, эмоционального интеллекта, волевого контроля и уровня тревоги и депрессии у пациентов с пограничными психическими расстройствами и в группе респондентов, не имеющих нарушений психического здоровья.

В исследовании приняли участие 78 респондентов: 57 (73,1 %) – женского пола и 21 (26,9 %) – мужского пола в возрасте от 25 до 66 лет. Из них экспериментальная группа – 35 респондентов – пациенты с пограничными психическими расстройствами, проходящие лечение в психиатрической больнице: 24 (68,6 %) – женского пола и 11 (31,4 %) – мужского пола, $M_{возр.} = 43,8$, $SD=11,5$. В контрольную группу было включено 43 респондента: 33 (76,7 %) – женского пола и 10 (23,3 %) – мужского пола, $M_{возр.} = 36,7$, $SD=11,5$. Условием участия в исследовании было добровольное и информированное согласие респондентов.

Для оценки копинг-поведения применялись две методики: «Способы совладающего поведения» (Lazarus, Folkman, 1988; Крюкова, Куфтяк, Замышляева, 2004), с определением копинга по шкалам: конфронтационный копинг, дистанцирование, самоконтроль, поиск социальной поддержки, принятие ответственности, бегство-избегание, планирование решения проблемы, положительная переоценка; и опросник когнитивной регуляции эмоций (Garnefski et al., 2002, Рассказова, Леонова, Плужников, 2011), позволяющий выделить эффективные (принятие, позитивная перефокусировка, фокусирование на планировании, позитивная переоценка, рассмотрение в перспективе) и деструктивные стратегии (самообвинение, руминация, катастрофизация и обвинение других). Эмоциональный интеллект измерялся с помощью методики оценки эмоционального интеллекта «ЭмИн» (Люсин, 2009), с выделением шкал межличностного и внутриличностного эмоционального интеллекта, понимания эмоций и управления эмоциями и пяти субшкал: понимание чужих эмоций, управление чужими эмоциями, понимание своих эмоций, управление своими эмоциями и контроль экс-

прессии. Для оценки уровня тревоги и депрессии применялась госпитальная шкала тревоги и депрессии, позволяющая определить уровень выраженности данных факторов (норма, клинический и субклинический) (Zigmond, Snaith, 1983; Сыропятов и др., 2003). Для оценки волевого контроля применялась методика «Контроль за действием», имеющая шкалы «контроль за действием при планировании», «контроль за действием при реализации», «контроль за действием при неудаче» (Kuhl, 1991; Шапкин, 1997).

Статистический анализ данных осуществлялся с помощью SPSS-22 (частотные и описательные статистики, непараметрические критерии).

Результаты. Поиск межгрупповых различий с помощью критерия Манна-Уитни показал, что пациенты с пограничными психическими расстройствами обнаружили более высокие значения руминации, катастрофизации, поиска социальной поддержки, депрессии и тревоги ($p < 0,05$). Контрольная группа отличалась большими значениями по шкале контроля за действием при неудаче ($p \leq 0,005$).

С целью оценки возрастной динамики исследуемых показателей в клинической и неклинической группах, выборка была разделена на подгруппы по возрастному критерию: 25–30 лет ($n=24$; 30,8 %), 31–40 лет ($n=18$; 23,1 %), 41–50 лет ($n=17$; 21,8 %), старше 51 года ($n=19$; 24,4 %). В клинической группе значимые различия (по критерию Краскела-Уоллеса) были получены по показателям принятия и обвинения других ($p < 0,05$). Принятие выше всего у испытуемых 31–40 лет и старше 51 года, а ниже всего в самой младшей группе. Обвинение других выше всего у испытуемых 31–40 лет, и ниже всего в самой старшей группе. В неклинической группе значимые различия были получены по показателям руминации, катастрофизации и бегства-избегания ($p < 0,05$). Наименьшие значения по всем трем переменным были в младшей группе, наибольшие – по переменным руминации и катастрофизации в старшей группе, по переменной бегства-избегания у испытуемых 31–40 лет.

Таким образом, можно отметить, что у пациентов с пограничными психическими расстройствами в большей степени выражены деструктивные стратегии когнитивной регуляции эмоций, а также депрессия и тревога (что можно считать следствием нарушений эмоциональной саморегуляции). Руминация и катастрофизация обозначают тенденцию к «застреванию» на негативном эмоциональном содержании и его глобализации, переносу на все сферы жизни. Интересным представляется также то, что не было обнаружено межгрупповых различий по показателям эмоционального интеллекта, что позволяет предположить нарушения эмоциональной саморегуляции на более глубоких, менее подверженных осознанию уровнях. Также возможно, что у пациентов нет рефлексии причин эмоциональных нарушений, из-за чего обнаружение различий с использованием опросников самоотчета усложняется.

С другой стороны, возрастная динамика исследуемых переменных показывает, что пациенты с пограничными расстройствами с возрастом начинают исполь-

зовать более эффективные стратегии когнитивной регуляции эмоций (принятие) и отказываются от деструктивных (обвинение других). Интерес представляет возрастной период от 31 до 40 лет, когда эти тенденции сталкиваются, что приводит к выраженности обоих типов стратегий. Возрастные различия, обнаруженные в группе нормы, позволяют предположить, что деструктивные стратегии регуляции эмоций (руминация и катастрофизация) связаны с общими процессами когнитивного старения, характеризующимися нарушениями управляющей (метакогнитивной) функции подавления и, как следствие, персеверацией.

Выводы.

1. Пациенты с пограничными психическими расстройствами имеют более высокие значения руминации, катастрофизации, депрессии и тревоги. С возрастом у них происходит отказ от некоторых деструктивных стратегий эмоциональной саморегуляции (обвинение других) и принятие эффективных (принятие).
2. В контрольной группе с возрастом повышается использование деструктивных стратегий эмоциональной регуляции (руминации, катастрофизации, бегства-избегания).
3. Отсутствие межгрупповых различий по показателям эмоционального интеллекта позволяет предположить, что нарушения эмоциональной саморегуляции определяются более глубокими и менее осознанными психологическими структурами.

Литература

1. American Psychiatric Association: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition. Arlington, VA, American Psychiatric Association, 2013.
2. Linehan M. Cognitive-behavioral treatment of borderline personality disorder. – NY: Guilford Press, 1993.

Когнитивная переработка межличностного стресса в норме и при эмоциональных расстройствах

Пуговкина О.Д., Давыдова Ю.А.

Во многих психологических концепциях и эмпирических исследованиях отмечается ряд черт когнитивного функционирования, которые отличают зрелый, адаптивный стиль переработки информации. Среди них – гибкость, способность к «осознанному присутствию» (mindfulness), рефлексивность, способность к смене позиции, децентрация в общем и социальном познании [4].

Деадаптивный когнитивно-личностный стиль характеризуется обратным сочетанием черт: снижение рефлексивности, дефицит осознанности (mindfulness), или трудность принятия метакогнитивной позиции по отношению к своему психическому состоянию; ригидность, или склонность к «застреванию» на неприятных и непродуктивных размышлениях и переживаниях

ниях; эгоцентризм, особенно в восприятии интерперсональных контекстов; глобализация мышления (в противовес способности воспринимать обстоятельства дифференцированно и дискретно) [2,3].

Перечисленные выше когнитивные особенности являются чертами уязвимости по отношению к развитию разных форм дезадаптации, эмоциональных нарушений и психических расстройств.

Особую уязвимость перечисленные когнитивные особенности создают в плане нарушений социального познания, а именно понимания контекстов межличностного общения, переработки социальной информации. Исследования социального познания как важнейшего неспецифического фактора развития и психологического благополучия являются одним из основных трендов современных междисциплинарных исследований [5].

Концепция развития мышления Ж. Пиаже позволяет связать дезадаптивный когнитивно-личностный стиль с чертами эгоцентрического, дооператорного мышления. В отношении социального познания эгоцентрическая позиция проявляется в неспособности вставать на позицию другого человека и относиться к собственному мнению как к одной из гипотез, требующих проверки. Эти особенности мышления приводят к постоянным ошибкам в интерпретации сложных интерперсональных ситуаций, что обрекает человека на хронический дистресс в межличностных отношениях и, как следствие – эмоциональные нарушения [1].

В зарубежной психологии разрабатывается концепция генерализации интерперсонального стресса (Interpersonal Stress Model) [6], в которой конкретизируются механизмы возникновения и хронификации неудовлетворенности в сфере общения. С точки зрения этой модели, особая реактивность в отношении межличностного стресса связана с двумя чертами когнитивной переработки социальной информации: феноменом глобализации и ригидностью, склонностью к «застреванию» на негативном опыте. Сначала склонность к глобализации, эгоцентризм и другие нарушения социального познания приводят к тому, что межличностные стрессоры вызывают большую активизацию негативных мыслей и негативных аффектов после таких стрессов, по сравнению с другими типами стрессов. Затем – ригидность, склонность к руминациям и недостаточность рефлексии приводят к хронификации этих неприятных переживаний.

В ряде работ эмпирически зафиксирована повышенная чувствительность к межличностным стрессам у больных депрессией и затяжной характер восстановления от такого типа стресса, по сравнению с другими повседневными стрессами [6].

Таким образом, основной смысл теории генерализации интерперсонального стресса состоит не в выделении различных источников интерперсонального стресса (не важно, что именно является источником стресса), а в описании нарушений переработки этого типа стресса. Для описания этих нарушений авторы концепции предложили оригинальный конструкт – Spillover Effect of Daily Interpersonal Stress. Смысл его состоит в том, что стресс, испытанный

больными депрессией в межличностном контексте имеет свойство распространяться (или перетекать) в последующие дни после него. Он вызывает активизацию депрессивных симптомов, и помимо этого, эффект от испытанного межличностного стресса затягивается, и больные депрессией гораздо дольше восстанавливаются от него, по сравнению со здоровыми людьми.

Целью нашего пилотажного эмпирического исследования была проверка данной концепции на отечественной выборке. В исследовании приняли участие пациенты с эмоциональными (депрессивными, тревожными) расстройствами ($n=25$) и группа контроля, в которую вошли взрослые здоровые испытуемые ($n=18$). Обследованные пациенты находились на стационарном или амбулаторном лечении в кризисном отделении городской клинической больницы № 20, консультации по вопросам включения пациентов в обследование давали врачи отделений. Все пациенты были обследованы в момент становления ремиссии.

Возраст испытуемых в обеих группах варьировал от 25 до 55 лет, средний возраст – 36,1 (в клинической группе) и 34,5 (в группе нормы). По социально-демографическим характеристикам (возрасту, полу, образованию) группы существенно не различались.

В работе было составлено специальное интервью последствий интерперсонального и других ежедневных стрессов с целью изучения феноменологии и выраженности влияния различных повседневных стрессов на человека. С его помощью в рамках структурированной беседы выявлялись: доминирующий типа стресса; особенности переживания различных типов стресса (интенсивности, длительности); тип стрессовых событий, более всего влияющих на настроение.

Было обнаружено, что в интервью больных депрессиями значительно чаще, по сравнению с группой контроля встречаются упоминания межличностных событий в качестве источников стресса. В группе нормы такие события уравниваются другими стрессорами, такими, как, например, нехватка времени. Кроме того, пациенты чаще, чем здоровые испытуемые, связывали с ухудшением настроения именно интерперсональный стресс.

Были отмечены и проявления глобализации в восприятии межличностного стресса. Этот феномен отчетливо проявился в способе описания стрессовых событий и касается, помимо восприятия, особенностей памяти на конкретные эпизоды событий. Дело в том, что интервью включало в себя специальный вопрос, тестирующий способность автобиографической памяти испытуемых извлекать и анализировать отдельные эпизоды неприятных событий. Ответы испытуемых на данный вопрос («Вспомните, пожалуйста, какое-либо негативное событие в школе, в институте, повлиявшее на настроение») были оценены как «конкретные» и «глобальные».

К конкретным описаниям были отнесены те, в которых было упомянуто единичное событие, которое продолжалось не более одного дня. К глобаль-

ным описаниям были отнесены те, в которых упоминались продолжительные (более одного дня) или регулярно повторяющиеся эпизоды. Данная классификация была взята из исследований феномена глобализации автобиографической памяти [7].

Было обнаружено, что больные депрессиями достоверно чаще, чем здоровые испытуемые прибегали к глобальным описаниям стрессовых событий. Приведем примеры данных типов описаний: «*доставала учительница по поводу внешнего вида*», «*родители все время ссорились*», «*влюбленность (переживала, что мальчик не любит)*», «*доставала учительница по поводу внешнего вида*». В группе здоровых испытуемых чаще встречались конкретные описания: «*порвала новую сумку*»; «*погиб отец*»; «*друг безответственно списал*»; «*упала и разбила коленку*» (Таблица 1).

Таблица 1

Соотношение количества конкретных и глобальных описаний стрессовых событий в обследованных группах

	Группа больных депрессивными расстройствами	Группа здоровых испытуемых
Количество конкретных описаний стрессовых событий	45 %*	72,5 %*
Количество глобальных описаний стрессовых событий	55 %*	27,5 %*

*За 100 % взяты все описания стрессовых событий, которые дали испытуемые в каждой группе (в группе больных депрессиями и в группе здоровых испытуемых)

Приведенные данные наглядно описывают сложное взаимодействие между эмоциями, когнитивными и интерперсональными процессами, которые создают уязвимость по отношению к эмоциональной дезадаптации. Они демонстрируют эвристический потенциал концепции децентрации для описания зрелого, адаптивного когнитивного стиля переработки информации, для объяснения сложных механизмов нарушений социального познания и имеют значение для разработки интегрированных психологических интервенций.

Литература

1. Мак-Каллоу Дж. Лечение хронической депрессии. СПб., 2003.
2. Пуговкина О.Д. Mindfulness-based cognitive therapy: когнитивная психотерапия, основанная на осознанности в лечении хронической депрессии // Современная терапия психических расстройств. 2014. № 2.
3. Пуговкина О.Д. Нарушения социального познания при депрессии: теоретические подходы, методы изучения и выделенные дефициты // Консультативная психология и психотерапия. 2014. № 4.
4. Пуговкина О.Д., Шильникова З.Н. Концепция mindfulness (осознанность): неспецифический фактор психологического благополучия // Современная зарубежная психология. 2014. № 2.
5. Холмогорова А.Б., Воликова С.В., Пуговкина О.Д. Социальное познание и его нарушения в процессе онтогенеза: история и современное состояние проблемы // Вопросы психологии. 2015. № 2.

6. *Rudolph K.D., Hammen C., Burge D. et al.* Toward an interpersonal life-stress model of depression: The developmental context of stress generation // *Development and Psychopathology*. 2000. № 12.
7. *Waters T.E.* Relations between the functions of autobiographical memory and psychological wellbeing // *Memory*. 2014. Vol. 22. № 3.

Личностные факторы устойчивости ремиссии у зависимых от психоактивных веществ

Радионова М.С., Антонова А.Н.

В современном обществе остро стоит проблема наркотической зависимости. По данным ФСКН за 2011 год число активно употребляющих наркотические вещества составило 2,5 миллиона человек. Каждый год эта цифра неуклонно возрастает. Настораживают данные об уменьшении возраста (11–12 лет по данным МВД), в котором начинают употреблять психоактивные вещества. Вместе с тем, количество зависимых, прошедших реабилитационные программы, но возвратившихся к наркотизации остается достаточно высоким (лишь у 10 % прошедших реабилитацию устанавливается стойкая ремиссия). Поэтому проведение исследований, сосредоточенных на понимание причин срывов и возвращения к наркотизации, а также на изучение эффективных методов реабилитации и факторов устойчивости ремиссии, является важным направлением в области медицинской и психологической помощи зависимым (Соловова Н.А., 2009, Винникова М.А., 2004, Кутянова И.П., Щекатурова О.М., 2014, Дж де Леон, 2007).

Одним из подобных является широкомасштабное исследование факторов устойчивости ремиссии, проведенное в 2014 году на базе Центра научно-исследовательских разработок в сфере антинаркотической политики. В проекте участвовало около 1000 человек, был проведен сравнительный анализ программ реабилитации и ресоциализации с целью выявить факторы устойчивости ремиссии (социально-психологические и личностные) и эффективности программ (Кутянова И.П., 2014) [2].

Представляется важным изучение личностных факторов устойчивости ремиссии у зависимых от психоактивных веществ, т.к. личность и ее отдельные качества могут выступать в качестве средств, ресурсов, поддерживающих состояние ремиссии и стремление человека вести здоровую и активную жизнь без наркотических веществ.

В рамках поставленной проблемы проводилось исследование, направленное на изучение связи между выраженностью определенных личностных качеств и устойчивостью ремиссии зависимых от психоактивных веществ.

Под личностными качествами в исследовании рассматривались волевые качества личности (ответственность, инициативность, решительность, настойчивость, выдержка, самостоятельность, энергичность, внимательность, целеустремленность), интернальность (в семейных и межличностных отношениях, в

ситуации успеха и неудачи, в производственных отношениях и в отношении к собственному здоровью), эмоциональная неуравновешенность (раздражительность, агрессия, уравновешенность, нейротизм, психотизм), экстраверсия – интроверсия и коммуникативные качества (общительность, открытость).

В исследовании личностных факторов устойчивости ремиссии у зависимых от психоактивных веществ приняли участие 60 человек, проходящих реабилитацию в реабилитационных центрах города Москвы и Московской области («Здоровая страна», «Независимость») и города Обнинск («Спас»). Выборка состоит из 18 женщин и 42 мужчин в возрасте от 16 до 52 лет (средний возраст 29 лет). Большая часть испытуемых имеет опыт прохождения других реабилитационных программ (60 % испытуемых). Уровень образования варьирует от среднего до высшего. Выборка была поделена на три группы по 20 человек в соответствии с этапами формирования ремиссии по Ерышеву О.Ф. [1]: этап становления ремиссии (1–6 месяцев), этап стабилизации ремиссии (6–12 месяцев), этап сформировавшейся ремиссии (1–3 года).

В исследовании были использованы следующие методики: авторская анкета, направленная на выявление, по данным самоотчета, качеств личности до прохождения реабилитации и качеств, помогающих поддерживать состояние ремиссии у зависимых от психоактивных веществ, а также с целью дальнейшего подбора методик; Опросник «Уровень субъективного контроля» Е.Ф. Бажина, Е.А. Голынкиной, Л.М. Эткинда для выявления интернальности в разных жизненных сферах; Опросник волевых качеств личности М.В. Чумакова; Фрайбургский личностный опросник в модификации А.А. Крылова и Т.И. Рогинского с целью выявления качеств эмоциональной неуравновешанности и коммуникативных качеств; и Личностный опросник Г. Айзенка (Eysenck Personality Questionnaire) для оценки направленности человека вовне или внутрь себя или экстраверсии-интроверсии и определения уровня лжи для отсеивания недостоверных результатов. Итоговая обработка результатов была проведена при помощи математико-статистического анализа (SPSS-22) с использованием корреляционного анализа по критерию Спирмена и сравнения групп по критерию Манна-Уитни.

По результатам проведенного исследования наиболее информативными шкалами в оценке уровня субъективного контроля являются: интернальность в области неудач и достижений. С увеличением срока ремиссии повышаются показатели интернальности в области неудач ($p=0,05$). Другими словами, с увеличением ремиссии происходит большее осознание и принятие ответственности за отрицательные и неприятные моменты жизни. Это может объясняться тем, что одной из целей реабилитации является осознание своей болезни (негативное событие) и принятие ответственности за свою жизнь. И как указывают Д. Прохазка и С. Диклемеunte [3], ключевым моментом выздоровления является переход от экстернального локуса контроля к интерналь-

ному. Относительно интернальности в области достижений, наибольшие показатели характерны для группы испытуемых со средними сроками ремиссии ($p=0,05$). Полученные данные могут объясняться тем, что зависимые данной группы имеют опыт прохождения первых шагов реабилитации, опыт успешности и часто первый опыт настолько длительного отказа от употребления наркотических веществ. В совокупности это вызывает чувство гордости у участников реабилитационного процесса.

Однако, с увеличением срока ремиссии и при возвращении в повседневную среду, человек часто сталкивается со старыми трудностями (регуляции своего состояния, эмоций, неэффективные коммуникативные паттерны и др.), а также с новыми препятствиями на пути к выздоровлению (поиск жилья, работы, налаживание семейных отношений). В связи с этим, показатели интернальности в области достижений снижаются у группы с большими сроками ремиссии и уступают интернальности в области неудач.

Аналогичная ситуация прослеживается при сравнении групп по показателям реактивной агрессивности, что указывает на меньшее стремление к доминированию над социальным окружением у группы со средним сроком ремиссии, и небольшое увеличение этого показателя у группы с большим сроком ремиссии ($p=0,05$). Данный результат может быть непосредственно связан с прохождением программы реабилитации. На первом этапе эмоциональная сфера зависимых неустойчива, зависимые склонны к открытому агрессивному поведению и пренебрежению социальными нормами, вследствие длительного употребления наркотических веществ, поэтому показатели реактивной агрессивности и раздражительности повышены в первой группе испытуемых. Посредством прохождения медикаментозного и психотерапевтического лечения, эмоциональный фон сглаживается, количество агрессивных действий по отношению к себе, так и к другим уменьшается. И показатели раздражительности или эмоциональной неустойчивости снижаются с увеличением срока ремиссии. Небольшое увеличение показателя реактивной агрессивности в группе с большими сроками ремиссии может объясняться тем, что зависимые этой группы вернулись или готовятся к возвращению в свободную и привычную среду, где неизбежно столкновение с повседневными проблемами. В свою очередь, эти обстоятельства могут вызвать привычные паттерны агрессивного реагирования.

Корреляционный анализ также показал, что с увеличением длительности ремиссии, повышаются показатели открытости и интроверсии ($p=0,01$), которые в данном случае не противоречат друг другу. В процессе реабилитации создается такая терапевтическая среда, которая способствует развитию таких личностных качеств, как честность, самокритичность, способность налаживать доверительные отношения, склонность к самоанализу, что является неотъемлемым признаком успешного прохождения реабилитации.

Наименее информативными в исследовании оказались шкалы опросника волевых качеств личности, что указывает на отсутствие связи и/или статистически значимых различий между группами с разным сроком ремиссии. Такие результаты требуют дальнейшего прояснения, например, в направлении сравнения результатов групп зависимых от психоактивных веществ с группой здоровых испытуемых. Поскольку при анкетировании испытуемые отмечали у себя развитие волевых качеств (целеустремленность, упорство, настойчивость) в процессе реабилитации, а также аналогичные результаты были получены Кутяновой И.П. с соавт. [2].

Таким образом, представленные результаты неразрывно связаны с целями и задачами реабилитационной программы, т.к. невозможно рассматривать изменения личности в отрыве от контекста, в котором происходят данные изменения. Поэтому наблюдаемые изменения показателей интернальности в области неудач и достижений, понижение уровня раздражительности и реактивной агрессивности, повышение уровня открытости и интроверсии являются отчасти следствием прохождения лечения. С другой стороны, они могут выступать в качестве личностных факторов устойчивости ремиссии, ведь глобальной задачей реабилитации является выход в продолжительную ремиссию с коренным преобразованием жизни зависимого и его личности.

Литература

1. *Ершова О.Ф.* Наркомания: проявление, лечение, профилактика. – СПб.: Нева, 2005. – 65 с.
2. Научно-методические рекомендации по результатам проекта «Исследование факторов устойчивости ремиссии у наркозависимых, прошедших разные виды программ реабилитации и ресоциализации». Сост.: Кутянова И.П., Щекатурова О.М., Шабанов А.А. – 2014. – 112 с.
3. *Prochaska J., DiClemente C., Norcross J.* In search of how people change: App cations to addictive behaviors // *American Psychologist.* – 1992. – Vol. 47. P. 1102–1114.

Субъективное психологическое благополучие зависимых от ПАВ в процессе реабилитации

Радионова М.С., Эйдельман А.Б.

В современном обществе остро стоит проблема различных зависимостей от психоактивных веществ. Ежегодно в России фиксируют около 70 тысяч случаев смерти от наркотических веществ (данные ФСКН, 2014). В последнее время резко возросло число случаев употребления и отравления различными курительными смесями и химическими солями. В связи с этим число летальных исходов так же растет. Для изменения подобной ситуации в нашей стране работают различные реабилитационные центры. Основная задача этих учреждений – купирование зависимостей, возвращение людей в нормальное общество. Однако подобные мероприятия не всегда подтверждают свою эффективность – многие возвращаются к употреблению психоактивных ве-

ществ, что неизбежно приводит к смерти.

В связи с этим, своевременна и актуальна задача по повышению эффективности реабилитационного процесса. Выполнение этой задачи лежит в разных областях наук, в том числе – психологии.

В 2014 году проводилось исследование, выявляющее факторы устойчивости ремиссии у наркозависимых, прошедших реабилитацию (Кутянова И.П., Щекатурова О.М., Шабанов А.А., 2014) [2]. Ранее исследовалась динамика таких личностных особенностей наркозависимых в процессе реабилитации, как самооценка, смысложизненные ориентации, проблемные зоны в жизни (Соловова Н.А., 2009) [3]. Однако на данный момент времени, подобных исследований недостаточно. Кроме этого, на поддержание трезвого образа жизни большое влияние оказывает не только самооценка, но и степень удовлетворенности собственной жизнью. В связи с этим исследование изменений субъективной оценки психологического благополучия в процессе реабилитации является актуальным и своевременным.

В соответствии с поставленной проблемой изучались различные аспекты субъективного психологического благополучия и самооценки зависимых от ПАВ в реабилитационном процессе.

В исследовании субъективного психологического благополучия приняли участие зависимые от ПАВ, не употребляющие вещества на момент обследования и находящиеся в процессе реабилитации в центрах г. Москвы и Московской области. А также жители Москвы, не страдающие зависимостью от ПАВ.

Выборка состоит из 128 человек: 88 зависимых от ПАВ (70 мужчин, 18 женщин) и 40 здоровых (25 мужчин и 15 женщин) в возрасте от 16 до 56 лет. Средний возраст клинической группы 30,5 лет, контрольной – 30,2.

Согласно концепциям О.Ф. Ерышева и М.М. Кабанова об этапах реабилитации и этапах становления ремиссии, все респонденты были поделены на несколько групп [1]: 1) Становление ремиссии (9–6 мес) N=35 человек; 2) Стабилизация ремиссии (6–12 мес) N=28 человек; 3) Сформированная ремиссия (более 12 мес) N=27 человек; 4) Контрольная группа N=40 человек.

Также стоит отметить, что в исследовании приняли участие респонденты, проходящие реабилитацию по различным программам, в том числе православным, светским в рамках терапевтических сообществ и на основе программы «12 шагов».

В рамках исследования применялись следующие методики: анкета, направленная на выявление социодемографических показателей; шкала психологического благополучия (ШПБ) К. Риф в модификации Шевеленковой Т.Д., Фесенко П.П. для выявления уровня и структуры психологического благополучия (Т.Д. Шевеленкова, П.П. Фесенко, 2005); Тест Смысложизненных ориентаций (ТСЖО) Д.А. Леонтьева, для выявления степени целеполагания и осмысленности жизни; Личностный дифференциал, разработанный на основе Семанти-

ческого Дифференциала в Институте им. В.М. Бехтерева, для оценки себя, как личности; Немецкий опросник социальной поддержки F- SOZU-22 (Sommer G., Fydrich T., 1993; Холмогорова А.Б., Гаранян Н.Г., Петрова Г.А., 2003), для выявления уровня и структуры социальной поддержки в восприятии респондентов.

Основная цель исследования заключалась в выявлении различий в структуре и уровне субъективного психологического благополучия на разных этапах реабилитации и отличий от здоровых людей.

Для проведения корреляционного и сравнительного анализа результатов исследования использовалась профессиональная программа SPSS-22 (Statistical Package for the Social Sciences).

В процессе исследования было установлено, что интегральный уровень субъективного психологического благополучия у зависимых от ПАВ значительно ниже уровня здоровых людей, на любом этапе реабилитации ($U=0.000$, $p=0.001$). Психологическое благополучие – сложный, многокомпонентный конструкт, предполагающий удовлетворенность собой и своей жизнью в разных сферах и по разным параметрам. В данной работе изучались следующие компоненты психологического благополучия: позитивные отношения с окружающими, автономия, управление жизнью, личностный рост, цели в жизни и самопринятие [4]. При этом полное психологическое благополучие подразумевает высокие показатели по всем компонентам.

Согласно данным исследования, для достижений показателей нормы по уровню психологического благополучия (среднее значение $M=366,3$; стандартное отклонение $SD=35,9$), наркозависимым не достаточно времени, отводимого на реабилитационную программу (около 1 года). Участники постреабилитационных программ со сроком ремиссии более 1 года ($M=330,7$; $SD=40,2$) так же не достигают значений нормы. Так как в группе сформированной ремиссии время неупотребления веществ на момент исследования составляет преимущественно от 1 до 2,5 лет, можно предполагать, что для достижения уровня нормы психологического благополучия, требуется более 3-х лет устойчивой ремиссии, что подтверждают отдельные результаты респондентов со сроком более 3-х лет. Однако, наличие значимых различий в уровне психологического благополучия между реабилитантами и здоровыми людьми можно объяснить иначе: наличие яркого опыта употребления ПАВ и воспоминания о «кайфе» могут повышать планку необходимого уровня благополучия, которая, возможно никогда не будет достигнута в трезвости. Это приводит к более низким показателям удовлетворенности собственной жизнью и собой в целом.

Не смотря на отсутствие значимых различий в уровне психологического благополучия у зависимых на разных этапах реабилитации, были выявлены различия между компонентами психологического благополучия. В частности, такой компонент как «Личностный рост» существенно различается на первой и второй стадии реабилитации. В начале реабилитационного процесса зависимый от ПАВ ощу-

щает себя не способными меняться, развиваться, чувствует недостаток сил и возможностей для личностного роста. Но уже на втором этапе реабилитации картина меняется, человек стремится к саморазвитию и изменению, ощущая возможность «расти над собой». При этом уровень субъективно оцениваемого личностного роста на этапе стабилизации ремиссии достигает уровня здорового человека.

Такие результаты объясняются направленностью программ реабилитации на личностные изменения зависимых, самоисследование, самопонимание и решение личностных проблем. Именно на втором этапе реабилитанты делают основной упор на изучении собственной личности, принятии своих проблем и поиске альтернативных путей их решения.

Так же было установлено, что такие компоненты как «Автономия» и «Самопринятие» у зависимых на разных этапах реабилитации значимо ниже ($U=0,002; 0,000; 0,000$ на $p=0,001$ по показателю автономии, и $U=0,000; 0,019; 0,002$ на $p=0,001; 0,05$ по показателю самопринятия), чем у контрольной группы. В процессе реабилитации люди чувствуют себя более зависимыми от общества, неспособными принимать решения самостоятельно, поддающимися мнению большинства, а также реже и в меньшей степени оценивающими себя позитивно и принимающими свои недостатки, чем люди, не употреблявшие ПАВ.

Пребывание в реабилитационном центре и прохождение пост-реабилитационных программ подразумевает существенное ограничение в свободе: от проживания в центре и передвижения по нему, до принятия решений относительно собственной жизни. Большинство программ настаивает на воздержании от резких изменений в жизни в процессе реабилитации, будь то положительные или отрицательные изменения. Этим и объясняется различие в уровне автономии реабилитантов и контрольной группы.

Принятие себя, своего жизненного опыта и ошибок, совершенных в прошлом требует не только усиленной работы над собой в рамках реабилитационной программы, но и длительного времени. Возможно, при значительном увеличении длительности ремиссии, уровень самопринятия достигнет уровня нормы. Так же, можно предположить, что значимые различия по этому параметру связаны с насыщенностью прошлого негативного опыта зависимых. В опыте людей из контрольной группы с меньшей вероятностью встречаются события и поступки, требующие таких усилий для осознания и принятия.

В заключение необходимо сказать, что благодаря проводимым терапевтическим интервенциям и мероприятиям, направленным на саморазвитие, среди реабилитантов повышается количество случаев полного благополучия (8,6 % – 18,5 %) при этом число полного неблагополучия сокращается (68,6 % – 51,9 %). Это свидетельствует о том, что под воздействием реабилитационных программ у зависимых от ПАВ появляется удовлетворенность в некоторых сферах собственной жизни, например, по параметру личностный рост.

Так как неудовлетворенность жизнью является фактором риска возвращения к употреблению ПАВ, необходимо уделять больше внимания повышению удовлетворенности своей жизнью в разных сферах в рамках реабилитации.

С целью преодоления риска возврата к употреблению ПАВ необходимы дальнейшие исследования в области психологического благополучия зависимых, например, целесообразно провести лонгитюдное исследование психологического благополучия на разных этапах реабилитационного процесса и при разных уровнях реабилитационного потенциала. Продолжение изучения факторов субъективного психологического благополучия повысит эффективность как реабилитационных, так и профилактических мер в области алкоголизма и наркомании.

Литература

1. *Ерышев О.Ф.* Наркомания: проявление, лечение, профилактика. – СПб.: Нева, 2005. – 65 с.
2. Научно-методические рекомендации по результатам проекта «Исследование факторов устойчивости ремиссии у наркозависимых, прошедших разные виды программ реабилитации и ресоциализации». Сост.: Кутянова И.П., Щекатурова О.М., Шабанов А.А. – 2014. – 112 с.
3. *Соловова Н.А.* Динамика личностных особенностей наркозависимых в процессе реабилитации: Дисс. ... канд. психол. наук. – М., 2009. – 177 с.
4. *Шевеленкова Т.Д., Фесенко П.П.* Психологическое благополучие личности (обзор основных концепций и методика исследования) // Психологическая диагностика. 2005. № 3. С. 95–129.

Интеграция травматического профессионального опыта и проблема выгорания у врачей-анестезиологов с различным стажем работы

Радионова М.С., Кортнева Ю.В.

Выгорание – это комплексный ответ личности на стрессовые и/или психотравмирующие события, систематически возникающие в процессе профессиональной деятельности, проявляющийся в отторжении и изоляции переживания, обесценивании части жизненного опыта. С другой стороны – это один из видов деформации личности, обусловленной профессиональной деятельностью.

Выгорание, изучение которого за рубежом началось около 40 лет назад, описывался исследователями преимущественно как «поведенческий» феномен – как сумма физических и психологических (поведенческих) симптомов, которых к настоящему моменту выделено около 100. Исследование данного феномена было затруднено из-за содержательной неоднозначности, отсутствия четкого определения выгорания, многокомпонентности и нехватки или односторонности соответствующего измерительного инструментария [1]. Корреляционные исследования показывают, что описанные в разные годы проявления выгорания у специалистов многих профессиональных групп (врачи, педагоги, социальные работники, психотерапевты, адвокаты, полицейские и др.) встречаются в разных комбинациях [3]. Некоторые проявления являют-

ся центральными (например, физическое и эмоциональное истощение, снижение самооценки, потеря интереса к работе, клиентам) другие обнаруживаются далеко не во всех исследованиях (цинизм, деперсонализация). Различия в комбинациях признаков объясняются, с одной стороны, профессиональной спецификой, с другой стороны, изменение состава признаков может быть связано с разной политико-экономической ситуацией. Наконец, выявленные симптомы могут относиться к разным этапам протекания выгорания, закономерности которого мы до конца не представляем.

Наиболее известными моделями выгорания являются модель К. Маслач и С. Джексона, описавших три группы симптомов: эмоционального истощения, деперсонализации и редукции профессиональных достижений, а у нас в стране также – модель В.В. Бойко, который рассматривал выгорание в соответствии со стадиями развития стресса: стадию напряжения, резистентности и истощения.

Целью настоящего исследования было выявление степени выраженности и особенностей переживания синдрома профессионального выгорания у врачей-анестезиологов. Нами были использованы качественные методы, помимо количественных, чтобы «дать слово» тем, кто переживает «выгорание». Исследование проводилось по заказу Московского Научного общества Анестезиологов-реаниматологов.

Профессия анестезиолога-реаниматолога является одной из самых ответственных, напряженных и психологически трудных медицинских специальностей, связанных с высокой вероятностью возникновения критических ситуаций. К специфике работы анестезиолога относятся: необходимость быстрого принятия ответственного решения, выполнение агрессивных манипуляций, осложнения которых могут оказаться фатальными, сохранение спокойствия в трудных клинических ситуациях, напряженность суточного графика, работа в условиях неопределенности и перегрузки темпом, исключительная тяжесть пациентов. По данным Blicbern W. N. (2003), эмоциональное истощение у врачей анестезиологов-реаниматологов встречается в 7 раз чаще, чем у других специалистов-медиков. На разных стадиях развития синдрома профессионального выгорания могут находиться от 25 % до 60 % анестезиологов [1].

В исследовании приняло участие 21 врач-анестезиолог НИИ нейрохирургии им. Н.Н. Бурденко (16 мужчин, 5 женщин). Возраст от 29 до 73 лет, средний возраст: 48 лет. Стаж работы в анестезиологии: от 3 до 48 лет. Используемые методики: Клиническая шкала тревоги и депрессии HADS, Методика профессионального (эмоционального) выгорания К. Маслач, С. Джексона (MBI) в адаптации Н.Е. Водопьяновой, методика диагностики эмоционального выгорания В.В. Бойко, методика незаконченных предложений Д.М. Сакса (SSCT, в модификации Ю.В. Кортневой, М.С. Радионовой), метод фокусированного интервью.

Количественные данные говорят о преобладании стадии резистенции в структуре синдрома эмоционального выгорания у обследованных врачей: у 38 % она находится на стадии формирования, у 23 % – сформирована, аналогично истоще-

ние на стадии формирования выявлено у 19 %, сформированное истощение – у 14 %. По суммарным показателям – у 23 % можно констатировать синдром выгорания, отдельные симптомы выгорания наблюдаются у 80,9 %.

Значимо превышали средний уровень следующие симптомы эмоционального выгорания: переживание психотравмирующих событий, избирательное эмоциональное реагирование и/или эмоциональная отстраненность, расширение сферы экономии эмоций, эмоциональная истощенность, редукция профессиональных обязанностей, неудовлетворенность собой. Не было выявлено значимого превышения по показателям: переживание загнанности, безысходности; депрессии; инструментальной жестокости (эмоционально-нравственной деградации); слабой мотивации к осуществлению профессиональной деятельности.

В ходе интервью состояние истощения связывалось большинством врачей с графиком работы, в частности – с необходимостью раннего прихода в отделение, временем, прошедшим от последнего полноценного отдыха (отпуска). Состояние истощения не связывалось сотрудниками отделения с такими традиционно называемыми факторами, как неудовлетворенность оплатой, напряженность взаимодействия в профессиональном коллективе, социальная уязвимость.

По выраженности симптомов эмоционального выгорания участников исследования можно разделить на группы:

1. Низкий уровень выгорания. Стаж менее 15 лет. Неустойчивая высокая самооценка. Изоляция аффекта. Оптимистический взгляд на свои возможности, готовность учиться новому определяют готовность к напряженной профессиональной деятельности. В то же время, профессиональные ситуации зачастую рассматриваются как дискретные, опыт успехов и неудач не интегрируется в полной мере, делается попытка отстраниться от травматического опыта. Вера в себя может быть подорвана, что потребует использования механизмов совладания, используемых врачами с более длительным стажем.
2. Низкий уровень выгорания. Стаж более 35 лет. Высокий уровень идентификации с пациентом. Высокий уровень профессиональной самооценки. Совладание со стрессом связано с механизмами личностной зрелости, взгляд на жизнь в перспективе, принятие тяжести возраста, неизбежных событий, высокая оценка своих достижений и профессионализма, отношение к пациентам с позиции человеческого равенства перед лицом смерти, осознание своего опыта как опыта борьбы со смертью, где врач и пациент – партнеры.
3. Средний уровень выгорания. Стаж от 15 до 30 лет. Высокие требования к себе и к коллегам. Ощущение профессиональной общности, насыщенность профессиональной деятельности. Рефлексия и попытка интеграции негативного опыта. Высокая личностная включенность и профессиональная самоотдача требует напряжения сил, нарастает потребность в профессиональном взаимодействии, поддержке. Опыт ошибок и неудач становит-

ся объектом не только профессиональной, но и личностной рефлексии. На первый план выносятся требования к стойкости, терпению, выносливости, готовности вновь и вновь подниматься и готовиться к работе.

4. Высокий уровень выгорания. Стаж от 18 до 25 лет. Фаза резистентности и/или истощения. Перфекционизм и повышенная требовательность к себе приводят к необходимости гиперкомпенсации. Профессиональная ошибка начинает рассматриваться в более широком контексте, чем профессиональный: сложная ситуация осмысливается как личное испытание, нравственный поступок, вызов, на который необходимо ответить. Собственная слабость, физическое утомление может отрицаться, нарастает риск соматических реакций. Предельное напряжение сил задает ту меру, которой меряется и сам человек, и другие. Требовательность к себе сочетается с особыми требованиями к коллегам и близким. Редукция смысловой сферы смещается с профессиональной деятельности в сферу межличностных отношений. Профессия по-прежнему вызывает сильный оклик, цели глубоко осмысленны, а быт (близкие) не соответствует той высокой осмысленности, которую они привыкли находить на работе, и обесцениваются.

Обсуждение результатов

Отсутствие профессионального выгорания у анестезиологов с большим стажем работы, выявленное в данном исследовании находит подтверждение в литературе. Как пишут Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова, имеются сложные соотношения между степенью выгорания, возрастом, стажем и степенью удовлетворенности профессиональным ростом. Некоторые исследователи обнаружили отрицательную связь между стажем и выгоранием при условии удовлетворенности человека своим профессиональным (в том числе карьерным) ростом). Другие выявили положительную связь показателей выгорания с возрастом и стажем. Однако, отмечается, что после 50 лет возраст оказывает самостоятельное влияние, в результате чего прямая связь нередко превращается в обратную. Это связано с возрастной переоценкой ценностей и видоизменением в ходе личностного роста иерархии мотивов. Вероятно, на выгорание оказывает влияние не продолжительность работы, а неудовлетворенность ею [2].

Проведенное исследование выявило нетипичное сочетание признаков в группе с наиболее высокими показателями выгорания. Один из встречающихся в литературе симптомов – холодность к членам семьи – описан далеко не для всех случаев и рассматривался наряду с другими симптомами отчуждения, вероятно, как распространение эмоционального истощения за пределы профессиональной сферы. Мы не встретили в литературе утверждений, что это связано с нарастанием симптоматики выгорания. Этот симптом не был центральным для выгорания, заслоненный более сильными и социально опасными симптомами, как депрессия, «редукция профессиональных обязанно-

стей», «инструментальная жестокость». В данном исследовании мы также не ставили задачу его изучить. Однако, был выявлен результат, который потребовал серьезного внимания к данному проявлению, а именно: нарастание отчужденности в семье у «выгорающих» происходило не вместе с нарастанием профессионального цинизма и обесмысливания профессиональной сферы, а вместо этих симптомов. Этот феномен мог быть, обусловлен особенностями профессиональной ситуации, но он позволил проявиться внутренней логике (структуре и функционированию) процесса выгорания у анестезиологов.

Одной из возможных моделей, объясняющих возникновение выгорания, является то, что оно связано с неуспешной попыткой интеграции опыта. Травматический опыт выступает катализатором процесса выгорания, создавая ситуацию, в которой переживание не может быть интегрировано и происходит некоторое расщепление или диссоциация, при этом часть жизненного опыта оказывается изолированным. Можно предположить защитную природу этого процесса, но это также может быть кризисом, а не болезнью (ПТСР), после чего человек делает выбор в пользу того или иного жизненного пути (смена профессии и др.).

Выводы:

Обнаружена нелинейная динамика в развитии симптомов выгорания в зависимости от стажа профессиональной деятельности. Прогрессивная линейная динамика наблюдается у анестезиологов со стажем от 15-ти до 30 лет. Более ранний стаж не позволяет сделать однозначных выводов о нарастании выгорания. Разброс показателей может быть связан с личной уязвимостью и конкретными обстоятельствами на работе. Наиболее высокие показатели стрессового реагирования были выявлены у врачей-анестезиологов со стажем профессиональной деятельности от 18 до 25 лет. Стаж более 35 лет позволяет говорить о парадоксальном снижении показателей выгорания, связанных, вероятно, с более высоким уровнем интегрированности профессионального опыта.

Выделена специфическая форма развития выгорания, при которой редукция смысловой сферы смещается с профессиональной деятельности в сферу семейных и межличностных отношений.

Литература

1. Васильев В.Ю., Пушкаренко И.А. Причины развития «эмоционального выгорания» у анестезиологов-реаниматологов // *Общая реаниматология*, 2011, VII, 2, С. 66–70.
2. Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. СПб., 2008.
3. Perlman B., Hartman E.A. Burnout: summary and future research // *Human relation*, 1982, V. 35 (4).

Гендерные аспекты изучения тревожности и коммуникативных способностей у следователей

Рыбкина О.Ю., Церковникова Н.Г.

Профессиональная деятельность следователя, которой присущ высокий динамизм, самостоятельность, скорость в принятии решений и повышенная ответственность за последствия этих решений, накладывает своеобразный отпечаток на личность, предъявляя к ней определенные требования. Прежде всего, работа следователя связана с людьми, в ней требуют своего проявляются навыки эффективного компетентного общения и межличностного взаимодействия. Важной стороной деятельности следователя выступают его коммуникативные способности, но, как показывает практика, коммуникация постоянно проходит в условиях эмоционального напряжения. Напряженность связана и с большими физическими и психическими нагрузками, которые сотрудник испытывает из-за высокой экстремальности его деятельности.

Отрицательная эмоциональная окраска деятельности, воздействие различного рода стресс-факторов, ненормированный рабочий день, действия в условиях конфликтной ситуации порой граничат с ростом уровня тревожности у следователя и приводит к профессиональным деструкциям. Помимо этого, психологам известен факт, что женщина способна выносить куда более высокие психические и физические нагрузки, чем мужчины. Также мужчины и женщины имеют совершенно разную реакцию на стресс и по-разному справляются с его последствиями.

Мужская психика относительно легко переносит сильный, но кратковременный стресс. При этом мужской мозг остается способным принимать взвешенные решения. Мужчина в стрессовой ситуации эмоционально более устойчив, труднее поддается панике. В аналогичных ситуациях женщина менее устойчива эмоционально, быстро лишается самообладания, и теряет способность принимать взвешенные решения.

С другой стороны, мужчина тяжелее переносит длительный стресс незначительной интенсивности, тогда как женщине это не вредит. Именно поэтому при длительных неурядицах мужчины гораздо чаще начинают элемент. В подобных ситуациях женщина имеет значительное преимущество перед мужчиной [2].

Следователь, подверженный тревожности, в большей мере предрасположен к совершению поступков, которые могут вызвать тяжелые последствия, например, он может допустить ошибки при расследовании уголовного дела. Поэтому на современном этапе к сотрудникам оперативно-розыскной деятельности предъявляются особые требования относительно умения контролировать собственные негативные проявления эмоциональной сферы. Именно эмоциональное благополучие личности может ощутимо влиять на результаты взаимодействия с людьми и на качество помощи в решении проблем.

Ученые подтверждают, что наличие повышенного уровня тревожности может отрицательно влиять на результативность профессиональной деятельности следователя. Психологи утверждают, что по уровню тревожности можно косвенно судить о развитости коммуникативных способностей и о коммуникативных проблемах, имеющихся у человека.

Целью нашего исследования было изучение тревожности, коммуникативных способностей и их взаимосвязи у следователей с учетом гендерного признака. В исследовании был использован комплекс методик: «Диагностика межличностных отношений» Т. Лири, методика «КОС-1» (шкала «Коммуникативные способности»), «Уровень реактивной и личностной тревожности» Ч.Д. Спилбергера. Также был использован рисуночный тест «Деловые ситуации», который является модификацией ассоциативно-рисуночного теста С. Розенцвейга, предложенный Н.Г. Хитровой.

Данные собирались в трех отделах полиции ММУ МВД «Нижнетагильское» г. Нижнего Тагила. Было обследовано 60 следователей в возрасте от 26 до 41 года со стажем в должности следователя от 2 до 15 лет. Выборка была поделена по полу – 48 мужчин и 12 женщин.

Результаты описательной статистики показали, что больший процент следователей как мужского, так и женского пола в основном обладают умеренным уровнем личностной тревожности, что говорит об относительно устойчивой для человека склонности тревожиться и низким уровнем ситуативной тревожности, что требует особого внимания. Низкая тревожность характеризует состояние участников исследования как неактивное, депрессивное, с низким уровнем мотивации, а может быть, активно вытесняя высокую тревогу, следователи хотят показать себя в «лучшем свете».

Что касается коммуникативных способностей, выступающих в качестве стержневых в профессии следователя, то было выявлено следующее: в группе женщин в основном обладает средний уровень выраженности коммуникативных способностей (50 %). Чуть меньше половины (33,4 %) характеризуются крайне низким уровнем проявления коммуникативных склонностей. У 8,3 % испытуемых уровень проявления коммуникативных склонностей ниже среднего и такой же процент женщин (8,3 %) отнесены к группе с очень высоким уровнем проявления коммуникативных склонностей. В группе мужчин преобладает низкий уровень (60,4 %) коммуникативных способностей. У 22,9 % мужчин развитие коммуникативных способностей находится на уровне ниже среднего. Для 16,7 % респондентов характерен средний уровень и такой же процент испытуемых (16,7 %) отнесены к группе с высоким уровнем проявления коммуникативных способностей. Совсем незначительный процент тестируемых (6,2 %) обладает очень высоким уровнем проявления коммуникативных способностей.

Потенциал коммуникативных способностей обеих групп не отличается большой устойчивостью. Следователи нуждаются в дальнейшей серьезной и планомерной психологической работе с ними по развитию их коммуникативных способностей.

Также обследованные нами следователи стремятся к установлению дружеских отношений с окружающими, но мужчины в отличие от женщин более агрессивны, у них ярко выражено стремление к лидерству в общении и к доминированию. Это может выражаться в самодовольстве и превосходстве над окружающими. Агрессия у мужчин часто проявляется, когда они не хотят показывать свою чувствительность. Вместо того, чтобы проявить сочувствие или помочь, мужчина может проявить неоправданную агрессию, дабы скрыть свою «слабость». Женщины, в свою очередь, больше чем мужчины нуждаются в помощи и доверии со стороны окружающих, поэтому доминирование у них сочетается с подчинением. В этом может проявляться как внутриличностный конфликт, так и некоторая женская гибкость при установлении и поддержании отношений.

Результаты проективного рисуночного теста «Деловые ситуации» показали, что во фрустрирующей обстановке мужчины (60,4 %) также проявляют более враждебные реакции по отношению к людям, когда у 50 % женщин более толерантное отношение к затруднительной ситуации. У обеих групп комплекс реакций направлен на защиту собственной личности, что говорит об отрицании или признании собственной вины, уклонении от упрека. По результатам теста можно сделать вывод, что у участников исследования часто бывают конфликты с окружающими, но ведь именно инициирование конфликта порой позволяет следователю узнать истинные мотивы преступления.

Для проверки гипотезы о том, что существуют достоверные различия между мужчинами и женщинами в уровне тревожности и коммуникативных способностей были подсчитаны различия с помощью критерия Манна-Уитни. Так, мужчины, в отличие от женщин более устойчивы к стрессогенным ситуациям и не готовы воспринять любое событие как неблагоприятное и опасное ($U=140,500$; $p=0,006$). А женщины более напряжены, беспокойны и нервозны ($U=126,500$; $p=0,003$), что отражает их предрасположенность к тревоге и предполагает наличие у них тенденции воспринимать достаточно широкий «веер» ситуаций как угрожающие, отвечая на каждую из них определенной реакцией.

Мужчины в отличие от женщин более склонны к лидерству и жаждут власти ($U=178,000$; $p=0,041$). Они имеют деспотичный и властный характер, всем дают указания, и не принимают советы от окружающих. Помимо этого, мужчины более расчетливые и самовлюбленные по сравнению с женщинами ($U=122,000$; $p=0,002$). Они склонны к соперничеству и не стесняются перекладывать свои трудности и задачи на плечи других людей.

В общении мужчины более жесткие, настойчивые и непримиримые, они в большей степени демонстрируют нам агрессивное отношение к окружающим ($U=138,500$; $p=0,005$). Но, несмотря на это, мужчины более зависимы от окружающих и более послушны, чем женщины ($U=133,500$; $p=0,004$). Они не умеют проявлять сопротивление и часто полагаются на чужое мнение.

Для изучения взаимосвязи тревожности и коммуникативных способностей у следователей с учетом гендерного признака был проведен корреляционный

анализ. В результате в подвыборке мужчин была обнаружена положительная значимая взаимосвязь между личностной и реактивной тревожностью. При этом, чем выше уровень личностной тревожности, тем шире круг ситуаций, которые могут переживаться как угрожающие и вызывать ситуативную тревожность. Также существует отрицательная значимая взаимосвязь между коммуникативными способностями и зависимостью, и положительная взаимосвязь между коммуникативными способностями и уровнем адаптированности к своему социальному окружению. В подвыборке женщин обнаружена положительная значимая взаимосвязь между личностной тревожностью, агрессивностью и подозрительностью, и отрицательная значимая взаимосвязь между личностной тревожностью и реакциями во фрустрирующей ситуации. Коммуникативные способности женщин положительно взаимосвязаны с доминированием. Стоит отметить отсутствие взаимосвязи между тревожностью и коммуникативными способностями у обеих групп. Также было доказано, что картины взаимосвязей различны в группах мужчин и женщин.

На основании теоретического анализа подходов к изучению тревожности и коммуникативных способностей и эмпирического исследования тревожности и коммуникативных способностей у следователей, мы пришли к выводу, что необходимо проведение коррекционной программы с целью развития коммуникативных навыков у следователей, повышения чувства ответственности к мотивам их деятельности. Помимо этого, для регуляции агрессивности следователей и тревожности как эмоционального состояния эффективным будет применение приемов саморегулирования с помощью аутогенной тренировки, релаксации, снятия нервно-психического напряжения [1, 35 с.]. В частности, представляется действенным использование методики «Прогрессивная мышечная релаксация Э. Джекобсона» (системы специальных упражнений по произвольному последовательному расслаблению всех мышц тела), в результате применения которой осуществляется снятие физического и психологического напряжения, достигается состояние покоя и отдыха (нервно-психической релаксации), восстанавливается энергетический потенциал личности [3, 238 с.].

Внедрение в систему МВД коррекционной программы и аутогенной тренировки для следователей оказалось бы очень эффективным, так как показывает практика, коммуникативная деятельность следователя постоянно проходит в условиях эмоционального напряжения, что может сказаться на эффективности его профессиональной деятельности.

Литература

1. *Билоус Т.Л.* Эффективность профессиональной деятельности будущих работников органов внутренних дел как функция их тревожности // «Юридическая наука и практика: Вестник Нижегородской академии МВД России». 2013. № 22.
2. *Бирюков А.* Ненастоящий мужчина. URL: <http://andrjem.blogspot.hu/2014/07/zhiznestoykost.html>.
3. *Змановская Е.В., Рыбников В.* Девиантное поведение личности и группы: учебное пособие. СПб.: Питер. 2010.

Переживание как деятельность по разрешению профессионального кризиса личности

Садовникова Н.О.

Феноменология профессионального развития личности является центром внимания многих ученых уже долгое время. На сегодняшний день описано стадии профессионального становления личности, раскрыты механизмы выбора профессии, факторы и условия построения карьеры, профессиональная пригодность, удовлетворенность трудом и многое другое.

Профессиональное развитие представляет собой длительный, индивидуально сообразный процесс становления личности в профессии, близкий по своему существу с возрастным становлением личности. В свете этого можно говорить о возможности применения ряда постулатов психологии развития к пониманию и объяснению сущности профессионального развития личности. Одним из ведущих положений психологии развития является положение о существовании в развитии личности кризиса. Аналогично можно говорить и о существовании кризисов в профессиональном развитии.

В настоящее время на существование кризисов и кризисных ситуаций в процессе профессионального развития и выполнения профессиональной деятельности указывают Л.И. Анцыферова, Э.Ф. Зеер, Е.А. Климов, А.К. Маркова, Л.М. Митина, Н.С. Пряжников, Э.Э. Сыманюк, А.Р. Фонарев и др.

Анализ работа этих авторов позволяет сделать вывод о том, что профессиональный кризис личности представляет собой непродолжительный по времени период (до года) кардинальной перестройки профессионального сознания, деятельности и поведения личности, изменения вектора ее профессионального развития. Кризисы приводят к переориентации на новые цели, коррекции и ревизии социально-профессиональной позиции, подготавливают смену способов выполнения деятельности, ведут к изменению взаимоотношений с окружающими людьми, а в отдельных случаях к смене профессии.

На сегодняшний день в психологической науке раскрыта психологическая сущность профессионального кризиса, описаны виды профессиональных кризисов, перечислены факторы их возникновения и пр. Однако, при всем многообразии исследований профессиональных кризисов на сегодняшний день остается открытым вопрос о том, каким образом личность переживает профессиональный кризис, какова сущность этого процесса.

К категории переживания, как базовой, первичной характеристике сознания, обращались Л.С. Выготский, А.В. Петровский, С.Л. Рубинштейн, М.Г. Ярошевский и др. После введения А.Н. Леонтьевым в состав переживания личностного смысла в контексте теории деятельности, анализ данной категории в рамках деятельностного подхода можно встретить в работах Ф.Е. Василюка, Д.А. Леонтьева, А.С. Шарова и др.

Однако, как отмечает Фахрутдинова Л.Р. современное состояние психологии переживания является неразработанной областью науки, что связано с культурным и историческим контекстом развития данной категории [2, С. 3]. Анализируя феноменологию процесса переживания, автор также рассматривает переживания с позиций его первичности и включенности в состав сознания как основного элемента, имеющего статус самостоятельного, первичного базового явления.

Применяя категорию переживания для анализа процесса разрешения профессионального кризиса, мы сознательно не используем категорию преодоления. Нужно отметить, что преодоление профессионального кризиса, осуществляемое посредством комплекса стратегий, объединяющих механизмы психологической защиты и стратегии совладающего поведения, обеспечивает реальный выход из кризиса и, несомненно, является составной частью переживания кризиса. Поскольку переживание разворачивается во внутреннем и внешнем плане, то на уровне внешних действий переживание как раз и может быть представлено преодолением – разворачиванием комплекса поведенческих стратегий для снижения остроты кризисной ситуации, своего рода ее стрессовости. Однако этих стратегий недостаточно для того, чтобы полностью разрешить профессиональный кризис, поскольку в ситуации профессионального кризиса нужна глубокая внутриличностная работа по перестройке системы отношений между личностью и профессией, которую и осуществляет переживание.

Еще одним аргументом, подтверждающим необходимость обращения к категории переживания является тот факт, что профессиональный кризис – это не просто ситуация стресса для личности, хотя, безусловно это так. Профессиональный кризис это еще и ситуация, когда личность не в состоянии реализовать задуманное в профессии, ситуация, в которой (если говорить языком Ф.Е. Василюка) возникает невозможность жить, реализовывать внутренние необходимости своей жизни, ситуация когда перед личностью ставится «задача на смысл», требующая своего разрешения. Именно категория переживания позволяет исследователю раскрыть содержание той, внутренней деятельности, которая разворачивается в сознании человека, попавшего в ситуацию профессионального кризиса; деятельности, позволяющей устранить разногласие между бытием и сознанием. Для еще большего подтверждения вышесказанного приведем слова Ф.Е. Василюка: «когда мы обеспокоены тем, как небезразличный нам человек переживет постигшую его утрату, это тревога не о его способности чувствовать страдание, испытывать его (т.е. не о способности переживать в традиционном психологическом смысле термина), а совсем о другом – о том, как ему удастся преодолеть страдание, выдержать испытание, выйти из кризиса и восстановить душевное равновесие, словом, психологически справиться с ситуацией. Речь идет о некотором активном, результативном внутреннем процессе, реально преобразующем психологическую ситуацию, о переживании-деятельности» [1, С. 7].

Переживание как деятельность по преодолению профессионального кризиса личности, может быть представлено в двух аспектах. Первый аспект переживания связан с внутриличностными процессами рефлексии, трансформации ценностно-смысловой сферы и опережающего отражения.

Разворачивание процессов трансформации приводит к изменению иерархии ценностей и формированию иной смысловой реальности. Как отмечает Ф.Е. Василюк в ситуации кризиса, каким бы ни был его конкретный характер, возникает разлад между сознанием и бытием [1]. Сознание не в состоянии принять бытие в том виде, в каком оно существует в реальности, а, следовательно, сознание не в состоянии наделять его смыслом, направлять его. Возникает ситуация утраты смысла, преодоление которой возможно за счет перестройки отношений личности с бытием и смены смыслового вектора ценностей.

Посредством механизма рефлексии происходит переоценка прошлого и настоящего и построение личностью будущего – новой профессиональной перспективы. Как отмечает А.С. Шаров, рефлексия является, прежде всего, базовым механизмом самоорганизации психической активности человека, одной из функций которого является определение и протраивание границ психики. [3]. В контексте нашего разговора это может быть представлено следующим аспектом: посредством рефлексии происходит «встраивание» процесса профессионального развития в общий план жизнедеятельности и осознание личностью места и роли профессиональной деятельности в ее судьбе. Рефлексия приобретает своего рода личностно-смысловой характер и предстает перед исследователем как процесс переосмысления и перестройки субъектов содержания своего сознания, своей деятельности, общения, т.е. своего поведения.

Процессы опережающего отражения обеспечивают безболезненную адаптацию личности будущему, к новой для нее социально-профессиональной ситуации. Познание профессионального будущего происходит в процессе особого вида опережающего отражения – прогностической деятельности. В ходе ее реализации происходит создание личностью образа будущего, воплощенного в новых жизненных целях, профессиональных планах и перспективах.

Второй аспект переживания профессионального кризиса связан с разворачиванием внешней деятельности, представленной стратегиями преодолевающего поведения, обеспечивающими адаптацию к стрессу, присущему для ситуации профессионального кризиса. Главная задача поведения преодоления заключается в сохранении психологического благополучия и оптимального уровня жизнедеятельности личности в ситуации профессионального кризиса. Представляя собой индивидуально своеобразный способ взаимодействия с ситуацией профессионального кризиса, преодоление позволяет личности как можно лучше адаптироваться к ней, тем самым снижая уровень стрессовости ситуации.

Сознательные и бессознательные стратегии преодоления профессионального кризиса могут быть дифференцированы в зависимости от характера используемых средств взаимодействия с кризисом и их влияния на личностное

развитие человека, а также по критерию сохранения социально-психологического благополучия личности, на конструктивные и неконструктивные.

Таким образом, переживание – это деятельность по разрешению профессионального кризиса, в ходе которой происходит разрешение ситуации смыслового десинхроза и построение новой профессиональной перспективы. Во внутреннем плане переживание разворачивается посредством рефлексивного и ценностно-смыслового механизма. Кроме того, важным механизмом, обеспечивающим успешную адаптацию к профессиональному будущему, является механизм опережающего отражения. Во внешнем плане переживание профессионального кризиса представлено стратегиями преодолевающего поведения, из которых лишь конструктивные стратегии преодоления, представленные социально и проблемно ориентированным совладанием, обеспечивают психологическое благополучие личности и ее профессиональную самореализацию.

Литература

1. *Василюк Ф.Е.* Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций). М.: Издательство Московского университета, 1984. 200 с.
2. *Фахрутдинова Л.Р.* Структурно-динамическая организация переживания субъекта. Автореф. дисс. ... докт. наук. Казань. 2012. 42 с.
3. *Шаров А.С.* Онтология психологических механизмов рефлексии // Электронный научный журнал «Вестник Омского государственного педагогического университета». Выпуск 2006. – URL: www.omsk.edu.ru (дата обращения 18.11.2014).

Тенденции инфантилизма на примере данных программы международной оценки компетенций взрослых (PIAAC): опыт России

Сабельникова Е.В., Хмелева Н.Л.

Теоретический конструкт «инфантилизм» различными авторами определяется как личностная организация, сохраняющая черты и модели поведения предыдущего возрастного периода, бывшие адекватными прежде, но не являющиеся адекватными на следующем этапе [3].

«Взрослость» как возрастной период в среднем охватывает промежуток от 25 до 45 лет и характеризуется усложнением связей человека с миром, развитием абстрактного мышления, сформированностью эмоционально-волевой сферы, профессиональным и личностным становлением, принятием и освоением большего количества новых социальных ролей, развитием высокого уровня саморегуляции. Для взрослого возраста основными инфантильными проявлениями являются следующие: незрелость эмоционально-волевой сферы, несамостоятельность, отсутствие способности принимать на себя новые социальные роли, подразумевающие определенную ответственность, территориальная и экономическая зависимость от родительской семьи. Несформированность взрослых качеств ведет к реализации поведения, характерного для предыдущего возрастного этапа, и является проявлением инфантилизма.

Теоретический конструкт предполагает два варианта операционализации: внутренний (субъективный) и внешний, основанный на объективных фактах биографии. Внутренняя операционализация (такие критерии, как незрелость эмоционально-волевой сферы, несамостоятельность и проч.) ведет к соответствующим способам обнаружения: опросники на основе субъективного самоотчета. Внешняя операционализация – анализ объективных признаков инфантилизма, таких как наличие/отсутствие супруга или партнера, наличие/отсутствие детей, наличие работы и проч., можно получить с помощью биографических опросников и различных статистических исследований.

Теоретическая гипотеза: инфантильные характеристики необходимы современному человеку, чтобы быть успешным.

В качестве данных для анализа была выбрана база данных Программы международной оценки компетенций взрослых (Programme for the International Assessment of Adult Competencies, PIAAC) [2] Организации экономического сотрудничества и развития (ОЭСР) [1]. В рамках реализации исследования оценены грамотность в области чтения, математическая грамотность и способность решения задач в технологически насыщенной среде. Кроме того, в исследовании собрана биографическая информация респондентов, которая позволяет провести необходимый анализ.

Гипотеза исследования: У наиболее успешных в выполнении заданий PIAAC людей в возрасте 25–45 сохраняются такие характеристики, как: отсутствие супруга, отсутствие детей, отсутствие работы, продолжение обучения, финансовая несамостоятельность, которые являются проявлением инфантилизма.

Анализ проведен на взвешенных данных результатов PIAAC, полученных на репрезентативной выборке Российской Федерации при оценивании грамотности в области чтения.

Обобщенная статистическая гипотеза: существуют значимые различия в средних баллах по грамотности чтения для групп, обладающих инфантильными и зрелыми характеристиками.

Для анализа были отобраны следующие переменные: возраст; наличие семьи (проживание с партнером или супругом); наличие работы; наличие детей, количество детей, возраст младшего ребенка, возраст старшего ребенка; готовность к обучению; соотношение трудового и образовательного статусов; участие в образовательных программах в течение последнего года; продолжительность образовательной траектории (количество лет в течение жизни); балл по грамотности в области чтения.

Из генеральной совокупности российской выборки респондентов PIAAC были отобраны контрастные группы возрастного периода 25–45 лет, имеющие балл по грамотности в области чтения на пятом уровне или на уровне ниже первого, по параметрам «Статус занятости в настоящее время», «Проживание с мужем или партнером», «Наличие детей».

В целом в группе респондентов, на момент сбора данных, имеющих работу, проживающих с мужем или партнером и имеющих детей, 90,7 % получили оценки на уровне ниже первого, и только 9,3 % имеют высокий уровень. Данный факт подтверждает сформулированную гипотезу о взаимосвязи инфантилизма и высокого уровня грамотности в области чтения.

Изменение параметра «статус занятости» на «не работаю и ищу работу» меняет распределение респондентов на практически равновесное: 51 % респондентов данной группы получили оценки ниже первого, и 49 % респондентов – оценки пятого уровня. Данный факт может быть проинтерпретирован в пользу искомой гипотезы: неработающие респонденты (проявляющие инфантильное поведение) имеют баллы по грамотности в области чтения выше.

В каждой возрастной группе (19 и меньше, 20–24, 25–29, 30–34, 35–39, 40–44, 45–49, 50–54, 55–59, 60–65) наблюдается практически равное распределение количества респондентов с низким и высоким уровнями грамотности в области чтения за исключением двух групп: возраст 30–34 года и 60–65 лет. Для возрастной группы 30–34 года количество респондентов, демонстрирующих низкий балл, значительно выше (70 %) количества респондентов с высоким баллом (30 %).

Если сравнивать распределения случаев внутри каждой из групп (за 100 % принять количество испытуемых низкого уровня во всей генеральной совокупности; так же количество испытуемых высокого уровня – 100 %), то в группе низкого уровня чаще всего встречается группа 30–34 лет. То есть, среди группы низкого уровня 17,4 % составляют респонденты в возрасте 30–34 лет. Респонденты 30–34 лет рождены около 1980 года, их средняя и старшая школа пришлась на время перестройки, социально-политического кризиса в России, что не могло не сказаться на качестве образования.

Не обнаружена связь такой переменной, как наличие или отсутствие супруга, с уровнем грамотности в области чтения. Семейные люди показывают примерно равное распределение по группам низкого (52 %) и высокого (48 %) уровней. Аналогичная картина (52 % и 48 % соответственно) среди респондентов, не имеющих супруга или партнера.

Не обнаружена связь такой переменной, как наличие или отсутствие детей, с уровнем грамотности в области чтения. Респонденты показывают примерно равное распределение низкого (53 %) и высокого (47 %) уровней внутри групп взрослых, имеющих детей. Аналогичное распределение уровней внутри группы взрослых, не имеющих детей (57 % и 43 % соответственно).

Сравним результаты группы респондентов, проживающих с партнером или супругом и имеющих детей, с результатами группы респондентов, не имеющих партнера и детей. Для первой группы респондентов для возрастных групп 20–24 года, 30–34 года наблюдается преобладание респондентов, показывающих низкий уровень грамотности в области чтения (75,4 % и 67,9 %

соответственно). Семейные респонденты с детьми в возрасте старше 40 лет (но не старше 60 лет) демонстрируют преимущественно высокий уровень (от 51 % до 59 % выборки).

Респонденты без семьи и детей в возрасте 35–39 лет показали только высшие уровни достижений в области чтения (100 % респондентов). Однако для возраста от 40 до 50 лет отсутствие семьи оказывается не столь позитивным, все респонденты находятся на нижних уровнях по грамотности в области чтения. Респонденты без семьи и детей старше 50 лет снова демонстрируют высокие уровни грамотности (от 84 до 100 % в возрастных группах). Возможно, «провал» достижений по грамотности в области чтения для 40–50-летних несемейных респондентов связан с возрастным смысловым кризисом. Те из них, кто успешно справляются с переосмыслением и остаются при этом в прежнем супружеском статусе, вновь выходят в группу «самых умных»

Уровни грамотности в области чтения респондентов разного супружеского статуса внутри групп по возрастам распределились следующим образом. «Семейные» респонденты в возрастных группах 30–34 (51 % от всей выборки) и 35–39 лет (48 % от всей выборки) демонстрируют преобладание низких уровней грамотности. Семейная сфера требует внимания и сил, времени на собственное интеллектуальное или другое развитие при отсутствии правильной организации жизни остается крайне мало.

Отсутствие постоянного партнера или детей не так жестко связано с уровнем достижений в области чтения. Можно предположить, что с увеличением возраста «несемейные» респонденты предпочитают профессиональную и/или интеллектуальную реализацию, что проявляется в достижении высоких уровней грамотности в области чтения. Наличие детей связано с преобладанием низких баллов, отсутствие детей не обязательно связано с высоким баллом. Другими словами, инфантилизм не однозначно связан с высокими интеллектуальными достижениями.

Для оценки силы связи между переменными был использован корреляционный коэффициент Пирсона. Отметим, что математическая значимость показателей присутствует, не смотря на их малую практическую значимость (уровень значимость 0.01). Обнаружена слабая положительная корреляция (0,246) между уровнем грамотности в области чтения и продолжительностью периода обучения.

Для анализа наличия/отсутствия значимых различий между группами, различающимися по интересующим параметрам, был использован F-критерий (ANOVA). По критерию «наличие работы в течение последнего года» обнаружены статистически значимые различия между средним баллом в группах имеющих и не имеющих работу. У неработающих респондентов средний балл по грамотности чтения выше, чем у работающих, что подтверждает гипотезу о взаимосвязи инфантильных тенденций и высокого уровня грамотности.

По критерию «участие в образовательной активности в течение последнего года» обнаружена значимая разница между баллом для участвовавших и не участвовавших в образовании. Причем средний балл по грамотности чтения в группе участвовавших в образовательном процессе выше. С одной стороны, данный факт очевиден, – кто учится, тот показывает более высокий результат. С другой стороны, обнаруженный факт является подтверждением нашего предположения о связи инфантилизма и высокого балла по грамотности чтения.

Выводы

1. Существует тенденция к инфантилизации и увеличению возраста ее проявления у современных взрослых (до 40 лет). Респонденты без семьи и детей в возрасте 35–39 лет показали только высшие уровни достижений в области чтения (100 % респондентов). По критерию «наличие работы в течение последнего года» обнаружены статистически значимые различия между средним баллом в группах имеющих и не имеющих работу. У неработающих респондентов средний балл по грамотности чтения выше, чем у работающих. По критерию «участие в образовательной активности в течение последнего года» обнаружена значимая разница между баллом для участвовавших и не участвовавших в образовании: средний балл по грамотности чтения в группе участвовавших в образовательном процессе выше.
2. Инфантилизм может выступать как важное условие для формирования современного компетентного взрослого. Отсутствие постоянного партнера или детей связано с уровнем достижений в области чтения. С увеличением возраста «несемейные» респонденты предпочитают профессиональную и/или интеллектуальную реализацию, что проявляется в достижении высоких уровней грамотности в области чтения. Обнаружена положительная корреляция между уровнем грамотности в области чтения и продолжительностью периода обучения. Слабая значимая отрицательная корреляция между грамотностью в области чтения и возрастом младшего и/или старшего ребенка может быть интерпретирована как необходимость вложения сил и времени в воспитание детей за счет собственного образования и развития.

Литература

1. OECD. Organisation for Economic Cooperation and Development. URL: <http://www.oecd.org>.
2. OECD. Programme for the International Assessment of Adult Competencies, PIAAC. URL: <http://www.oecd.org/site/piaac>.
3. Лебединский В.В. Нарушения психического развития в детском возрасте: Учеб. пособие для студ. психол. фак. высш. учеб. заведений. М.: Издательский центр «Академия», 2003. 144 с.

Психологические особенности профессиональной самореализации и психического выгорания у преподавателей творческих дисциплин

Самаль Е.В., Войцехович Е.В.

Профессиональная самореализация является одной из основных сфер жизнедеятельности человека. Изучение профессиональной самореализации педагогов является актуальной проблемой в связи с многочисленными изменениями в системе образования, которые непосредственно отражаются на профессиональной деятельности педагогов вузов. На данный момент в сфере образования наиболее ярко выражена позиция субъективной значимости человека – педагога и ученика, уточняются его активные деятельностные начала, индивидуальный внутренний потенциал, личный опыт, резервы развития.

Ключевой категорией психологии саморазвития является творческая самореализация, а мерилom ее эффективности – достижения личности и степень удовлетворенности ими. В рамках психологии саморазвития сформировалось понимание профессиональной творческой самореализации как процесса, основывающегося на креативности субъекта в проявлении себя. Приложение своих творческих сил (потенциала), создание и получение творческих продуктов деятельности и результатов, в том числе изменения в себе, осуществляются посредством самореализации. Индивид, осознавая свои реальные достижения и недостатки, испытывает потребность в самосовершенствовании, самодвижении, в построении себя как личности посредством целенаправленной активной деятельности, межличностного общения, что обеспечивает переход на более высокую ступень самоорганизации [1].

Одной из наиболее распространенных преград к профессионализму, творчеству и самореализации педагога является возникновение синдрома профессионального выгорания. В некоторых исследованиях (Е.В. Морина) подчеркивается влияние особенностей профессии на личностные особенности представителей тех специальностей, работа которых связана с людьми. Крайняя форма профессиональной деформации личности выражается в формальном, сугубо функциональном отношении к людям. Она ухудшает социально-психологический климат в коллективе, развитие самой личности, служит основой возникновения психологических барьеров [2].

Педагогические работники, постоянно сталкивающиеся с интенсивностью и эмоциональностью человеческих отношений, вынуждены воздвигать своеобразный барьер психологической защиты от родителей, студентов, коллег, проявлять меньше эмпатии к людям, иначе им грозит эмоциональное выгорание. Сюда же следует отнести психологические трудности принимающего, безусловного общения, описанные К. Роджерсом и Э. Фроммом. По существу, эмоциогенность заложена в самой природе педагогического труда, причем спектр эмоций весьма разнообразен [4].

При этом несущий бремя «груза общения» педагог вынужден постоянно находиться в гнетущей атмосфере чужих отрицательных эмоций, служить то утешителем, а то, напротив, – мишенью для раздражения и агрессии. А ведь психика наша от природы устроена так, что мы не можем оставаться равнодушными к проявлениям эмоций со стороны окружающих, мы как бы «заражаемся» ими. К этому добавляются еще и вторичные переживания по поводу чужих проблем, ощутимо давящим на плечи грузом ответственности. Следствием всего этого может являться помимо собственного ухудшения здоровья человека еще и стойкое снижение результативности его работы [4].

Профессиональная деятельность педагога высшего учебного заведения независимо от разновидности исполняемой работы, относится к группе профессий с повышенной моральной ответственностью за здоровье и жизнь студентов и учебной группы в целом. Особенность профессионального труда преподавателя творческих дисциплин заключается в том, что основной труд здесь затрачивается на взаимодействие между людьми и требует от человека двойной подготовки – умения устанавливать и поддерживать контакты с абсолютно разными людьми, понимать их и разбираться в особенностях их характера и поведения, а также быть хорошо подготовленным в своей области искусства. Для преподавателей творческого вуза характерны инновационный и адаптивный стили деятельности, а также гуманизация отношений как наиболее приемлемые и продуктивные. Эффективность преподавания напрямую зависит от уровня самореализации педагога в двух аспектах его деятельности – социально-психологическом (взаимодействие, общение с участниками образовательного процесса) и профессиональном (индивидуальные особенности учебно-методической, творческой и воспитательной деятельности).

Исходя из вышесказанного, выявление психологических аспектов профессионального труда преподавателей творческих дисциплин, а также исследование профессиональной самореализации и психического выгорания у педагогов творческих дисциплин с разным стажем трудовой деятельности, является особенно актуальным в период проведения реформ, которые приводят к интенсификации профессиональной деятельности. По мнению исследователей, негативные психические переживания и состояния могут затрагивать разные грани трудового процесса – профессиональную деятельность, личность профессионала, профессиональное общение, в целом отрицательно сказывается на профессиональном развитии личности. Обеспечение педагогами высокой результативности образовательной деятельности возможно лишь при низком уровне эмоционального выгорания и высоком уровне самореализации.

Для выявления психологических особенностей самореализации и психического выгорания у преподавателей творческих дисциплин с разным стажем трудовой деятельности нами было проведено исследование. В исследовании приняли участие 60 преподавателей творческих дисциплин Учреждения об-

разования «Белорусская государственная академия искусств» г. Минска в возрасте 28–70 лет.

Следует казать, что самореализацию мы рассматриваем как индивидуальный процесс, который осуществляется личностью изнутри вовне; инициируется внутренней потребностью индивида; проявляется в деятельностной форме активности; имеет внутренний и внешний планы; содержит в основе потенциал личности и ее сущностные силы; отслеживается самим субъектом в динамике процесса. Под синдромом психического выгорания в профессиональной сфере понимается совокупность негативных психологических переживаний и дезадаптивного проведения как следствие продолжительных и интенсивных стрессов общения. Это процесс постепенной утраты эмоциональной, когнитивной и физической энергии, проявляющийся в симптомах эмоционального, умственного истощения, физического утомления, личной отстраненности и снижения удовлетворения исполнением работы. В соответствии с вышесказанным нами было определены основные методики исследования: самоактуализационный тест (САТ) (Ю.Е. Алешина, Л.Я. Гозман, М.В. Кроз, М.В. Латинская); методика «Якоря карьеры»; тест определения уровня самоэффективности (Э. Шейн); опросник «Профессиональное выгорание» (автор Е.П. Ильин).

Первоначально мы проанализировали самоактуализационный профиль преподавателей творческих дисциплин (средние значения по шкалам), как степень выраженности основных личностных характеристик, обеспечивающих успешность протекания самоактуализации. Самоактуализация – это внутренняя активность человека, целью которой является выявление потенциальных возможностей, ценностей и смыслов [3]. Личность является саморегулирующейся, динамичной системой, и это означает, что субъект постоянно развивается, приобретая новые личностные и индивидуальные психологические качества, обеспечивающие ему достаточно широкие возможности самоактуализации (Л.И. Божович, И. Головаха, И.С. Кон, Я.К. Макарова и др.).

Анализ полученных данных по уровням выраженности стремления к самоактуализации у преподавателей творческих дисциплин с разным стажем трудовой деятельности показал: 70 % преподавателей творческих дисциплин независимо от стажа трудовой деятельности находятся в психической и физической норме, 17 % преподавателей показали низкий уровень самоактуализации, и только 13 % преподавателей показали высокий уровень самоактуализации.

Рассмотрим подробнее полученные результаты. В группе преподавателей творческих дисциплин со стажем работы до 5 лет высокие результаты или уровень «самоактуализация» (диапазон 55–70 Т-баллов) выявлен по следующим шкалам: «Креативность» – у 47 % преподавателей; по шкале «Представление о природе человека» – у 43 %; «Познавательные потребности» – у 43 %. Средние результаты (диапазон 45–54 Т-баллов) наблюдаются по следующим шкалам:

«Ориентация во времени», «Поддержка», «Ценностные ориентации», «Сензитивность», «Спонтанность», «Самоуважение», «Самопринятие», «Синергия», «Принятие агрессии», «Контактность». Данные результаты являются показателями психической и статистической нормы у испытуемых. Низкие оценки испытуемые показали по шкалам «Гибкость поведения» – 44 Т-балла, что говорит о неспособности быстро и адекватно реагировать на изменяющуюся ситуацию.

В группе преподавателей творческих дисциплин со стажем работы свыше 5 лет уровень «самоактуализация» (диапазон 55–70 Т-баллов) выявлен по шкалам: «Представление о природе человека» – у 47 %; «Познавательные потребности» – у 33 %. Средние результаты (диапазон 45–54 Т-баллов) наблюдаются по следующим шкалам: «Креативность», «Ориентация во времени», «Поддержка», «Ценностные ориентации», «Сензитивность», «Спонтанность», «Самоуважение», «Самопринятие», «Синергия», «Принятие агрессии», «Контактность». Низкие оценки испытуемые показали по шкалам «Гибкость поведения» (Ex) – 44 Т-балла, что говорит о неспособности быстро и адекватно реагировать на изменяющуюся ситуацию.

При рассмотрении полученных результатов в двух группах преподавателей творческих дисциплин, на первый взгляд, ярко выраженных различий не выявлено. Проблемной для преподавателей обеих групп является неспособность быстро и адекватно реагировать на изменяющуюся ситуацию, т.е. гибкость поведения. Но шкале «Креативность» у педагогов со стажем до 5 лет показатели находятся в стадии самоактуализации, а у педагогов со стажем более 5 лет креативность снижается до среднего уровня. Возможно, связано это с возрастом и большим стажем работы в данной сфере.

Далее были проанализированы результаты по методике «Якоря карьеры». Ведущие карьерные ориентации у преподавателей со стажем до 5 лет: стабильность работы – 27 %; профессиональная компетентность – 23 %; автономия – 17 %; служение – 17 %; интеграция стилей жизни – 17 %.

Ведущие карьерные ориентации у преподавателей творческих дисциплин со стажем свыше 5 лет: стабильность работы – 50 %; профессиональная компетентность – 30 %; служение – 27 %; интеграция стилей жизни – 20 %.

Полученные данные позволяют утверждать, что ведущими карьерными ориентациями у преподавателей творческих дисциплин независимо от стажа профессиональной деятельности являются стабильность работы и профессиональная компетентность. Они хотят быть мастерами своего дела, ищут признания своих талантов и мастерства, готовы управлять другими в пределах своей компетенции, но управление не представляет для них особого интереса. Поэтому многие из них отвергают работу руководителя. Обе группы испытуемых показали нулевой результат по категории «Менеджмент».

Высокие результаты по категории «Стабильность работы» в обеих группах педагогов говорят о потребности в безопасности и защите. Педагоги очень

ценят социальные гарантии, которые может предложить государство и министерство образования, и, как правило, их выбор места работы связан именно с длительным контрактом и стабильной заработной платой. Также высокие результаты показали преподаватели в ценностной ориентации «Служение» (17 % – стаж до 5 лет, 27 % – стаж свыше 5 лет), что говорит о том, что наши испытуемые стремятся приносить пользу людям, обществу, для них очень важно видеть конкретные плоды своей работы, даже если они и не выражены в материальном эквиваленте.

Далее рассмотрим и проанализируем полученные результаты по исследованию уровня самооффективности. Тест определения уровня самооффективности (авторы Маддукс и Шеер) – одна из методик исследования самосознания и самооценки личности. Результаты по данной методике дают сведения о степени самореализации личности и создают определенный импульс к ее саморазвитию. Нами было установлено, что низкий уровень самооффективности в предметной деятельности имеют 7 % преподавателей творческих дисциплин со стажем до 5 лет, средний уровень – 46 %, высокий уровень – 47 %. Низкий уровень самооффективности в межличностных отношениях имеют 67 % преподавателей творческих дисциплин со стажем до 5 лет, средний уровень – 7 %, высокий уровень – 10 %. У преподавателей творческих дисциплин со стажем свыше 5 лет низкий уровень самооффективности в предметной деятельности имеют 13 %, средний уровень – 57 %, высокий уровень – 30 %. Низкий уровень самооффективности в межличностных отношениях имеют 77 % преподавателей творческих дисциплин со стажем свыше 5 лет, средний уровень – 4 %, высокий уровень – 10 %.

При рассмотрении полученных результатов в двух группах преподавателей творческих дисциплин, на первый взгляд, ярко выраженных различий не выявлено. Обе группы преподавателей показали низкий уровень самооффективности в межличностном общении. Однако при более детальном рассмотрении полученных результатов педагоги со стажем до 5 лет имеют тенденцию к среднему уровню самооффективности в межличностном общении. Связано это возможно с тем, что данная группа педагогов моложе по возрасту и быстрее может находить общие точки соприкосновения в общении со студентами. Уровень самооффективности в предметной деятельности также оказался выше у педагогов творческих дисциплин со стажем трудовой деятельности до 5 лет. Данная группа педагогов более востребована на рынке труда как профессионалы, использующие инновации в своей трудовой деятельности и быстрее адаптирующиеся к нововведениям, как в образовательном процессе, так и в профессионально сфере.

Полученные данные по шкалам методики «Профессиональное выгорание» позволяют утверждать, что у педагогов творческих дисциплин со стажем до 5 лет только у 2 человек (7 %) стадия «Истощение» сформирована, у 6 (20 %) находится в стадии формирования. У 73 % педагогов фаза истощения не сформирована, что говорит о том, что профессиональное выгорание у данной группы не выяв-

лено. Однако, согласно полученным результатам по фазам, следует заметить, что у 43 % педагогов фаза «Резистенция» находится в стадии формирования, это означает, что они привыкают к действию стрессовой ситуации и функционируют в нормальном режиме, но отличном от прежнего, до стрессового. Если травмирующие обстоятельства длятся длительное время или оказывают сильное влияние на педагогов, возникает вероятность постепенного перехода к фазе «истощение», связанной с израсходованием резервных возможностей организма и психики и ведущей к негативным физиологическим либо психическим изменениям.

У 13 % (4х человек) педагогов творческих дисциплин со стажем свыше 5 лет стадия «Истощение» сформирована. Характеризуется данная фаза выраженным падением общего энергетического тонуса и ослаблением нервной системы, связанной с израсходованием резервных возможностей организма и психики, что может привести к негативным физиологическим либо психическим изменениям. У 14 человек (47 %) истощение находится в стадии формирования. У 60 % педагогов фаза истощения не сформирована, что говорит о том, что профессиональное выгорание у данной группы не выявлено. Данная категория преподавателей находится в хорошей психической и физической форме, адекватно реагируют на стрессовые ситуации, общительны, быстро адаптируются к нововведениям в учебном процессе, легко используют инновации в своей трудовой и профессиональной деятельности.

Для выявления значимых различий по группам педагогов с разным стажем трудовой деятельности, мы использовали метод статистической обработки данных, в частности U-критерий Манна-Уитни. Расчеты проводились при помощи программы Statistica 6.0. Мы выявили статистически значимые различия между параметрами самоактуализации, карьерными ориентациями, уровнями самооффективности и выгорания у преподавателей творческих дисциплин с разным стажем трудовой деятельности.

Таблица 1

**Статистически значимые различия по группам педагогов
с разным стажем трудовой деятельности**

Переменные	гр 1	гр 2	U	p	N	N
Сензитивность	1071,0	759,0	294,0	0,019	30	30
Принятие агрессии	1034,5	795,5	330,5	0,074	30	30
Стабильность работы	745,50	1084,5	280,5	0,011	30	30
Уровень самооффективности в межличностном общении	1071,0	759,0	294,0	0,021	30	30
Экономия эмоций	727,5	1102,5	262,5	0,005	30	30
Редукция профессиональных обязанностей	712,5	1117,5	247,5	0,0027	30	30
Эмоциональная отстраненность	756,5	1073,5	291,5	0,019	30	30

Примечания: 1 группа – педагоги творческих дисциплин со стажем до 5 лет; 2 группа – педагоги творческих дисциплин со стажем свыше 5 лет

Как мы видим, у педагогов творческих дисциплин со стажем трудовой деятельности до 5 лет выше показатель сензитивности, что говорит о том, что данная группа педагогов отдает себе отчет в своих потребностях и чувствах, хорошо ощущает и рефлексивирует их. Также у данной группы превалирует показатель по принятию агрессии, что свидетельствует о способности преподавателей принимать свое раздражение, гнев и агрессивность как естественное проявление человеческой природы. Высокий уровень самоэффективности в межличностном общении говорит о том, что педагоги со стажем трудовой деятельности до 5 лет считают себя более коммуникабельными, общительными и эффективными в межличностном общении.

Педагоги с трудовым стажем более 5 лет предпочитают стабильную работу, они испытывают большую потребность в безопасности, защите и возможности прогнозирования своего будущего. Также у данной категории педагогов выше показатель по симптому психического выгорания «Экономия эмоций», т.е. данная категория преподавателей почти полностью исключает эмоции из сферы профессиональной деятельности, почти ничто не вызывает эмоционального отклика – ни позитивные обстоятельства, ни отрицательные. Причем это не исходный дефект эмоциональной сферы, не признак ригидности, а приобретенная за годы обучения других людей эмоциональная защита. Реагирование без чувств и эмоций наиболее яркий симптом «выгорания». Он свидетельствует о профессиональной деформации личности и наносит ущерб субъекту общения.

Высокий показатель у данной группы по симптому «Эмоциональная отстраненность» говорит о том, что отмечается полная или частичная утрата интереса к студенту – субъекту профессионального взаимодействия. Он воспринимается как объект для манипуляций. Объект тяготит своими проблемами, потребностями, неприятно его присутствие, сам факт его существования. Педагог утверждает, что работа с людьми не интересна, не доставляет удовлетворения, не представляет социальной ценности. Возможно, на высокий уровень по данному симптому оказывает влияние многолетний преподавательский труд, отсутствие отдачи и благодарности студентов, низкая заработная плата в сфере образования. Показатель редукции профессиональных обязанностей также выше, что проявляется в попытках облегчить или сократить профессиональные обязанности, которые требуют эмоциональных затрат.

Таким образом, проведенное исследование и анализ его результатов показали, что стаж профессиональной деятельности сказывается на показателях профессиональной самореализации и выгорания у преподавателей творческих дисциплин, более молодые активнее стремятся к реализации себя и меньше подвержены выгоранию. Годы работы в профессии снижают потребность в творческой самореализации, а лишь повышают стремление к стабильной спокойной работе без лишних усилий.

Литература

1. *Исаев А.К.* Самореализация личности как проблема социальной философии: Автореф. канд. дис. / А.К. Исаев. – М., 1993. – 28 с.
2. *Морина Е.В.* Психическое выгорание педагогов как барьер профессиональной самореализации личности: Дис. канд. пс. наук / Е.В. Морина. – Карачаевск, 2011. – 167 с.
3. *Самаль Е.В.* Общая и профессиональная самоактуализация личности студента в процессе обучения в вузе / Е.В. Самаль. – Минск: Республиканский институт высшей школы, 2010. – 167 с.
4. *Феофанов В.Н.* Синдром психического выгорания и самореализация в деятельности педагогов специального образования / В.Н. Феофанов. – Оренбург: Изд-во Оренбургского государственного педагогического университета, 2006. – № 3. – С. 91–100.

Психологические аспекты изучения эмоционального выгорания педагогов детского сада и возможности его коррекции

Стажевская А.В., Церковникова Н.Г.

Проблема эмоционального выгорания в педагогической среде не нова, и в настоящее время существует достаточно большое количество исследований данного феномена среди школьных педагогов однако обнаруживается недостаток изучения эмоционального выгорания у работников дошкольных образовательных организаций. Мы считаем, что им необходимая помощь в своевременном распознавании показателей эмоционального выгорания, коррекции данного феномена.

Феномен эмоционального выгорания содержательно представлен в различных исследованиях как отечественных ученых, так и зарубежных, но единого обозначения данного понятия не существует. Так, ученые используют в своих исследованиях и монографиях следующие термины: «эмоциональное сгорание», «психическое выгорание», «профессиональное выгорание», «эмоциональное перегорание» и др.

Большинство ученых выделяют профессии помогающего характера, в которых специалисты более подвержены эмоциональному выгоранию. Это объясняется постоянным взаимодействием с другими людьми, что приводит к истощению и переутомлению.

Феномен эмоционального выгорания можно рассматривать с разных точек зрения, позиций:

- эмоциональное выгорание как расстройство личности (Х.Дж. Фрейденберг, Фишер);
- эмоциональное выгорание как утомление, истощение (А. Лэнгле, В. Франкл, А. Пайнз, Е. Аронсон, А. Shirom);
- эмоциональное выгорание как душевное переутомление (Л.А. Китаев-Смык, В.Н. Козиев, Л.Ф. Колесникова) и др.

Эмоциональное выгорание личности может быть результатом влияния стрессовых ситуаций (В.В. Бойко, Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова, К. Чернисс, Н.С. Пряжников, Е.Г. Ожогова); результатом воздействия профессиональной дея-

тельности на личность (В.Е. Орел, Е.В. Котова, Е.П. Ильин); формируется под влиянием социального контекста (Б.П. Бунк, В.Б. Шауфели, К. Кондо, Б.Г. Ананьев). Кроме того, существует множество других факторов, обуславливающих развитие эмоционального выгорания: совокупность стрессорных факторов (В.Ю. Слабинский, С.А. Подсадный), конфликт между требованиями к работнику и его возможностями (К. Маслач), неосуществимые ожидания (Р. Brill), низкая самооценка и экстернальный личностный контроль (Е.П. Ильин, В.И. Ковальчук), неудовлетворенность самоактуализацией (Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова), а также личностные особенности человека (Н.В. Гришина, А.А. Рукавишников).

Труд воспитателя дошкольного образовательного учреждения отличается высоким уровнем самоконтроля, постоянно меняющимся контингентом воспитанников, усложнением требований к организации занятий, использованием невербальных средств общения, а также необходимостью к сопереживанию и сочувствию. Профессиональная деятельность воспитателя является очень деликатной и значимой в развитии каждого ребенка. Именно поэтому стоит уделять больше внимания исследованиям в данной области.

Участниками нашего исследования были педагоги пяти дошкольных образовательных организаций г. Екатеринбурга: № 327, 186, 85, 392 и 487. Реализация коррекционно-развивающей программы проходила в ДООУ № 392. Объем выборки составил 58 женщин в возрасте от 23 лет до 61 года.

В соответствии с гипотезой исследования мы разделили педагогов по группам в зависимости от стажа профессиональной деятельности, взяв за основу работу Э.Ф. Зеера и Э.Э. Сыманюк:

- 21 человек – педагоги со стажем работы от 0 до 5 лет;
- 14 человек – педагоги со стажем работы от 5 до 10 лет;
- 13 человек – педагоги со стажем работы от 10 до 20 лет;
- 10 человек – педагоги со стажем работы от 20 лет и более [3].

Для проведения эмпирического исследования были использованы следующие методики: методика диагностики эмоционального выгорания личности В.В. Бойко, определение психического выгорания (А.А. Рукавишников), методика диагностики доминирующего психического состояния (Л.В. Куликов).

При анализе уровней выраженности показателей методики диагностики эмоционального выгорания личности В.В. Бойко, мы можем сделать вывод об особенностях проявления эмоционального выгорания у педагогов с различным стажем работы. Для большинства педагогов всех подгрупп характерны складывающиеся и сложившиеся симптомы: неадекватное избирательное эмоциональное реагирование, редукция профессиональных обязанностей, а также сформированность фазы резистенции.

Для большинства педагогов со стажем работы от 20 лет характерны складывающиеся симптомы «Эмоционально-нравственная дезориентация» и «Психосоматические и психовегетативные нарушения», что свидетельствует о специфическом проявлении эмоционального выгорания у данной подгруппы педагогов.

Достоверность различий между подгруппами педагогов с разным стажем была подсчитана с помощью критерия Крускала-Уоллиса. Результаты сравнительного анализа показателей эмоционального выгорания между группами педагогов с разным стажем показали следующие значимые различия:

Выявлены высокосignимые различия ($N = 11,449$; $p = 0,010$) по шкале «Редукция профессиональных обязанностей». У педагогов со стажем работы от 20 лет более выражено желание облегчить или сократить обязанности, которые требуют эмоциональных затрат. Также обнаружены высокосignимые различия ($N = 10,861$; $p = 0,012$) по шкале «Резистенция», что свидетельствует о большем проявлении у педагогов со стажем работы от 20 лет раздражительности и пренебрежительного отношения к воспитанникам и родителям. По шкале «Эмоционально-нравственная дезориентация» выявлены высокосignимые различия ($N = 13,926$; $p = 0,003$). Это свидетельствует о том, что педагоги со стажем работы от 20 лет не проявляют должного эмоционального отношения к воспитанникам, оправдывая свои действия. Такое поведение больше выражено у данной подгруппы.

Также выявлены среднесignимые различия ($N = 7,692$; $p = 0,053$) по шкале «Переживание психотравмирующих обстоятельств», что отражает у педагогов со стажем работы от 20 лет большую осознанность психотравмирующих факторов деятельности, способствующих накоплению отчаяния и негодования. Кроме того, по шкале «Психосоматические и психовегетативные нарушения» выявлены среднесignимые различия ($N = 8,159$; $p = 0,043$), что отражает у педагогов данной подгруппы большую склонность, по сравнению с другими подгруппами, к плохому настроению, проявлению неприятных ощущений в области сердца и обострению хронических заболеваний.

Выявленные в ходе сравнительного анализа значимые различия у подгруппы педагогов со стажем работы от 20 лет могут быть обусловлены возрастными особенностями, так как в данную подгруппу входят педагоги в возрасте от 49 лет до 61 года. Возможно, с увеличением возраста и стажа профессиональной деятельности возрастает конфликт между «Я – реальным» и «Я – идеальным» в профессиональной деятельности [2, С. 63–64].

Различия на среднем уровне значимости были выявлены по шкалам «Истощение» ($N = 7,624$; $p = 0,054$) и «Профессиональная мотивация» ($N = 8,905$; $p = 0,031$). У педагогов со стажем работы от 10 до 20 лет больше выражены утрата профессиональных ценностей, избегание контактов с окружающими, а также снижение потребности в достижениях и продуктивности профессиональной деятельности.

Таким образом, по результатам сравнительного анализа можно сделать вывод о большей выраженности у педагогов со стажем работы от 20 лет симптомов: редукция профессиональных обязанностей, эмоционально-нравственная дезориентация, переживание психотравмирующих обстоятельств, психосоматические и психовегетативные нарушения, а также фазы резистенции.

Кроме того, для педагогов со стажем работы от 10 до 20 лет в большей степени характерно снижение профессиональной мотивации и проявление фазы истощения. Полученные результаты являются подтверждением нашей гипотезы о специфике проявления эмоционального выгорания в зависимости от стажа профессиональной деятельности.

Так как эмоциональное выгорание мешает построению здоровых межличностных отношений и эффективной профессиональной деятельности, необходимо обучить педагогов приемам саморегуляции негативных эмоциональных состояний и сформировать новые модели поведения. Именно эти направления работы включает в себя программа коррекции эмоционального выгорания педагогов дошкольного образовательного учреждения.

В основе программы коррекции эмоционального выгорания лежит теория положительных эмоций Б. Фредриксона, которая показывает, что позитивные переживания способствуют личностному росту и развитию. Также, важным является подход Н.Е. Водопьяновой к определению ресурсов личности: это «внутренние и внешние переменные, способствующие психологической устойчивости в стрессогенных ситуациях; это эмоциональные, мотивационно-волевые, когнитивные и поведенческие конструкты, которые человек актуализирует для адаптации к стрессовым трудовым и жизненным ситуациям» [1].

Целью разработанной и реализованной коррекционной программы было создание оптимальных условий для развития эмоциональной устойчивости, личностного и профессионального роста педагога дошкольной образовательной организации. Программа рассчитана на 72 часа, но фактически было проведено 20 часов.

Основные принципы программы коррекции эмоционального выгорания:

1. Принцип системности коррекционных, профилактических и развивающих задач.
2. Принцип единства коррекции и диагностики
3. Деятельностный принцип коррекции
4. Принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей педагогического состава.
5. Принцип комплексности методов психологического воздействия.

В группе 12 педагогов, для которых была проведена программа коррекции эмоционального выгорания, и в группе педагогов, не участвовавших в данной программе, мы отслеживали изменения показателей эмоционального выгорания с помощью Т – критерия Вилкоксона. Изменения отслеживались по применяемым ранее методикам.

Анализируя полученные результаты, мы пришли к выводу, что программа коррекции эмоционального выгорания не привела к положительным сдвигам, но, по крайней мере, стабилизировала состояние участвующих в программе педагогов. В группе педагогов, не участвовавших в программе коррекции

эмоционального выгорания, были обнаружены значимые сдвиги по шкале «Психоэмоциональное истощение» ($T = -2,031$, $p = 0,04$), что свидетельствует о большем проявлении физического и эмоционального утомления, об увеличении равнодушия и холодности по отношению к окружающим. Также выявлены значимые сдвиги по шкале «Высокий – низкий тонус» ($T = -2,201$, $p = 0,02$). Это свидетельствует об увеличении усталости и несобранности, а также низкой работоспособности. Педагоги стали реже проявлять активность и энергичность во взаимодействии с другими людьми.

Кроме того, обнаружены значимые сдвиги ($T = -2,225$, $p = 0,02$) по шкале «Удовлетворенность – неудовлетворенность жизнью в целом». Это значит, что педагоги стали менее удовлетворены процессом самореализации и жизнью в целом, у них снизилась оценка личностной успешности в процессе профессиональной деятельности. Выявлены значимые сдвиги по шкале «Положительный – отрицательный образ самого себя» ($T = -2,207$, $p = 0,02$), что свидетельствует о повышении критичности педагогами в оценке себя. Таким образом, можно сделать вывод о том, что у группы педагогов, не участвовавших в программе коррекции, были выявлены значимые отрицательные сдвиги, что указывает на ухудшение эмоционального и физического состояния педагогов.

Для поддержания психического здоровья педагога и предотвращения эмоционального выгорания ученые выделяют следующие способы профилактики: повышение психологической культуры, участие в различных тренингах, применение техник саморегуляции и повышение профессиональной самооценки. Но значительная роль в борьбе с эмоциональным выгоранием придется самому педагогу.

Литература

1. *Водопьянова Н.Е.* Психодиагностика стресса. СПб., 2009.
2. *Гроза И.В.* Влияние возраста и стажа педагога на эмоциональное выгорание // Современные наукоемкие технологии. 2009. № 10. С. 63–64.
3. *Зеер Э.Ф., Сыманюк Э.Э.* Кризисы профессионального становления личности [Текст] // Психологический журнал. 1997. Т. 18. № 6. С. 35–44.

Неоднородность структурной организации у преступников с диссоциальным расстройством личности

Семенов В.Н.

Среди различных психических аномалий расстройства личности (далее – РЛ) характеризуются наиболее высоким риском совершения насильственных и ненасильственных криминальных действий [1]. Однако по наблюдениям отечественных и зарубежных исследователей, лишь некоторые формы РЛ характеризуются высоким риском криминального поведения. Из этого следует, что патопсихологическая структура одних РЛ препятствует, а других способствует

криминальному поведению. Диссоциальное расстройство личности (далее – ДРЛ) наряду с истерическим и эмоционально-неустойчивым относят к категории РЛ, характеризующихся высоким риском криминального поведения [1–3].

Лица с ДРЛ по сравнению с представителями других вариантов РЛ проявляют пренебрежение социальными нормами, черствое и равнодушное отношение к чувствам окружающих, неспособность извлекать положительные уроки из собственного негативного опыта, низкую переносимость фрустрационных воздействий и готовность к незамедлительному агрессивному поведению в ответ на незначительные фрустрации. В своих неудачах и проблемах такие лица обвиняют окружающих, а своему антисоциальному поведению находят благовидные объяснения.

Поведение, наблюдаемое при ДРЛ, представляет собой континуум, на одном конце которого находятся лица, ведущие пассивный и эксплуатирующий (асоциальный) образ жизни, а на другом – жестокие убийцы [2; 3]. Наиболее обширную группу в поведенческом континууме образуют лица с ДРЛ, которые наряду с асоциальным поведением совершают криминальные действия различного характера и степени тяжести. Одной из особенностей криминального поведения лиц с ДРЛ является его разнообразие [1]. Однако вариативность криминального поведения, характерная для преступников с ДРЛ, может маскировать неоднородность структурной организации психологических свойств и связанную с ней специфичность криминальных действий. Обоснованность подобного предположения базируется на используемой в Международной классификации болезней 10-го пересмотра (далее – МКБ-10) процедуре диагностики ДРЛ, при которой диагноз устанавливается лишь при наличии трех признаков из шести возможных. Подобная процедура имплицитно выражает мысль о существовании клинических разновидностей ДРЛ.

Оценка характера и структуры криминального поведения при ДРЛ, по данным различных исследований, является неоднозначной. Часть исследователей сходится во мнении о том, что при ДРЛ в основном совершаются ненасильственные преступления [1]. Другая часть исследователей приводит данные, подтверждающие факт высокой распространенности насильственных преступлений среди лиц с ДРЛ [4; 5].

Дискуссионность вопроса о специфике криминального поведения у лиц с ДРЛ, отсутствие однозначных научных данных о структурной психологических свойств у преступников с ДРЛ, совершающих ненасильственные и насильственные правонарушения, определили объект, предмет и цель настоящего исследования. *Объектом* исследования являлись лица с ДРЛ, совершившие насильственные и ненасильственные правонарушения. *Предметом* исследования стали особенности структурной организации психологических свойств у лиц с ДРЛ, совершивших насильственные и ненасильственные правонарушения. *Цель* исследования в контексте обсуждаемой проблемы состояла в выявлении специфики структурной организации психологических свойств у преступников с ДРЛ, совершивших насильственные и ненасильственные правонарушения.

На первом этапе исследования путем операционализации диагностических критериев, используемых в МКБ-10 для постановки диагноза ДРЛ, был определен комплекс психодиагностических методов и перечень измеряемых с их помощью психологических характеристик, представленный следующими 30 психометрическими показателями, разделенными на 8 групп: 1. *Нравственные чувства*: совестливость (СВ), чувство вины (ЧВ) и эмпатия (ЭМП); 2. *Общительность* (ОБЩ); 3. *Асоциальные и антисоциальные эмоциональные переживания*: негативизм (НГ), подозрительность (ПОД), обида (ОБ) и индекс враждебности (ИВ); 4. *Асоциальность* (АС); 5. *Общий и частные показатели интернальности субъективного контроля*: общая интернальность (ОИ), интернальность в области достижений (ИД), неудач (ИН), семейных отношений (ИСО), производственных отношений (ИПО), межличностных отношений (ИМО) и здоровья (ИЗ); 6. *Формы агрессивного поведения и показатель общей агрессивности*: физическая (ФА), вербальная (ВА) и косвенная (КА) агрессия, агрессивная мотивация (АМ) и индекс агрессивности (ИА); 7. *Варианты фрустрационных эмоциональных реакций*: раздражение (РЗДР), гнев (ГН), страх (СТР) и бессилие (БС); 8. *Варианты поведенческих реакций в ситуации фрустрации*: активная агрессия (АА), ассертивная реакция (АР), пассивная агрессия (ПА), подавленная агрессия (ПДА) и бегство-уход (БУ).

На втором этапе в соответствие с целью исследования были сформированы три выборки, общая численность которых составила 174 человека. Все испытуемые были разделены на три группы: основную (группа 1) и две контрастные (группа 2 и группа 3). Группа 1 (n=56) состояла из испытуемых с ДРЛ, совершивших насильственные правонарушения. Средний возраст испытуемых в этой группе составил $29,5 \pm 7,4$ лет (от 17 до 48 лет). Во вторую группу (n=58) вошли испытуемые с ДРЛ, совершившие ненасильственные правонарушения. Средний возраст испытуемых в этой группе составил $27,1 \pm 6,5$ лет (от 17 до 48 лет). Группа 3 (n=60) состояла из испытуемых, не имеющих психических расстройств, и не привлекавшихся к уголовной ответственности. Средний возраст испытуемых в этой группе составил $26,6 \pm 7,1$ (от 17 до 43). Распределение испытуемых по полу (мужчины) являлось идентичным в трех группах. Между испытуемыми из групп 1 и 2 ($p=0,08$) и групп 1 и 3 ($p=0,63$) не выявлено значимых различий в распределении по возрасту. Лишь у испытуемых из группы 2 и группы 3 имелось значимое различие в распределении по возрасту ($p=0,03$). Поскольку психологические свойства, исследуемые у лиц с ДРЛ, впервые проявляются в раннем возрасте (до 18 лет), носят стабильный и тотальный характер, то распределение по возрасту не являлось в контексте нашего исследования значимым параметром при сопоставлении сформированных групп. Способ формирования выборок являлся случайным.

Исследование проводилось в период с 2010 по 2013гг. на следующих базах: отдел стационарных судебно-психиатрических экспертиз и отдел стационар-

ных судебно-психиатрических экспертиз лиц со строгим наблюдением управления судебно-психиатрических экспертиз Государственной службы медицинских судебных экспертиз Республики Беларусь; Исправительные учреждения «Тюрьма № 8» и «Исправительная колония № 1» УДИН МВД Республики Беларусь по г. Минску и Минской области; Учреждения образования Белорусский государственный университет и Государственный институт управления и социальных технологий Белорусского государственного университета Республики Беларусь; специальная роты отдельного батальона милиции городского управления Департамента охраны МВД Республики Беларусь.

Для диагностики выделенных психологических характеристик был использован следующий набор психодиагностических методик: психодиагностический тест («ПДТ»), разработанный Л.Т. Ямпольским, методика диагностики показателей агрессии, разработанная А. Бассом и А. Дарки, опросник для диагностики способности к эмпатии, разработанный А. Мехрабианом и М. Эпштейном, методика диагностики уровня субъективного контроля, разработанная Дж. Роттером, шкала провокации агрессии (APQ – Aggressive Provocation Questionnaire) для оценки эмоционального и поведенческого реагирования в ситуации провокации агрессии, разработанная D.B. O'Connor, J. Archer and F.W.C. Wu. Статистическая обработка результатов психометрического исследования психологических характеристик производилась с помощью программы SPSS v 16.0 for Windows.

В результате применения статистической процедуры факторного анализа методом главных компонент с последующим вращением по методу «Varimax» с нормализацией Кайзера для определения особенностей взаимосвязи и структурной организации психологических свойств у испытуемых с ДРЛ, совершивших насильственные и ненасильственные правонарушения, были получены четыре факторные структуры для группы исследуемых с ДРЛ (независимо от типа правонарушения) и отдельно для испытуемых из групп 1, 2 и 3. В целях оптимизации статистической процедуры в список психологических переменных, подготовленных для факторного анализа, вместо некоторых частных психологических свойств (там, где это было возможным) включались общие показатели, представляющие их усредненную или суммарную оценку. Психологические переменные, подготовленные для факторного анализа, имели по критериям КМО и сферичности Бартлетта значимую ($p=0,0001$) приемлемую либо удовлетворительную адекватность в четырех группах.

Психологические свойства в группе испытуемых с ДРЛ (независимо от типа правонарушения) образовали такие факторы, как «Готовность к агрессии асоциальной направленности» – Ф1 (27,697 %), «Избегание открытой агрессии» – Ф2 (19,911 %), «Моральный контроль, мотивированный совестью» – Ф3 (10,196 %) и «Общительность» – Ф4 (8,649 %), объясняющие 66,454 % общей дисперсии.

Психологические свойства в группе испытуемых с ДРЛ, совершивших насильственные правонарушения, образовали такие факторы, как *«Готовность к агрессии личностной направленности»* – Ф1 (28,949 %), *«Избегание открытой агрессии вследствие фрустрационной пассивности»* – Ф2 (21,173 %), *«Моральный контроль, мотивированный чувством вины»* – Ф3 (10,521 %), *«Общительность»* – Ф4 (8,785 %), объясняющие 69,427 % общей дисперсии.

В группе испытуемых с ДРЛ, совершивших ненасильственные правонарушения психологические свойства образовали такие факторы как *«Готовность к агрессии асоциальной направленности»* – Ф1 (29,208 %), *«Избегание открытой агрессии»* – Ф2 (18,535 %), *«Моральный контроль, мотивированный совестью»* – Ф3 (11,918 %), *«Социальная отгороженность»* – Ф4 (9,072 %), объясняющие 68,733 % общей дисперсии.

В группе испытуемых без ДРЛ психологические свойства образовали такие факторы, как *«Готовность к агрессии асоциальной направленности»* – Ф1 (28,240 %), *«Избегание открытой агрессии»* – Ф2 (14,868 %), *«Общительность»* – Ф3 (10,495 %), *«Моральный контроль, мотивированный совестью»* – Ф4 (7,124 %), объясняющие 60,726 % общей дисперсии.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что психологические свойства, составляющие клиническую картину ДРЛ, можно описать посредством четырехфакторной структуры. Четырехфакторные структуры, полученные в группах испытуемых с ДРЛ (независимо от типа правонарушения), испытуемых с ДРЛ, совершивших насильственные правонарушения, испытуемых с ДРЛ, совершивших ненасильственные правонарушения, имеют определенное сходство по входящим в их состав компонентам и отражают общую психологическую модель организации психологических свойств, составляющих клиническую картину ДРЛ. Данный факт дополнительно подтверждает четырехфакторная структура психологических переменных, полученная для испытуемых из группы без ДРЛ. В тоже время между испытуемыми с ДРЛ, совершающими насильственные и ненасильственные правонарушения были выявлены определенные различия в содержании отдельных факторов. Так, исследуемые с ДРЛ, совершающие насильственные правонарушения, по сравнению с исследуемыми с ДРЛ, совершающими ненасильственные правонарушения, обнаруживают готовность к агрессии личностной, а не асоциальной направленности, способны достигать избегания агрессии не только посредством подавления, но и при наличии фрустрационных переживаний, осуществляют моральную регуляцию поведения преимущественно на основе чувства вины, а не социальных норм, принципов и оценок. Данный факт свидетельствует о существовании специфических различий в структурной организации психологических свойств между испытуемыми с ДРЛ, совершающими насильственные и ненасильственные правонарушения. Этими различиями может объясняться наблюдаемая у лиц с ДРЛ специфика криминального поведения.

Литература

1. *Обросов И.Ф.* Расстройства личности у осужденных в местах лишения свободы (клинико-динамический и медико-социальные аспекты): Дис. ... докт. мед. наук: 14.00.18 / И.Ф. Обросов; Государственный научный центр социальной и судебной психиатрии им. В.П. Сербского. – М, 2004. – 356 с.
2. *Кернберг О.Ф.* Тяжелые личностные расстройства: Стратегии психотерапии / О.Ф. Кернберг / Пер. с англ. М.И. Завалова. – М.: Независимая фирма «Класс», 2000. – 464 с.
3. *Короленко Ц.П.* Личностные расстройства / Ц.П. Короленко, Н.В. Дмитриева. – СПб.: Питер, 2010 – 400 с.
4. *Dolan, M.* Violence risk prediction / M. Dolan, M. Doyle // *British Journal of Psychiatry.* – 2000. – Vol. 177, № 4. – P. 303–311.
5. *Stone M.H.* Violent crimes and their relationship to personality disorders / M.H. Stone // *Personality and Mental Health.* – 2007. – Vol. 1, № 2. – P. 138–153.

Инклюзия глазами учителей специальной школы: проблема безопасности образовательной среды

Семенова Г.В., Никитина Л.Н.

Проблема инклюзии в России стала за последний год объектом пристального внимания специалистов. Связано это прежде всего с обсуждением нового Федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС) начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Согласно новому ФГОС, предполагается значительная самостоятельность образовательного учреждения в организации образовательного процесса, осознание и признание ценностей универсального образования. Информационные образовательные технологии позволяют адаптировать учебный процесс к нуждам отдельного ученика и быстро реагировать на возникающие перемены. В социальном плане именно это может обеспечить учащимся равные возможности в получении образования. Успешная реализация адаптированной основной общеобразовательной программы как в коррекционных, так и в общеобразовательных школах невозможна без организации развивающей образовательной среды, личностной включенности в нее всех субъектов образовательного процесса с применением, в том числе, дистанционных образовательных технологий [1].

Однако, как смотрят на инклюзию учителя специальной (коррекционной) школы, имеющие опыт работы с особыми детьми? Считают ли они инклюзию безопасным процессом и, если нет, то в чем видят ее основные опасности?

В школе «Динамика» обучаются дети с нарушениями опорно-двигательного аппарата. В будущем году школа начнет свою работу в качестве инновационной площадки городского уровня. Одной из исследовательских задач является изучение готовности субъектов образовательного процесса (обучающихся, учителей, администрации школ и родителей) и образовательной среды школ к инклюзивному процессу. Основная работа в этом направлении начнется в 2016 г., сейчас же было проведено небольшое пилотажное исследование,

посвященное взгляду учителей специальной (коррекционной) школы на инклюзию, ее опасности и возможности.

Целью пилотажного исследования явилось описание представлений об инклюзии у учителей специальной (коррекционной) школы.

Объектом исследования стали учителя школы «Динамика»; предметом – их представления об инклюзии.

Для достижения поставленной цели было проведено анкетирование. Авторская анкета включала в себя вопросы, относящиеся к предмету нашего исследования.

В эмпирическом исследовании, проведенном на базе этой школы, приняло участие 20 учителей. Их педагогический стаж составил от 2 до 39 лет работы (средний стаж – 18,5 лет). Специальное (дефектологическое) образование имеют 5 человек (25 % опрошенных). 3 человека в настоящее время являются совместителями (работают в других образовательных организациях – общеобразовательных школах). 4 человека являлись совместителями ранее, но оставили иные места работы и полностью перешли на работу в специальную (коррекционную) школу, объясняя это тем, что здесь им работать комфортнее («больше нравится организация труда, инновации»; «здесь коллектив профессионалов и возможно творчество»; «здесь обстановка доброжелательнее и используются инновационные технологии»), а также оптимизацией (сокращением) на другом месте работы.

9 человек считают инклюзию небезопасным процессом и относятся к ней отрицательно, как к «вредной идее». Учителя отмечают, что главным препятствием является неготовность физической среды и людей (учителей, обучающихся) к этому процессу (7 человек). Указывается также, что в условиях обычной школы нет специалистов (логопедов, психологов, специальных педагогов), которые работают с особыми детьми в специальной (коррекционной) школе. Важно также то, что учителя подчеркивают несоответствие темпов обучения здоровых детей и детей с ОВЗ: последние всегда будут отставать и автоматически оказываться в ситуации «догоняющих», неконкурентоспособных, более слабых. Один из респондентов отмечает, что в случае инклюзии полностью меняется смысл всего обучения, образовательного процесса в целом, что в настоящее время просто невозможно: современная школа по-прежнему недооценивает значение личностных образовательных потребностей по сравнению с учебными целями.

Двойственное отношение к инклюзии демонстрируют 4 учителя. Они отмечают как преимущества инклюзивного образования, так и его сложности.

9 учителей относятся к инклюзии в целом положительно. «В целом» – потому что практически все ссылаются на «условия»: инклюзия хороша, если соблюдаются определенные условия. Среди этих условий: соответствие среды, наличие специального оборудования, инклюзирование только интеллектуально сохраненных детей, проведение специальной подготовительной работы со здоровыми детьми, их учителями и родителями.

«Плюсы» инклюзии учителя видят в том, что она обеспечивает общение детей с ОВЗ, формирование доброты и милосердия у здоровых детей. Отмечается, что даже негативный коммуникативный опыт, получаемый детьми с ОВЗ в условиях инклюзивного образования, – лучше, чем полное отсутствие такого опыта.

В анкете задавался вопрос о том, сталкивались ли учителя в своей работе в обычной школе (если такой опыт у них был) с так называемыми «детьми с трудностями в обучении». 16 учителей из 20 опрошенных, помимо опыта работы в коррекционной школе, имели также опыт работы в обычной общеобразовательной школе. 10 из них (50 % от числа всех опрошенных) сталкивались с такими детьми. Что же это были за «трудности»? Учителя отнесли сюда: неуспеваемость по отдельным предметам и отставание по программе; сниженный интеллектуальный потенциал; отсутствие учебной мотивации; гиперактивность и нарушения поведения, проблемы с дисциплиной; нарушения письменной речи. Очевидно, что школа, игнорирующая детей с такими трудностями, не вполне способна принять детей с ОВЗ.

Работа в школе «Динамика» действительно имеет ряд отличий. Одно из них – систематическое использование ассистивных и дистанционных образовательных технологий (ДОТ). Так, обследованные учителя используют в своей работе робота удаленного телеприсутствия R-bot, интерактивный мультитач стол, квазиассистивную рекреационную среду Монтессори-материалов. В расписании уроков есть не только очные встречи обучающихся с учителями в школе, но и дистанционные уроки (используются Skype и среда для дистанционного обучения). 16 учителей используют ДОТ; 6 человек – новейшие ассистивные технологии. Новое оборудование стало неотъемлемой частью образовательной среды, а новые технологии – частью образовательного процесса. Известны ли в обычной школе такие технологии, готовы ли учителя их применять? Это вопрос, который возникает при попытке осмысления предстоящих инклюзивных процессов.

Таким образом, проведенное пилотажное исследование, демонстрирует сомнения учителей специальной (коррекционной) школы в «гладком» прохождении инклюзивных процессов. Они отмечают большое число опасностей на этом пути.

Следует обратить внимание, что пространственно-предметная среда обычной школы должна быть безопасной для детей с ОВЗ. Это нелегко обеспечить, но в то же время – это одна из самых простых задач инклюзии, которая решается вливанием денежных средств. Тем не менее: чем тяжелее дефекту обучающихся, тем сложнее организовать такое пространство. Пространственно-предметная среда должна обладать следующими характеристиками: разнообразие, достаточная степень гетерогенности и сложности, гибкость и управляемость как со стороны обучающегося, так и со стороны педагога.

Гораздо сложнее обеспечить в инклюзивном процессе психологическую безопасность. Здесь нужны не только усилия профессионалов, но иногда и

принципиальная перестройка общественного сознания, что невозможно осуществить быстро и бесконфликтно.

Вместе с тем, даже у профессионалов, работающих с детьми с ОВЗ, есть большое число стереотипов и бытовых представлений о процессах инклюзии. Поэтому такую глобальную инновацию, как инклюзия, следует готовить тщательно и системно. В противном случае придется столкнуться не только с сопротивлением этому процессу, но и с ситуациями, серьезно угрожающими безопасности людей – детей и взрослых.

Литература

1. ФГОС обучающихся с ограниченными возможностями здоровья // Официальный сайт РГПУ им. А.И. Герцена, <http://fgos-ovz.herzen.spb.ru> (Дата обращения: 11.09.2015).

Особенности переживания кризиса середины жизни мужчинами и женщинами возраста 35–45 лет

Сомова Н.Л.

В течение своего жизненного пути человеку приходится пройти через различные кризисы, в ходе которых ему предстоит серьезная внутренняя работа, переосмысление жизненных позиций, коррекция сложившегося отношения к миру и самому себе. Особое место во взрослом возрасте занимает так называемый «средний возраст», своего рода промежуточный период между юностью и достигнутой зрелостью. В середине жизни люди осознают свою обособленность не только от следующего за ними поколения молодых людей, но и от тех, кто уже вышел на пенсию и дожил до старости.

Хронологически, средний возраст охватывает отрезок жизни примерно от 35 до 45 лет, но специалисты значительно расходятся в определении начала и конца среднего возраста. Многое в этом вопросе зависит от внутреннего психологического самовосприятия человека. Кроме того, отрезок жизни, определяемый как период среднего возраста, для одних может быть более, а для других – менее продолжительным.

Нами (Сомова Н.Л., Балашова О.Н.) было проведено исследование особенностей переживания кризиса среднего возраста. В исследовании приняли участие 51 человек, из них 30 женщин и 21 мужчина в возрасте 35–45 лет. Средний возраст женщин $40 \pm 2,7$ лет, мужчин – $39 \pm 3,1$ лет. Выборка формировалась случайным образом.

Психологическое обследование участников проводилось в индивидуальной форме и начиналось с собеседования и заполнения специально разработанной анкеты-опросника. В ней содержатся 26 вопросов, позволяющих выяснить, насколько для испытуемых характерны те или иные признаки пере-

живания кризиса среднего возраста, а также вопросы, проясняющие общее эмоциональное состояние респондентов. По результатам анкетирования оценивалось количество симптомов кризиса середины жизни у участников исследования и выраженность переживания кризиса (общий балл).

Из анализа анкетных данных следует, что 58,82 % из принимавших участие в исследовании имеют высшее образование (среди мужчин этот процент – 52,38, среди женщин – 63,33). В общий процент состоящих в браке – 62,75 %, среди мужчин – 66,67 %, женщин – 60,0 %. Имеют детей 66,67 % участников исследования, 61,91 % мужчин, 70,0 % женщин.

Результаты статистической обработки данных анкеты представлены в таблице 1.

Таблица 1

Выраженность симптомов кризиса среднего возраста у мужчин и женщин

	мужчины	женщины	
количество симптомов	7,24±4,87	11,87±4,32	p≤0,001
Выраженность	51,57±15,65	67,77±13,15	p≤0,001

С помощью критерия Стьюдента выявлены достоверные различия по следующим параметрам: количество симптомов (7,24±4,87 у мужчин и 11,87±4,32 у женщин, p≤0,001) и выраженность симптоматики (51,57±15,65 у мужчин и 67,77±13,15 у женщин, p≤0,001). Таким образом, показано, что у женщин выражено больше признаков кризиса среднего возраста, чем у их сверстников мужчин. Но это, так же, может свидетельствовать и о том, что в нашей культуре мужчины, в отличие от женщин, не позволяют себе жаловаться на какие-либо свои личностные и эмоциональные проблемы и поэтому дают более социально желательные ответы, чем женщины.

О том, что они испытывают чувство беспокойства, думая о будущем, говорят 66 % мужчин и 86 % женщин. Думают о том, чего хотели бы достичь в жизни, но не достигли 38 % мужчин и 73 % женщин. Испытывают страх старения 29 % респондентов мужского пола и 60 % женского. Боятся изменений связанных с работой 33 % мужчин и 46 % женщин. 80 % участниц исследования чувствуют, что стали ранимы и нуждаются в поддержке, среди мужчин этот процент значительно меньше – 23 %. Среди женщин 66 % испытывают в последнее время чувство напряжения, эмоционального дискомфорта, среди мужчин таких 38 %.

У 19 % лиц мужского пола и 53 % женского есть сомнения по поводу правильности выбора жизненного пути. Бывает ощущение, что время летит слишком быстро, а многое еще не сделано у 96 % женщин и 57 % мужчин. Вопрос внешней привлекательности стал чаще беспокоить 80 % женщин и лишь 14 % мужчин. 57 % мужчин и 63 % женщин считают, что в молодости их жизнь была гораздо насыщенной.

У 60 % женщин и 33 % мужчин возникает желание радикально поменять свою жизнь. Об ушедшей молодости часто вспоминают 23 % лиц мужского

пола и 33 % женского. Лишь 38 % участников и 20 % участниц исследования строят далеко идущие планы. 60 % женщин и 195 мужчин совершают иногда необдуманные поступки. 33 % респондентов обоих полов срываются на своих близких или подчиненных. 71 % мужчин и 83 % женщин стали уделять своему здоровью больше времени. 19 % участников исследования и 53 % участниц отмечают колебания настроения от оптимизма к пессимизму.

При этом удовлетворены своей работой 85 % мужчин и 63 % женщин. О чувстве уверенности в завтрашнем дне заявляют 71 % мужчин и 43 % женщин. Успешным человеком считают себя 50 % участниц и 71 % участников исследования. Думают о новых достижениях в карьере 66 % мужчин и 60 % женщин. Думают о том, что еще многого могут добиться в жизни 61 % мужчин и 76 % женщин. Активными видами спорта занимаются 57 % респондентов мужского пола и 40 % респондентов женского пола. 71 % мужчин и 43 % женщин хотели бы передать свой опыт будущему поколению. Готовы начать новую карьеру чуть больше 40 % всех участников исследования.

Таким образом, для большинства участвующих в нашем исследовании мужчин и женщин в возрасте 35–45 лет характерны следующие признаки кризиса среднего возраста: чувство беспокойства о будущем, ощущение, что время летит слишком быстро и многого уже не успеть. Лишь не многие строят долгосрочные планы на будущее. Больше половины мужчин и женщин, считают, что сейчас их жизнь значительно менее насыщена, чем в молодости.

При этом для большинства женщин среднего возраста актуальны ощущения, что они не достигли в жизни того, чего хотели, они не чувствуют уверенность в завтрашнем дне, боятся старения, их беспокоит вопрос внешней привлекательности. Женщины испытывают чувство напряжения и эмоционального дискомфорта. Больше половины из них посещают мысли о неправильности выбора жизненного пути, они совершают необдуманные поступки, настроение их колеблется от оптимизма к пессимизму.

Показатели, отражающие признаки кризиса, послужили критериальными основаниями для классификации обследованных мужчин и женщин. Все обследованные нами мужчины группируются в два больших класса: 1-й класс – лица с признаками кризисного возраста (10 человек) и 2-й – мужчины без психологических проблем (11 человек).

Среди мужчин 1-й группы (с симптомами кризиса середины жизни) – 50 % не состоят в браке, среди мужчин 2-й группы таких – 18,18 %. В 1-й группе 40 % участников не имеют детей, во второй группе бездетных – 36,36 %. Таким образом, можно предположить, что для мужчин одной из предпосылок переживания кризиса в возрасте 35–45 лет является то, что они не состоят в браке.

Женщины, участвовавшие в исследовании, также разделились на два больших класса: без признаков кризисного периода (8 человек) и с симптомами кризиса среднего возраста (22 человека) – второй класс делится еще на 2 под-

класса: женщины с ярко выраженными проблемами кризиса (7 человек), и участницы со средней выраженностью симптомов (15 человек).

Среди женщин, переживающих кризис середины жизни, 36,36 % не состоят в браке, среди их сверстниц без признаков кризисного периода таких – 37,5 %. Не имеют детей 18,18 % женщин в кризисном периоде, и 62,5 % женщин, не имеющих симптомов переживания кризиса. Хотя, в подгруппе женщин с ярко выраженными признаками кризисного периода бездетных женщин – 42,86 %.

Большее количество бездетных женщин в группе психологически более благополучных женщин, по всей видимости, можно объяснить тем, что женщины, не имеющие детей, чаще выглядят внешне более привлекательно, у них лучше сохранилась фигура, они имеют больше времени для посещения косметолога и спортивного зала, они больше могут заниматься своей карьерой, у них отсутствует «синдром опустевшего гнезда», когда женщина переживает, что ее дети вырастут, и она не будет никому нужна. Но переживание кризиса середины жизни у женщин, не имеющих детей, может проходить достаточно ярко, о чем свидетельствует больший процент таких женщин в этой подгруппе.

Для исследования эмоционального состояния испытуемых применялись методики: шкала Цунга в адаптации Т.Н. Балашовой и методика диагностики уровня социальной фрустрированности Л.И. Вассермана в модификации В.В. Бойко.

С помощью критерия Стьюдента выявлены достоверные различия по уровню депрессии у обследуемых мужчин и женщин ($p \leq 0,001$). У женщин в возрасте 35–45 лет более выражены признаки депрессивного состояния, чем у их сверстников мужчин. У 23,33 % женщин опросник выявляет легкую депрессию, ситуативного характера. Среди мужчин лиц с признаками депрессии не выявлено. Достоверных различий в уровне депрессии в группах мужчин и женщин с признаками кризиса среднего возраста и без таковых выявлено не было.

Выявлены достоверные различия по уровню социальной фрустрированности в выборках мужчин и женщин на пятипроцентном уровне. То есть женщины, участницы исследования, менее удовлетворены различными сферами социальных отношений и условий, чем мужчины.

Выявлены достоверные различия в уровне социальной фрустрированности в выделенных группах мужчин с признаками кризиса среднего возраста и психологически благополучных мужчин.

Диагностика внутренней динамики самосознания, структуры и специфики отношения к собственному «Я» проводилась при помощи методики исследования самоотношения (МИС) С.Р. Панталева.

В результате статистической обработки с помощью критерия Стьюдента для независимых выборок выявлены достоверные различия в выборках мужчин и женщин по следующим шкалам: закрытость, самоуверенность, саморководство, отраженное самоотношение, самоценность, самопривязанность, внутренняя конфликтность, самообвинение. По всем диагностическим пока-

зателям, кроме внутренней конфликтности и самообвинения, значения меньше у женщин, чем у мужчин.

Следовательно, можно говорить о том, что в возрасте 35–45 лет женщины более открыты с самой собой и окружающими людьми, у них менее выражено, социально желательное и защитное поведение, чем у их сверстников мужчин. Их характеризует меньшая уверенность в себе, неуверенность в своих решениях, более глубокое переживание своих проблем и внутренняя напряженность. Женщины в этом возрасте склонны к вере в подвластность своего «Я» внешним событиям и обстоятельствам, у них ослаблены механизмы саморегуляции. Женщины менее, чем мужчины в этом возрасте, чувствуют принятие себя окружающими людьми, они более чувствительны к критике со стороны окружающих в свой адрес, более обидчивы и ранимы. Они более склонны к «самокопанию», более требовательны к себе, склонны к самообвинению, но и более готовы к самоизменению, открыты к новому опыту познания себя, чем их ровесники мужчины.

Мужчинам в этом возрасте более, чем их ровесницам женщинам, свойственны закрытость, тенденция выставлять себя в выгодном свете, нежелание выдавать негативную информацию о себе, неискренность, возможно в связи с культуральными традициями. Они более уверены в себе, менее склонны к самообвинению. Мужчинам среднего возраста более свойственен внутренний локус контроля, ощущение, что они «держат судьбу в своих руках». Они менее склонны к рефлексии, более реально относятся к собственному «Я» и более ригидны (не готовы к самоизменению), чем женщины этого возраста.

Мужчинам, переживающим кризис среднего возраста, менее свойственен контроль над своими переживаниями и эмоциями, они менее склонны полагаться на себя, чем психологически более благополучным мужчинам. Они менее открыты для общения, им труднее устанавливать деловые и личные контакты, они более обидчивы, им сложнее воспринимать критику в свой адрес. В то же время они и более требовательны к себе, склонны к самообвинению, и открыты для самоизменения, чем мужчины без признаков кризисного состояния.

Выявленные достоверные различия по ряду показателей опросника, позволяют говорить о том, что женщины в возрасте 35–45 лет, переживающие кризис, более открыты и уязвимы, менее уверены в себе, более обидчивы и чувствительны к критике в свой адрес, склонны недооценивать себя и обвинять себя во всех неудачах, чем их сверстницы без признаков кризиса среднего возраста.

Таким образом, проведенное исследование позволило сделать следующие выводы.

Для мужчин, переживающих кризис середины жизни, характерны сниженный контроль над своими эмоциями и переживаниями по поводу себя, склонность верить в волю судьбы и влияния обстоятельств на свою жизнь, чем в собственные силы, более острое, чем раньше, переживание критики в

свой адрес, сомнения в собственной уникальности и ценности для других, социальная фрустрированность. При этом они больше склонны к рефлексии, открыты для самоизменения.

Женщины, переживающие кризис середины жизни, более открыты и честны с самими собой, но менее уверены в собственных способностях, решениях, меньше надеются на себя и больше на судьбу, обстоятельства, они склонны недооценивать, более ранимы и обидчивы. Для них более важны такие ценности как любовь, духовная и физическая близость с любимым человеком, познание, как возможность расширения своего образования, кругозора, общей культуры, интеллектуальное развитие.

Стресс безработицы как актуальная проблема современной России

Суркова Н.Ю.

«Безработица – незанятость части экономически активного населения хозяйственной деятельности; существует в скрытой и явной, хронической и краткосрочной формах. Причины безработицы: экономическая конкуренция, в частности на рынке труда; несовпадение спроса и предложения рабочей силы по профессиям, специальностям; спад производства; свертывание производства в традиционных отраслях, закрытие технически отсталых предприятий. В большинстве развитых стран государственное регулирование занятости и помощи безработным включает подготовку и переподготовку рабочей силы, создание дополнительных рабочих мест, содействие найму, выплату пособий по безработице, страхование безработицы. Уровень и масштабы безработицы – один из важнейших показателей состояния экономики» [2].

По продолжительности безработица условно подразделяется на три вида: краткосрочная (до четырех месяцев), застойная (до одного года) и хроническая, или длительная (более года).

Различают зарегистрированную безработицу, которая отражает количество незанятых граждан, ищущих работу, готовых приступить к ней и взятых на учет в государственной службе занятости и скрытую безработицу, которая характеризуется фактическим отсутствием занятости при формальном сохранении трудовых отношений с работодателем.

Негативными последствиями безработицы являются снижение трудовой активности, усиление социальной напряженности, обострение криминогенной обстановки, рост количества физических и душевных заболеваний.

В настоящий момент в России ситуация на рынке труда достаточно напряженная. Это вызвано противостоянием России и западных стран, введением экономических санкций, возрастающим притоком беженцев с Украины, значительным потоком мигрантов и т.д.

По данным Федеральной службы государственной статистики «в январе 2015 года общая численность безработных составила 4,2 миллиона человек, или 5,5 % экономически активного населения. При этом в службе занятости было зарегистрировано 0,9 миллиона безработных, в том числе 0,7 миллиона человек получали пособие по безработице. Численность экономически активного населения РФ в январе 2015 года составила, 75,9 миллиона человек, или 52 % от общей численности населения страны». На начало сентября 2015 года число официально зарегистрированных безработных в России, по словам министра труда и социальной защиты Максима Топилина, составляет 954,5 тысячи человек. В численности безработных около 23 % составляют лица, не имеющие опыта трудовой деятельности. Один год и более ищут работу около 29 % безработных.

Ситуация безработицы создает угрозу всем основным жизненным потребностям человека. Утрата работы в трудоспособном возрасте воспринимается значительным большинством людей как крушение всего жизненного уклада. Стресс – это типичное психологическое состояние, которое развивается у человека под влиянием экстремального фактора безработицы.

«Под психологическим стрессом понимают определенную взаимосвязь между человеком и чрезмерными требованиями среды в ситуации, когда превышены ресурсы человека и возникает угроза для его личного благополучия. Стресс характеризуется чрезмерно высоким уровнем эмоционального напряжения, превосходящим возможности человека. Пребывание в стрессовом состоянии приводит к резкому снижению жизненного потенциала, формированию чувства тревоги, апатии и страха, связанных с неуверенностью в будущем» [3].

Адаптационный барьер, определяющий легкость возникновения стрессового состояния, носит строго индивидуальный характер, связан с индивидуально-психологическими особенностями человека.

«Наибольшая предрасположенность к возникновению реакций дезадаптации отмечается у безработных с такими индивидуально-психологическими особенностями, как повышенные эмоциональность, возбудимость и реактивность, преобладание «пессимистического объяснительного стиля» и негативная самооценка здоровья и самочувствия» [3]. К группе риска относятся также безработные с экстернальным типом локализации контроля.

В зависимости от времени пребывания под воздействием безработицы происходят следующие изменения в состоянии безработного:

1. В первые месяцы после увольнения возникает тревога и нарастает стресс. На этом этапе происходит переосмысление своих ценностных ориентаций, установок, отношений, взглядов на жизнь, приемов и методов самореализации.
2. При продолжительности безработицы от 3 до 6 месяцев у людей заметно усиливаются чувства беспокойства и тревоги. Зачастую это приводит к срыву компенсаторных механизмов устойчивости личности, проявляется раздражительность по отношению к окружающим. Общее состояние

стресса переходит из фазы тревоги к постепенному напряжению всех защитных сил человека

3. В случае продолжительности безработицы от 6 месяцев до 1 года происходит постепенное истощение защитных сил и снижение адаптационных возможностей человека, усиление дезинтеграционных процессов в структуре личности
4. Если безработный не находит работу более года, то отмечаются два варианта состояния: во-первых, он может адаптироваться к своему положению и в определенной степени найти возможности компенсации негативных последствий; во-вторых, у него развивается дистресс как общая дезорганизация человека, проявляемая в физическом и психоэмоциональном перенапряжении, снижении его жизненной активности, полном срыве всех компенсаторных механизмов» [1].

Хронические безработные (люди, находящиеся без работы более года) составляют группу высокого риска. Чем дольше человек находится без работы, тем тяжелее ему восстановить себя как активную, самостоятельно действующую личность. Люди, находящиеся без работы более двух лет нуждаются в длительной реабилитации.

Долгое отсутствие работы неизбежно сопровождается изменениями в поведении человека. Это проявляется, прежде всего, в его самоорганизации. Внешние проявления этих изменений следующие: происходит утрата временных ориентиров (человек может опоздать на назначенную встречу, неоправданно затягивать встречу и т. д.); меняется пространственная организация поведения (становится несущественным разделение пространства на домашнее и рабочее); снижается внимание к своему внешнему виду [4].

Оказавшись в состоянии безработицы люди теряют ощущение принадлежности к какой-либо социальной группе. «Невостребованные кадры, годами не работающие, теряют свою квалификацию, становятся неспособными к труду и деградируют как личности. Выключение из сферы материального и социокультурного производства значительной части человеческого потенциала сопровождается ростом социального неравенства и маргинализацией целых социальных групп» [5].

Помимо внешних изменений, у безработного происходят глубокие внутренние изменения. Это изменения в мотивационно-потребностной сфере. При потере работы затрудняется реализация практически всех видов потребностей человека. Из-за уменьшения финансовых возможностей резко снижается качество жизни, ограничивается реализация потребности в социальных контактах и потребности в самореализации. Невозможность удовлетворения потребностей вызывает состояние дискомфорта, тревогу, поведение часто становится агрессивным. У хронических безработных снижается мотивация к достижению. А именно мотивация к достижению является важнейшим качеством, необходимым для успешного трудоустройства.

В ситуации длительной безработицы происходит снижение субъективной значимости профессиональной деятельности. В качестве компенсирующего фактора у безработных усиливается ориентация на психологическое самоутверждение в другой деятельности, которая может иметь как конструктивный (ведение домашнего хозяйства, воспитание детей), так и деструктивный характер.

Таким образом, при длительной безработице происходят изменения в поведении, мотивационно-потребностной и ценностной сферах безработного. Коррекция этих изменений может потребовать больших временных и материальных затрат. Наиболее эффективным является оказание психологической помощи безработным на ранних стадиях безработицы.

Зарегистрированным безработным по направлению работника Центра занятости населения может оказываться бесплатная социально-психологическая помощь. Она проводится в форме социально-психологического просвещения, психолого-педагогического сопровождения безработных в процессе их профессионального обучения, психологического и психотерапевтического консультирования, социально-психологической диагностики, социально-психологических тренингов, социально-психологической коррекции, других индивидуальных и групповых методов психологической работы.

Литература

1. *Бегиева А.Ш.* Оценка социально-психологического состояния безработных в зависимости от продолжительности безработицы и ее влияние на демографические характеристики // Вестник Северо-Осетинского государственного университета им. К.Л. Хетагурова. Общественные науки. 2014. № 4.
2. Большой энциклопедический словарь / под общ. ред. В.Е. Кемерова. М.: Большая Российская энциклопедия. 1998.
3. *Одинцова М.А.* Безработица как один из факторов виктимизации современной женщины и особенности дистанционной помощи // Психологическая помощь социально незащищенным лицам с использованием дистанционных технологий (интернет-консультирование и дистанционное обучение) материалы III международной научно-практической конференции. М., 2013. С. 114–118.
4. Социально-психологическая реабилитация хронических безработных. Методическое пособие// Е.В. Слабина, Д.А. Береговая, Е.А. Алонова, Е.Л. Наумова. – Саратов: Изд-во Поволж. межрегион. учебн. центра. 2001.
5. *Харитоновна Е.В.* Структура и динамика социально-профессиональной востребованности личности: Дисс. ... д-ра психол. наук. М., 2012.

Особенности реагирования на стресс специалистов экстремального профиля

Фролова С.В.

Работа в чрезвычайных ситуациях, при ликвидации их последствий предъявляет серьезные требования, как к профессиональной, так и к психологической подготовке специалистов. Высококвалифицированные специалисты, работая в условиях чрезвычайной ситуации, оказываются под воздействием огромного

количества стрессогенных факторов [1]. Цена ошибки в таких случаях чрезвычайно высока. Необходимость быстро принимать решения, от которых могут зависеть жизни людей, работа в нестандартных условиях с ненормированным режимом работы и дефицитом информации являются спецификой работы специалиста экстремального профиля. Не имея достаточных знаний о характере психологических последствий чрезвычайных ситуаций, навыков психической саморегуляции, специалисты экстремального профиля в дальнейшем более подвержены ухудшению самочувствия, накоплению хронического стресса, связанного с условиями работы, а также эмоциональному выгоранию, которое может возникнуть на определенном этапе профессиональной деятельности.

Во время взаимодействия с экстремальной ситуацией у специалистов возникает состояние, подчиняющееся общим законам адаптации к стрессовым ситуациям. В свою очередь, восприимчивость такой ситуации зависит от ряда факторов, таких как психофизиологические параметры, стрессоустойчивость, опыт работы, личностные свойства, используемые стратегии совладания с ситуацией и т.д. Нельзя забывать и о том, что, постоянно сталкиваясь со стрессовыми ситуациями в своей профессиональной деятельности, специалисты подвержены возникновению различного рода синдромов, например синдрому эмоционального выгорания.

Для работы в структурах, имеющих дело с чрезвычайными ситуациями, к их сотрудникам предъявляются различные требования – эмоциональная устойчивость, способность быстро принимать нужное решение, оценивать риск, брать на себя ответственность.

Основной целью нашего исследования стало изучение особенностей эмоционального выгорания, стрессоустойчивости и способов совладания со стрессом у специалистов экстремального профиля. В нашем исследовании приняли участие 67 сотрудников учреждений МЧС Московской области. Отбор производился на основе одинакового рода деятельности и выполняемых задач по службе. В ходе исследования по методике диагностики эмоционального выгорания В.В. Бойко было составлено три группы испытуемых. Стаж составил $6,6 \pm 3,4$ лет. Возраст по всей выборке – $30,1 \pm 3,9$ лет.

Первым этапом исследования было проведение методики диагностики эмоционального выгорания В.В. Бойко, по результатам которой испытуемые были определены и разделены на 3 группы по результату выраженности фаз эмоционального выгорания:

В **Группу 1** вошли испытуемые, у которых полностью сформирована фаза «Напряжения» – 20 человек; в **Группу 2** были включены испытуемые со сформированной фазой «Резистентности» – 28 человек; **Группа 3** представлена испытуемыми со сформированной фазой «Истощение» – 19 человек.

Для проверки нашего предположения мы использовали следующие методы: методика диагностики эмоционального выгорания В.В. Бойко», симпто-

матический опросник «Самочувствие в экстремальных условиях», методика «Опросник измерения агрессивных и враждебных реакций Басса-Дарки», Методика «Преодоление трудных жизненных ситуаций», методика «Волшебная страна чувств», методы математической статистики.

Полученные результаты исследования свидетельствуют, что наиболее предпочтительной стратегией совладания со стрессом для всех групп является стратегия снижения значения стрессовой ситуации, а наименее предпочтительными являются стратегии, связанные с позитивной самомотивацией и методиками психомышечного расслабления ($U_{эмп}=0,025$, при $p=0,05$). Использование контроля над ситуацией, самоконтроля и самообладания в стрессовых ситуациях растет вместе с уровнем выраженности выгорания и стажем, т.к. это вырабатывается с опытом. В группе со сформированной фазой «Напряжение» около трети испытуемых имеют негативные тенденции к самообвинению и неумению отвлекаться мысленно от ситуации ($U_{эмп}=0,017$, при $p=0,01$). Предпочтение использования табакокурения, алкоголя и лекарств для совладания со стрессом также растет вместе с выраженностью фазы выгорания.

Для группы испытуемых в начальной фазе формирования выгорания – в фазе «Напряжение» – наиболее характерен средний уровень агрессивности и низкий уровень враждебных реакций. Группа испытуемых со сформированной фазой «Резистентность» обладает преимущественно средним уровнем агрессивности и средней выраженностью враждебности. В группе со сформированной фазой «Истощения» также наблюдается преимущественно средний уровень враждебности, но повышенный уровень агрессивности. Также было обнаружено, что наибольшей выраженностью во всех группах для сотрудников МЧС обладает такой вид агрессии, как физическая агрессия ($U_{эмп}=0,011$, при $p=0,01$).

Средний или высокий уровень психологической устойчивости к экстремальным условиям преимущественно характерен для групп испытуемых с такими сформированными фазами выгорания, как «Резистентность» и «Истощение». Что касается группы испытуемых со сформированной фазой «Напряжение», здесь преобладает средний уровень адаптированности, но почти у трети испытуемых данной группы зафиксирован низкий уровень. Это говорит о том, что, несмотря на развивающееся или уже сформированное эмоциональное выгорание, многие специалисты, тем не менее, хорошо адаптированы к стрессовым ситуациям, что может быть следствием различного рода факторов (организация психологической помощи в рабочей среде, стаж в профессии, личностные характеристики, сформированные стратегии совладания со стрессом и т.д.). В то же время специалисты в начальной фазе эмоционального выгорания, зачастую имеющие малый профессиональный стаж, не обладают сформированной устойчивостью и более склонны к патологическим стресс-реакциям ($U_{эмп}=0,018$, при $p=0,01$).

В группе испытуемых со сформированной фазой «Напряжение» наиболее выраженными являются такие характеристики, как переживание психотрав-

мирующих обстоятельств, неудовлетворенность собой, тревога и депрессия. Для группы испытуемых со сформированной фазой «Резистентность» наиболее выражены редукция профессиональных обязательств и расширение сферы экономии эмоций. Для группы испытуемых со сформированной фазой «Истощение» наиболее характерны редукция профессиональных обязанностей, эмоциональный дефицит, эмоциональная отстраненность, психосоматические и вегетативные нарушения. Острое переживание чувства безысходности («загнанности в клетку») является наименее характерным для всех групп и практически не встречается ($U_{эмп}=0,022$, при $p=0,05$).

Вне зависимости от сформированности синдрома эмоционального выгорания специалисты экстремального профиля испытывают трудности в выражении, сдержанности, подавлении и дифференциации эмоций. Значительное количество испытуемых всей выборки имеют компенсируемое состояние усталости, что говорит о необходимости оптимизации рабочего ритма, режима труда и отдыха.

Попав в экстремальные условия, каждый работник испытывает серьезную психологическую и физическую нагрузку, наблюдая за всем происходящим и выполняя необходимые профессиональные действия. Профессионалу требуется быть в постоянной готовности, а при столкновении с экстремальной ситуацией, которая является неотъемлемой частью работы сотрудников МЧС, он обязан давать оценку ситуации, выбирать способы решения, продумывать план действий и принимать сложные решения. То, что происходит со специалистом в таких ситуациях, неизбежно отражается на качестве его профессиональных действий впоследствии. Постоянный стресс способствует эмоциональным и личностным изменениям и важно вовремя анализировать эти изменения. Поэтому так необходимо своевременная диагностика и профилактика, контроль за состоянием специалистов для предупреждения негативного влияния стрессовых ситуаций.

Литература

1. Психология экстремальных ситуаций для спасателей и пожарных / Под общей ред. Ю.С. Шойгу. М., 2007.

Взрослость: жизненные трудности и ментальные ресурсы¹

Хазова С.А.

1. Современная психологическая наука в качестве приоритетной исследовательской задачи видит изучение «внутренних сил» человека действительно, у субъекта существуют представления о своих ментальных ресурсах, которые не всегда являются явными, но при этом связаны с концептуализацией опыта решения жизненных задач.

¹ Исследование выполнено при финансовой поддержке Российского научного фонда (проект №14-28-00087).

2. На протяжении жизни человек сталкивается с множеством трудных ситуаций, в которых вынужден опираться на собственные возможности, ментальные ресурсы, укрепляющиеся и развивающиеся в этих трудностях.
3. Феноменологическое интервью является очень чувствительным методом при исследовании ментальных ресурсов, поскольку позволяет зафиксировать не только переживания субъекта, но и факты концептуализации им своего опыта, проявляющейся в интерпретациях, объяснениях респондентов.

Социокультурные последствия отклонений в развитии и потенциал искусства в их преодолении¹

Шеманов А.Ю.

В данной работе предполагается обратить внимание на зависимость понимания социокультурных последствий отклонений в развитии от используемой исследователем или практиком имплицитной нормативной антропологии. Под последней имеются в виду те обычно лишь подразумеваемые представления, с помощью которых описывается нормативный образ человека, то, каким он должен быть, что считать нормой, а что отклонением от нее (см. [3]). Имплицитная нормативная антропология определяет, кто и в чем нуждается в помощи, что такое отклонение от нормы и как оно должно преодолеваться. Соответственно, различную трактовку будут получать также социокультурные последствия отклонений в развитии и значение искусства в практиках отношения к человеку с отклонениями.

Понятие нормы тесно связано с представлением о человеке как члене общества и в этом смысле оно может рассматриваться как характеристика способа включения человека с нарушениями в социальную среду. Поэтому неслучайно нормативная антропология отношения к людям с ОВЗ, понимаемая как имплицитное представление о том, как следует относиться к людям вообще и к людям с нарушениями в частности, обсуждается применительно к теме инклюзии, или политики их включения в жизнь общества.

В настоящее время принято выделять две модели включения: индивидуальную и социальную. Первая предполагает ориентацию на адаптацию индивида к социуму и обозначается термином интеграция, вторая – социума к особенностям входящих в него индивидов и описывается термином инклюзия. Каждая из моделей характеризуется своими ограничениями.

Так, интеграция опирается на концепцию нормализации социального существования людей с особенностями путем применения коррекционных и

¹ Работа выполнена при финансовой поддержке Российского гуманитарного научного фонда, грант 14-03-00765, тема «Философские принципы анализа инклюзивного потенциала искусства».

реабилитационных подходов. Желательным социокультурным последствием интеграции является полная ассимиляция всех отклоняющихся от нормы членов общества, их полная адаптация к нормам общества людей без отклонений от нормы, в том числе без отклонений в развитии. Недостатком этой модели является то, что ее применение не учитывает особенностей путей и целей развития значительного количества людей с нарушениями и тем самым исключает из жизни общества тех, кто не может в достаточной мере приспособиться к нормам такого общества.

Модель инклюзии опирается на концепцию социального конструкционизма, которая, обращая внимание на социокультурное конструирование особенностей людей в интересах осуществления власти над ними, тем не менее склонна игнорировать социально-культурную основу органических нарушений индивида и их значение для определения путей и целей освоения им культуры. Эта концепция рассматривает инвалидность как преимущественно социальное явление, как результат социального конструирования реальности, выражение дискурса власти одной части общества над другой. Опирающаяся на концепцию социального конструкционизма модель инклюзии хотя и декларирует уважение и принятие разнообразия особенностей, но, выдвигая на первое место политические и правовые аспекты отношений людей, она принимает и лежащую в их основе концепцию автономии индивида со всеми ее коннотациями. Иначе говоря, принимается также и та нормативная антропология, которая связана с идеалом автономии индивида. Это означает, что желательным социокультурным последствием инклюзии, ориентированной на идеал автономии, является принятие норм, диктуемых этим идеалом, а именно – самоопределение, независимость, отстаивание права на отличие и уважение особенностей других. Но, как показывает Г.П. Мейнингер [3], подобная нормативная антропология автономии не является вполне инклюзивной, поскольку ставит в качестве идеала и цели развития образ человека, который не может стать собственным определением жизненного пути для множества людей, тем самым исключая их заранее из общества.

Социально-конструкционистская интерпретация инклюзии, с одной стороны, обращает внимание и всячески подчеркивает телесные особенности людей и их право на них, выдвигает на первый план тему воплощенности человека (*embodiment*), но, с другой стороны, эта тема получает внутренне-противоречивое истолкование. Как это показано в другом месте [3], социально-конструкционистское, равно как и социально-феноменологическое, прочтение понятия воплощенности человеческой личности разрывает телесное и социокультурное измерения человека: тезис о воплощенности человеческой личности оборачивается, как показывает Л.С. Черняк [2], своей противоположностью – утверждением о сущностной бесплотности личности со всеми вытекающими отсюда парадоксами психофизического параллелизма. Резуль-

татом этого разрыва оказывается и уже упомянутое игнорирование социально-культурного измерения органических нарушений индивида и их значения для определения путей и целей его развития.

Характерно, что индивидуальной модели инвалидности и концепции нормализации присущ тот же разрыв телесного и социально-культурного измерений человеческой личности, что и социальной модели.

Соответственно такому пониманию личности, заложенному еще метафизикой Декарта с ее психофизическим параллелизмом, трактуется значение искусства как практики, которая может способствовать включению человека с нарушениями в социум. Прежде всего такому жесткому противопоставлению физической и социально-культурной и духовной сфер отвечает резкое разведение целей и средств, не учитывающее их диалектических отношений и заставляющее противопоставлять деятельность в сфере искусства, направленную на решение образно-эстетических задач, т.е. рассматривающее искусство как самоцель, и направленную на достижение иных, например, коррекционных, терапевтических и реабилитационных целей, где искусство оказывается средством и уже не решает собственно художественных задач.

Другим разделением является противопоставление индивидуального и социального характера искусства, тесно связанное с ответом на вопрос, что выражает или отражает эстетическая деятельность – индивидуально-уникальное или социально-типическое.

Индивидуальная модель интеграции склонна видеть потенциал искусства в его инструментальном применении как средства терапии, коррекции или реабилитации индивида. Социальная модель инклюзии ссылается на социальный поворот в сфере искусства, сближая его с социально-конструкционистским подходом к проблеме нарушений и инвалидности, т.е. эта модель рассматривает искусство как сферу социального конструирования реальности, в том числе реальности нарушений, но, следуя логике отрыва телесного от социально-культурного, оставляет за скобками становление телесности человека как культурно-осмысленной. При этом искусство также рассматривается лишь как инструмент социальной критики или конструирования.

Преодоление всех этих противопоставлений возможно на пути отказа от исходного разрыва телесности и духовно-практического измерения человеческой личности.

Для того чтобы реализовать этот отказ от разрыва телесности и духовности личности, необходимы, по крайней мере, две вещи. Во-первых, необходимо понять существование телесного индивида как реализацию проектов духовной свободы его как личности, какими бы ни были эти проекты. Во-вторых, важно внимание к историко-культурным практикам, культурным формам, присущим ранним этапам онтогенеза человека, культурам архаического типа, в которых отсутствует разрыв телесности и духовности и индивида и коллектива, но где, напротив, они пронизывают друг друга.

Стоит отметить в качестве позитивной черты концепций критических исследований инвалидности (включая и социальный психоанализ, преемственный с концепцией Ж. Лакана), что «я», самость рассматривается в них не как предпосылаемая опыту духовная субстанция с предшествующей опыту сущностью, а в ее становлении в тесной связи с опытом переживания становящейся личностью своего функционально и органически созревающего тела. При этом *переживание* тела оказывается опосредованным культурными структурами и работой собственного воображения, а переживание самости – функционированием созревающего тела. Однако если при данном подходе структуры языка и культуры как посредники, формирующие социальный дискурс, рассматриваются в качестве источников *переживания* человеком своего тела, то остается за рамками внимания их участие в формировании и развитии *самого тела и его функций*. Более того, данные, свидетельствующие о роли культуры в становлении самой объективной телесности человека, отвергаются в контексте разобранных концепций, поскольку они рассматриваются как принадлежащие медицинскому дискурсу, ответственному за формирование репрессивной социальной нормативистики в отношении людей с телесными и психическими особенностями. Такое отвергание имеет некоторые основания, поскольку рассмотрение участия культуры в онтогенезе может нести отпечаток медикализации, однако оно не оставляет возможности для разработки подходов в русле неспиритуалистического персонализма (в смысле Дж.Ф. Кросби /Crosby J. F./), трактующего воплощенность как сущностную сторону личностной реализации человека (см. [3]), поскольку сохраняется противопоставление культуры как порядка дискурса и тела как внедискурсивной реальности. Тело человека интерпретируется в рамках социальной модели лишь как часть порядка дискурса, только со стороны его конструируемого при посредстве структур культуры значения в этом порядке как части иерархии властных отношений в социуме. При подобном подходе, хотя тема воплощенности человека оказывается, как можно было видеть из предыдущего, одной из центральных тем критических исследований инвалидности, проблема поиска психологических ресурсов личности неизбежно будет трактоваться как принадлежащая психолого-медицинскому дискурсу и как таковая может стать лишь объектом критики и деконструкции.

Между тем человек, будучи сущностно телесным, несомненно включает эту телесность в свое аутентичное бытие, реализуемое в процессе индивидуального развития и освоения культуры и на основе этого процесса в ходе культурного и личностного существования. Осваивая культуру в индивидуальном развитии, человек становится личностью, поскольку любая культура является культурой в той мере, в какой она является способом отношения лица к лицу, воплощает в себе это отношение, встречу проектов реализуемой лицами свободы. А в культуре свобода реализуется именно потому, что человек представляет собой телесное существо, в жизни которого телесность является конститутивной для возможности реализации человеком своей свободы.

При таком понимании человека искусство как эстетическая деятельность должно рассматриваться как один из важнейших присущих именно человеку способов осуществления им своей свободы. Конечно, эстетическими качествами обладает и природная активность других видов живых существ. Можно легко умножить примеры: красота цветов, геометрическое совершенство пчелиных сот, грация кошачьих и т. д. п т. п. Однако только применительно к человеку имеет смысл употреблять термин «искусство». Почему? Дело в том, что эстетические качества как самой активности живых существ, так и ее результатов являются природными. Эстетика человеческих произведений искусства является феноменом культуры. Ю.М. Лотман [1] описывал эстетические феномены как *вторичные моделирующие системы*. Вторичность подчеркивает культурный характер этих феноменов. Это означает, что природное качество, природная структура в процессе эстетической деятельности должна стать *материалом* произведения искусства, должна потерять свою форму, чтобы приобрести смысловую структуру, соответствующую *замыслу* деятеля. Чтобы уподобиться новой форме, материал должен претерпеть *расподобление*, потерять свою природную форму. Иными словами, конститутивным для акта эстетического является целенаправленное *дистанцирование* от природной структуры, отрицание ее реальности, которое обусловлено не инстинктом, а творческим замыслом человека. Таким образом, эстетическая деятельность является примером такой, в которой, с одной стороны, реализуется телесность человека: он выступает как телесное, способное к материальной деятельности существо, а с другой – осуществляется свобода человека от ограниченности любым природным составом и формой материала его деятельности, воплощается его дистанцирование от их природной материальности и тем самым, через дистанцирование, воплощается его замысел. В этом смысле свобода оказывается существенным элементом замысла эстетической деятельности.

При подобном понимании искусства и его места в человеческой жизни нет смысла противопоставлять его инструментальный и эстетический аспекты. Если понять реабилитацию как содействие включению человека с нарушениями в человеческое общество, то искусство как деятельность собственно человеческая, преобразующая мир по законам его свободы, должно рассматриваться как подлинно человеческая деятельность, обладающая и реабилитационным потенциалом, т.е. включающим человека в мир людей, в мир, устроенный по законам свободы, мир личностного существования. При этом, правда, надо отойти и от узко медицинского понимания реабилитации. И тогда станет несомненным наличие инклюзивного, т. е. включающего в человеческий мир потенциала у искусства.

Литература

1. *Лотман Ю.М.* Лекции по структуральной поэтике // Ю.М. Лотман и тартуско-московская семиотическая школа. – М.: Гнозис, 1994. – 560 с.
2. *Черняк Л.С.* Медитации постороннего на тему «воплощенность личности и инклюзия» // Обсерватория культуры. – 2015. – № 3. – С. 4–12.
3. *Шеманов А.Ю.* Воплощенность личности и ресурсы инклюзии: от психологической к социокультурной перспективе // Обсерватория культуры. – 2014. – № 5. – С. 15–22.

Раздел III

Старение и старость

Старение и старость как предмет психологического исследования

Белановская О.В.

Из всех периодов жизни человека старость является чрезвычайно сложным, внутренне противоречивым периодом, который долгое время оставался наименее изученным. Общее постарение населения является современным демографическим феноменом: доля групп людей старше 60–65 лет составляет свыше 20 % общей численности населения во многих странах мира, что составляет шестую или восьмую часть всей мировой популяции.

По данным ООН, в 1950 году в мире было 214 млн. людей старше 60 лет; в 2000 году их стало уже 612 млн., а к 2025 году будет 1100 млн. Численность пожилых людей возрастет за эти годы в 5 раз, тогда как население планеты за это же время увеличится лишь в три раза. Следовательно, в дальнейшем численность старшей группы будет постоянно нарастать.

Выделение периода старения и старости (геронтогенеза) связано с целым комплексом социально-экономических, биологических и психологических причин. Средняя продолжительность жизни современного человека значительно выше, чем у его предков, и это означает, что пожилой и старческий возраст превращается в самостоятельный и достаточно продолжительный период жизни со своими социальными и психологическими особенностями. Эти демографические тенденции приводят также к усилению роли пожилых и старых людей в общественной, политической, культурной жизни общества и требуют анализа сущностных характеристик развития человека в этом периоде жизни. Геронтолог И. Давыдовский говорил, что опыт и мудрость всегда были функцией времени. Они остаются привилегией взрослых и пожилых. Для геронтологии как науки не так важно «прибавить годы к жизни», важнее «прибавить жизнь к годам».

Старость – один из самых парадоксальных и противоречивых периодов жизни, для которого характерно не только снижение, но и усиление активности организма, реализация потенциальных возможностей. Период, связанный с тем, что «последние вопросы бытия» (М.М. Бахтин), встают перед человеком во весь рост, требуя разрешения неразрешимого – совместить возможности старого человека в понимании мира и его жизненный опыт с физической немощью и невозможностью активно воплотить в жизнь все понимаемое.

В противовес пессимизму обыденных представлений о старости психологи выделяют такие своеобразные новообразования старческого возраста, как: чувство принадлежности к группе или группам; чувство, что «ты здесь дома» – личностный комфорт во взаимодействии с людьми; чувство общности с дру-

гими людьми, переживание непохожести на них; веру в других – чувство, что в каждом человеке есть что-то хорошее; мужество быть несовершенным – ощущение того, что ошибки делать естественно, что совсем не обязательно быть всегда и во всем «первым» и «правильным», «лучшим» и «непогрешимым»; ощущение себя человеком – чувство, что ты часть человечества; оптимизм – чувство, что мир можно сделать лучшим местом для жизни.

Э. Эриксон считал старость стадией развития личности, на которой возможно либо обретение такого качества, как интегративность – целостность личности (ego-integrity), либо переживание отчаяния от того, что жизнь почти кончена, но прожита не так, как хотелось и планировалось. В определенном отношении большинство процессов индивидуальной жизни к старости обретают устойчивый характер, что порождает переживание «завершенности жизни».

Большинство происходящих в старости деструктивных процессов оказываются выше порога сознания, отражаясь в нем только в виде ряда болезненных симптомов. Усиленный сознательный контроль, участие самой личности в создании собственного здорового образа жизни способствует сохранности ее индивидуальной организации и регуляции дальнейшего психологического развития.

Хотя старение – неизбежный биологический факт, тем не менее, социально-культурная среда, в которой оно происходит, оказывает на него свое влияние. Душевное здоровье современного человека на любой фазе жизни во многом определяется его вовлеченностью в общение и деятельность. Чем старше становится человек, тем больше в силу объективных причин сужаются его социальные связи, и снижается социальная активность. Это обусловлено, во-первых, прекращением обязательной профессиональной деятельности, естественным образом влекущей за собой установление и обновление системы социальных связей и обязательств. Во-вторых, «вымывается» возрастная когорта и многие близкие люди и друзья умирают или возникают трудности в поддержании отношений – «иных уж нет, а те далече».

Уход от профессиональной деятельности, потери близких людей и т.п., приводят к исчезновению множества социальных ролей, которые играл индивид. В.В. Болтенко [цит. по 1] выделил ряд этапов психологического старения, связанных с изменениями в ведущих видах деятельности и полиролевой структурой личности. На первом этапе сохраняется связь с тем видом деятельности, который был ведущим для человека до выхода на пенсию. Как правило, этот вид деятельности был непосредственно связан с профессией пенсионера. Чаще это люди интеллектуального труда (ученые, артисты, учителя, врачи). Эта связь может быть непосредственной, в форме эпизодического участия в выполнении прежней работы. А может быть – опосредованной через чтение специальной литературы, написание статей на профессиональные темы. Если же эта связь обрывается сразу же после ухода на пенсию, то, минуя первый этап, человек попадает во второй.

На втором этапе наблюдается сужение круга интересов за счет выпадения профессиональных привязанностей. В общении с окружающими уже преобладают разговоры на бытовые темы, обсуждение телевизионных новостей, семейных событий, успехов или неудач детей и внуков. В группах таких людей уже трудно различить, кто был инженером, а кто врачом, кто был счетоводом, а кто профессором философии.

На третьем этапе главным становится забота о личном здоровье. Оно становится любимой темой для разговора: о лекарствах, о способах лечения, о травах... И в газетах, и в телепередачах на эти темы обращается особое внимание. Наиболее значимым в жизни человеком становится участковый врач, его профессиональные и личностные качества.

На четвертом этапе смыслом жизни становится сохранение самой жизни. Круг общения сужен до предела: лечащий врач, социальный работник, те из членов семьи, которые поддерживают личный комфорт пенсионера, соседи самого ближнего расстояния. Для приличия или по привычке – редкие телефонные разговоры со старыми знакомыми-ровесниками.

И, наконец, на пятом этапе происходит обнажение потребностей чисто витального характера (еда, покой, сон...). Эмоциональность и общение почти отсутствуют. Как и всякая схема, эта достаточно условна: на первом этапе присутствуют потребности всех пяти этапов, на втором – четырех, на третьем – трех, втором – двух и только на пятом остаются одни витальные потребности.

В процессе усвоения индивидом социального опыта, системы социальных связей и отношений человек становится членом социальной группы: семьи, общины, рода, в которых он реализует установки, мнения, обычаи, жизненные ценности, роли и ожидания конкретной социальной группы. Этот процесс длится всю жизнь, помогая людям обрести душевный комфорт и чувствовать себя полноправными членами общества или какой-то культурной группы внутри этого общества.

Социальная роль объективирует человека в социальном мире. Каждый индивид играет множество социальных ролей. Полиролевая структура личности является следствием полигрупповой принадлежности. Возникая на ранних этапах онтогенеза, полиролевая структура личности на протяжении жизни расширяется.

Структура личности имеет свою жизненную историю возникновения и исчезновения социальных ролей. На восходящих этапах онтогенеза ролевая структура расширяется, на нисходящих – сокращается, и личность теряет важные социальные роли. Приходит период потери социальных ролей, который в онтогенезе чаще всего приходится на старость.

Говоря о собственно психологических механизмах функционирования психики в возрасте старения, необходимо помнить, что физическое, социальное «угасание», изменения в ролевой структуре личности достаточно эмоционально насыщены [2].

Если структуру социальной роли рассматривать с точки зрения взаимосвязи когнитивного, эмоционально-аффективного и поведенческого компонентов, то, рассматривая психологические изменения в возрасте старения, можно отметить, что в структуре социальных ролей «отмирает» исполнительский, поведенческий компонент. Таким образом, происходит «усечение» социальной роли. Сохранившиеся в структуре сознания когнитивный и аффективный компоненты исчезнувшей роли могут порождать сложные аффективно-когнитивные переживания, обозначаемые нами как «социально-психологические фантомные боли» (СПФБ) [3]. Многие старики начинают переживать ненужность, брошенность, невостребованность, обесцененность.

Мы полагаем, что изменение окружающей обстановки с созданием ситуации, когда человек, потерявший ту или иную социальную роль, сможет компенсировать ее в посильной его возрасту деятельности, приведет к изменению психологического состояния индивида. Негативные эмоциональные состояния, связанные с проявлением «социально-психологических фантомных болей» могут быть частично компенсированы с помощью «социально-психологического протезирования». Использование данного метода позволяет достичь положительных изменений в психологическом статусе испытуемых: вовлечение в деятельность, ориентировка на долгосрочные проекты, позволяет старому человеку чувствовать себя несколько моложе, у него появляется некоторая жизненная перспектива – интерес к жизни, ожидание событий, новые ценности и т.д.

Анализ клинических случаев с использованием метода «социально-психологического протезирования» показал, положительные изменения в психологическом статусе испытуемых. Исследуемые стали чувствовать себя несколько моложе, чем прежде, у них появилась некоторая жизненная перспектива – интерес к жизни, ожидание событий, новые ценности и т.д. Большинство испытуемых стали считать себя менее одинокими и более счастливыми.

Таким образом, мы полагаем, что «социально-психологическое протезирование» может служить действенным средством компенсации негативных проявлений «социально-психологических фантомных болей», связанных с потерей референтных социальных ролей в старости.

Литература

1. *Альперович В.Д.* Старость. Социально-философский анализ. Ростов-на-Дону: Издательство СКНЦ ВШ, 1998. 104 с.
2. *Лидерс А.Г.* Кризис пожилого возраста: гипотеза о его психологическом содержании // Психология зрелости и старения. 2000. № 2. С. 6–11.
3. *Коломинский Я.Л., Белановская О.В.* Психологические проблемы смысла жизни в старости // «Психология зрелости и старения». 2010. № 2 (50). – С. 72–83.

Обучение лиц «третьего возраста» как способ предупреждения когнитивного старения¹

Беловол Е.В., Шурупова Е.Ю., Бойко З.В.

Старение человека является неизбежным биологическим процессом, внешние признаки которого очевидны – на лице появляются морщины, седеют волосы, тело теряет свои четкие очертания, изменяется характер. Однако стареют не только люди, но и общества (Гумилев, 1993). Признаки старения общества не настолько очевидны, но одним из таких признаков является старение населения этого общества. Для современного мира проблема старения населения стала актуальной со второй половины 20 века, когда продолжительность жизни населения развитых стран значительно увеличилась и, соответственно, появилась достаточно обширная группа населения этих стран, которая по меркам 19 и даже начала 20 века относилась к группе «старых». Эта группа населения практически не оказывала влияния на экономическое благосостояние общества, их уделом было постепенное угасание.

Рост продолжительности жизни существенно изменил положение пожилых лиц. В современной психологии для обозначения этой возрастной группы населения используются термины «третий возраст», «четвертый возраст» (Stuart-Hamilton, 2012). Предполагается, что после выхода на пенсию человек будет вести активный образ жизни, у него появляться новые интересы, хобби. Однако исследование российских пенсионеров показывает, что большинство российских пенсионеров переживает сильный стресс из-за осознания собственной бесполезности, неспособности адаптироваться к быстро изменяющимся социальным условиям (Лазуткина, 2010, Бойко, 2014). В связи с этим проблема интеграции пожилых людей в современное общество после выхода на пенсию, поиск путей повышения качества их жизни становится одной из наиболее актуальных социальных проблем современного российского общества.

Одним из наиболее эффективных способов поддержания социальной и когнитивной активности лиц третьего возраста в современной мировой психологии считается продолжение их образования. Так, например, во Франции для лиц «третьего возраста» разработаны образовательные программы, рассчитанные на получение знаний о здоровье. Разработаны и реализуются образовательные программы для пожилых в США, Японии, Корее, Великобритании и других развитых странах запада. Участие в этих программах позволяет пожилым людям вести полноценную жизнь, следить за развитием общества, сохранять когнитивные навыки (Кошарная, 2013, Беловол, 2014).

К сожалению, следует признать, что несмотря на то, что в рамках реформы образования был провозглашен принцип непрерывности образования, в современной России образование в «третьем возрасте» не получило достаточно широкого практического распространения и научного обоснования. Суще-

¹ Работа выполнена при финансовой поддержке РГНФ, проект № 14–06–00974.

ствуют исследования, в которых показано, что обучение в пожилом возрасте улучшает общее психологическое состояние пожилого человека, повышает степень его психологического комфорта (Кошарная, 2013), однако изучения влияния обучения на процессы когнитивного старения до сих пор практически не проводились (Беловол, 2014).

Целью нашего исследования стало изучение влияния обучения лиц пожилого возраста новой для них специальности на динамику познавательных процессов.

Гипотезой нашего исследования выступает предположение о том, обучение лиц «третьего возраста» способствует активации познавательных когнитивных процессов, тем самым замедляя процесс когнитивного старения.

Методики:

В качестве характеристик познавательных процессов являлись показатели свойств внимания: избирательность внимания (тест Мюстенберга), концентрация внимания (тест Торндайка) устойчивость внимания (корректирующая проба Бурдона) и умственная работоспособность (счет по Э. Крепелину). Для диагностики общего психологического состояния человека, степень его психологического комфорта оценивалась с помощью опросника «Индекс жизненной удовлетворенности» (Никофоров, 2007).

Процедура.

Характеристика познавательных процессов оценивалась в течение учебного года каждые два месяца. Во избежание научения стимульный материал каждый раз видоизменялся.

Результаты.

Изменения в когнитивном функционировании пожилых представлены в интегральном показателе на рис. 1. В интегральный показатель с разными весовыми коэффициентами вошли результаты изучения свойств внимания и умственной работоспособности. Максимально возможное значение интегрального показателя – 100 баллов.

Изменения графика на рис. 1 отражает изменения интегрального показателя, характеризующего изменения в когнитивном функционировании обучающихся. Обучение в первом семестре не привело к значимым изменениям в показателях внимания и умственной работоспособности, резкие, статистически значимые изменения наблюдаются с начала второго семестра первого года обучения ($p \leq 0,001$). Авторы предполагают, что такой тип изменений отражает тот факт, что для значимых изменений на уровне структуры нейронных связей необходима длительная интеллектуальная деятельность пожилых. Определенный интерес представляет динамика интегральных показателей психологического благополучия и когнитивного функционирования обучающихся. Эта закономерность представлена на рис. 2.

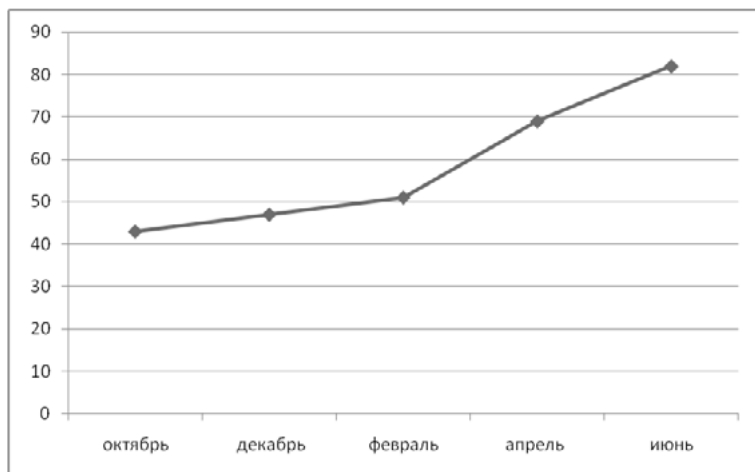


Рис. 1. Динамика когнитивного функционирования в процессе обучения

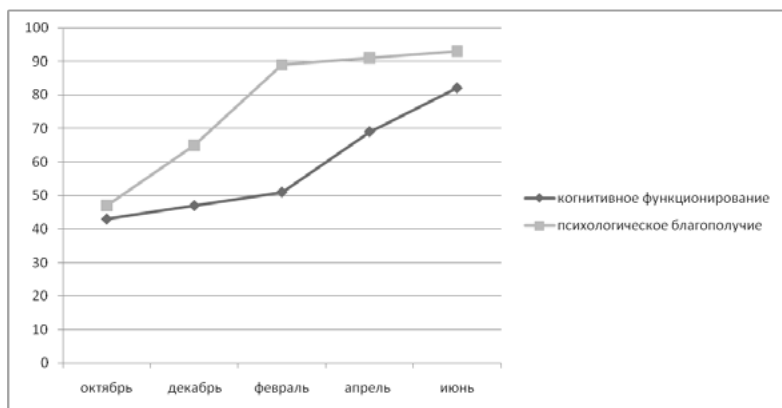


Рис. 2. Динамика интегральных показателей психологического благополучия и когнитивного функционирования в процессе обучения

Обсуждение.

Проведенное исследование показало, что обучение в пожилом возрасте оказывает существенное влияние на психологическое благополучие пожилых обучающихся. Этот факт был достаточно предсказуем и ожидаем. Действительно, люди включаются в новую для себя активность, расширяется круг их социальных контактов, появляется мотивация к познанию нового, необходимость выполнять учебные задания и пр. Несколько неожиданным был тот факт, что после первого семестра обучения у студентов практически не изменяются показатели когнитивного функционирования. Реальные изменения начинают наблюдаться только во втором семестре, т.е. через полгода после начала обучения. Предполагается, что это обусловлено изменениями на уровне нейронных структур, для качественного и количественного изменения которых необходимо длительное время.

Таким образом, проведенное исследование показало, что для повышения психологического благополучия лиц пожилого возраста достаточно не очень длительной образовательной программы (правда в этом случае остается вопрос об устойчивости таких изменений). Однако, если целью обучения становится предотвращение когнитивного старения личности – обучение должно быть длительным.

Литература

1. Беловол Е.В., Бойко З.В., Биненко Е.В. Качество жизни и образование людей третьего возраста в России // Humanitarian Bulletin Su “Pereyaslav-Khmelitsky Pedagogical University by H. Skovoroda” – Supplement 1 to Vol. 5, Vol. I (52): thematic Issue “Higher education in Ukraine in the context of integration into the European educational space, Kiev, Gnosis, 2014. – P. 70–79.
2. Беловол Е.В., Бойко З.В., Шурупова Е.Ю. Особенности протекания познавательных процессов у лиц третьего возраста // Качество жизни, психология здоровья и образование: междисциплинарный подход. Материалы международной научно-практической конференции. Москва, РУДН, 24–25 апреля 2014. – М.: РУДН, 2014. С. 44–46.
3. Бойко З.В., Беловол Е.В., Радыш И.В. Эйджизм как психологическая проблема XXI века // Гуманітарний вісник ДВНЗ “Переяслав-Хмельницькій державній педагогічній університет імені Григорія Сковороди”- Додаток 4 до Вип. 31, Том I (9): Тематичний випуск “Міжнародні Челпанівські психолого-педагогічні читання”, Україна, Киев, Гнозис, 2014, С. 120–124.
4. Гумилев Л.Н. Этносфера: история людей и история природы. М.: Экспресс, 1993, С. 493–542.
5. Кошарная Г.Б., Щанина Е.В. Особенности обучения пожилых людей // Интеграция образования – 2013, № 4 (73), С. 57–61.
6. Лазуткина Е. Социальная интеграция пожилых // Стратегия России – № 4. М.: Издание фонда «Единство во имя России». 2010. http://sr.fondedin.ru/new/fullnews_arch_to.php?subaction=showfull&id=127204339_3&archive=1272044050&start_from=&ucat=14&
7. Никофоров Г.С. Диагностика здоровья. – СПб.: Речь, 2007. – С. 863–865.
8. Stuart-Hamilton I. The Psychology of aging. Jessica Kingsley Publishers: London, – 2012.

Развитие коммуникативной компетентности пожилых людей

Беляева Т.Б.

Многие пожилые люди часто страдают от одиночества, которое обусловлено объективным уменьшением социальных контактов. После 60 лет постепенно приходит осознание социального отчуждения, возникает ощущение ненужности, невостребованности, обесцененности. Однако в пожилом возрасте отмечается не только сужение круга межличностных контактов, но и нарушение самого качества человеческих взаимоотношений, которое вызвано снижением способности устанавливать и поддерживать конструктивные личные взаимоотношения.

С нашей точки зрения, заявленную проблему в какой-то мере можно решить за счет повышения эффективности коммуникаций через развитие ком-

муникативной компетентности пожилых людей, так как только через общение личность может удовлетворить основную социальную потребность: быть любимой, оцененной, признанной.

Коммуникативная компетентность на основе исследований, представленных в отечественной психологической литературе [2; 3], рассматривается нами как система внутренних ресурсов, необходимых для построения эффективного коммуникативного действия в определенном круге ситуаций межличностного взаимодействия. В состав коммуникативной компетентности включаются следующие компоненты:

- *когнитивные* (ориентированность, психологические знания, перцептивные способности, способность устанавливать и поддерживать необходимые контакты с другими людьми),
- *эмоциональные* (социальные установки, в том числе установки в межличностных отношениях, опыт, система отношений личности),
- *поведенческие* (совокупность знаний, умений и навыков, в том числе коммуникативный контроль, коммуникативная импульсивность, удовлетворительное владение определенными нормами общения).

Как известно, ведущим методом развития коммуникативной компетентности является социально-психологический тренинг. В исследованиях Л.А. Петровской, Ю.Н. Емельянова, А.Г. Ковалева и других ученых показана эффективность тренинга для формирования коммуникативной компетентности у подростков, старшеклассников, взрослых. Однако тренинги практически не используются для пожилых, так как их считают неэффективными в силу сниженной обучаемости этой категории людей. В то же время некоторыми авторами отмечается, что люди «третьего возраста» способны эффективно обучаться [1].

В дипломной работе С.Н. Сиговой, выполненной под нашим руководством, была сделана проверка возможностей совершенствования коммуникативной компетентности лиц в возрасте 60–70 лет, посещающих школу творческого долголетия отделения дневного пребывания «Березка» ГУСО «Новгородский ЦСО «Забота».

Исследование осуществлялось в 4 этапа:

На первом этапе проводилась диагностика коммуникативной компетентности с помощью следующих методик: тест коммуникативных умений Л. Михельсона, диагностика потенциала коммуникативной импульсивности В.А. Лосенкова, диагностика коммуникативного контроля М. Шнайдера, опросник «Определение деструктивных установок в межличностных отношениях» В.В. Бойко.

На втором этапе был реализован формирующий эксперимент по специально организованной программе.

На третьем этапе осуществлялась повторная диагностика и выявление различий показателей до и после тренинга.

На четвертом этапе, который проводился спустя месяц после проведения программы, осуществлялась еще одна диагностика с целью определения устойчивости полученных изменений в коммуникативной компетентности.

Учитывая возрастные особенности испытуемых, использовался комплекс специально подобранных тренинговых упражнений, а не полномасштабный коммуникативный тренинг, который был бы затруднительным для участников. Была разработана обучающая программа, соответствующая возможностям пожилых людей. Основная задача программы заключалась в выработке социально – психологических коммуникативных умений.

Программа проводилась в течение 10 дней по 60 мин, что позволяло пожилым людям не переутомляться и активно участвовать в психологических упражнениях. Обязательно проводилась рефлексия, как отдельных упражнений, так и занятия в целом

В группу были включены 16 человек в возрасте 60–70 лет, которые посещали отделение дневного пребывания. Первые два дня работы были непростыми в силу того, что у пожилых людей наблюдались переживания психологической небезопасности, недоверия друг к другу, не все сразу выразили желание участвовать в упражнениях. Однако постепенно все участники включились в работу, которая в итоге прошла спокойно и продуктивно. По завершении программы общее эмоциональное состояние участников было приподнятым.

Для анализа полученных результатов мы сравнивали показатели отдельных методик до проведения программы, через неделю после ее завершения, а также по истечении месяца.

По данным методики «Тест-опросник коммуникативных умений» Л. Михельсона после реализации программы произошло снижение количества пожилых людей с зависимым и агрессивным поведением в общении и увеличилось количество пожилых с достаточно высоким уровнем компетентности в общении, что видно на рис. 1. Статистический G-критерий знаков подтвердил значимость различий до и после программы. Таким образом, большая часть экспериментальной группы улучшила показатели компетентности в общении.

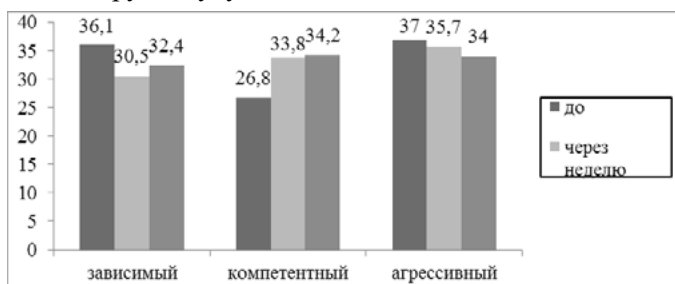


Рис. 1. Динамика показателей зависимости, компетентности и агрессивности у пожилых людей (%)

По методике «Диагностика коммуникативного контроля» М. Шнайдера выявлено, что после реализации программы наблюдается тенденция увеличения

показателей коммуникативного контроля (рис.2), G-критерий знаков подтвердил значимость различий до и после обучения, что позволяет утверждать, что программа способствовала развитию навыков коммуникативного контроля.

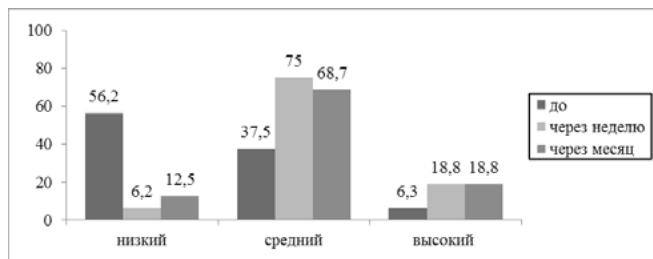


Рис. 2. Динамика уровней коммуникативного контроля у пожилых людей (%)

Результаты диагностики потенциала коммуникативной импульсивности (методика В.А. Лосенкова) представлены на рис. 3. После реализации программы можно увидеть некоторую положительную динамику в показателях, но G-критерий знаков показал, что эти изменения не являются значимыми. Таким образом, коммуникативная импульсивность за время реализации программы практически не изменилась. Можно предположить, что она мало поддается изменениям, так как во многом определяется особенностями нервной системы и темперамента личности.

После прохождения программы у участников программы наблюдаются следующие изменения: уменьшились показатели «завуалированная жестокость», «открытая жесткость», «обоснованный негативизм», «брюзжание», произошло переосмысление негативного личного опыта общения. G-критерий знаков подтвердил значимость различий до и после программы по всем показателям, что позволяет утверждать о снижении показателей деструктивных установок в межличностных отношениях. Через месяц после проведения программы показатели «открытая жесткость», «обоснованный негативизм», «брюзжание» немного увеличились, наблюдался небольшой сдвиг к прежнему пониманию негативного личного опыта общения, но в целом все эти показатели остались ниже, чем до реализации программы. В то же время показатель «завуалированная жестокость» уменьшился на 23 %.

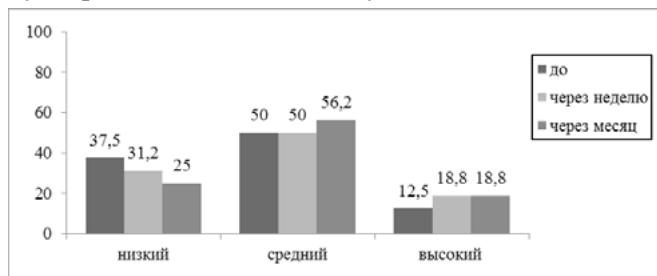


Рис. 3. Динамика уровней коммуникативной импульсивности у пожилых людей (%)

На рис. 4 представлены результаты изменения деструктивных установок в межличностных отношениях у пожилых людей.

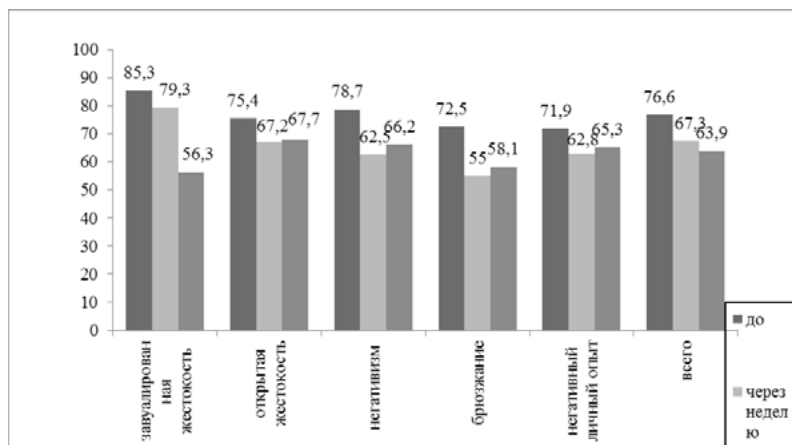


Рис. 4. Динамика деструктивных установок в межличностных отношениях у пожилых людей (%)

Таким образом, можно сказать, что у большей части пожилых людей после проведения программы повысился уровень коммуникативной компетентности, а именно: улучшились коммуникативные знания, умения и навыки, они стали лучше контролировать свое поведение, управлять выражением своих эмоций в процессе общения. Пожилые люди стали смягчать свои негативные оценки окружающих, делая не такие резкие, однозначные выводы по поводу своих собеседников. Объективно обусловленные отрицательные выводы стали менее категоричными. Снизился показатель брюзжания, то есть уменьшилась тенденция делать необоснованные обобщения негативных фактов в области взаимоотношений с партнерами, а также в наблюдениях за социальной действительностью, критические высказывания стали проявляться в меньшей степени и в более мягкой форме.

Таким образом, наше исследование показало, что целенаправленная работа с пожилыми людьми по повышению их коммуникативной компетентности с помощью активных форм обучения является эффективной.

Литература

1. Бим-Бад Б. М. Замечание об обучении пожилых и престарелых людей в Российском открытом университете (РОУ, 1989–1992) // Психология зрелости и старения. 2008. № 3. – С. 28–29.
2. Зотова И.Н. Характеристика коммуникативной компетентности // Известия ТРГУ. Тематический выпуск «Психология и педагогика» № 13 (68), Таганрог: 2006. – С. 225–227.
3. Петровская Л.А. Компетентность в общении. М., 1989. – 216 с.

Психологические последствия переживания экономической нужды у пожилых лиц: пилотное исследование¹

Быховец Ю.В., Тарабрина Н.В.

Настоящая работа является частью комплексного исследования посттравматического стресса у пожилых людей, выполняемого в лаборатории психологии посттравматического стресса ИП РАН. Она направлена на изучение вопроса о том, какой вклад вносит период безденежья в травматический опыт человека. За последние 30 лет Россия прошла не один экономический кризис. В такие периоды существенно повышается социальная напряженность и ухудшается состояние психического здоровья граждан, т.к. экономический кризис всегда резонирует с социальным. Социально-экономические потрясения затрагивают не только макро уровень страны в целом, но и на микро уровне-затрагивают каждого человека, т.к. каждое экономическое явление имеет психологический аспект [Журавлев,1999; Хащенко,2012, Юревич с соавт., 2007]. Потеря работы, стабильного заработка, угрозы разорения, снижения качества жизни, недостаток питания, плохая одежда, нехватка средств на лечение и образование и т.п. становятся серьезным испытанием для многих людей, особенно для пожилых. Социально-экономические изменения находят свое отражение на психологическом уровне. Это проявляется в снижении уровня психологической безопасности индивида, в структуру которой гипотетически можно включить такой, практически не изученный, параметр как «экономическая безопасность». Под экономической безопасностью в данной работе понимается субъективная оценка серьезной экономической нужды (длительный период безденежья, разорение, бездомность, отсутствие работы), т.е. насколько травматичным для человека является данный жизненный период. В работе Н.Е Харламенковой и Ю.В. Быховец (2014) убедительно показано, что для пожилых людей характерно наличие в анамнезе множественной травматизации, вызванной криминальными событиями, природными катастрофами, семейными проблемами, ситуациями физического и сексуального насилия и др. Кумулятивный эффект множественной травматизации способен значительно усиливать посттравматическую симптоматику, и приводить к состояниям, осложненным коморбидными личностными, диссоциативными и соматическими расстройствами. Авторы показывают, что именно у пожилых людей такая картина встречается чаще, чем у молодых. Определить связь степени психической травматизации человека в связи с пережитой в течении жизни экономической нуждой и стало целью данной работы. Проверялась гипотеза: интенсивность травмирующего воздействия экономической нужды связана с возрастом, в котором человек подвергся данной стрессовой ситуации.

¹ Исследование выполнено при финансовой поддержке Российского фонда фундаментальных исследований (№ проекта 13-06-00537).

Задачи исследования:

- 1) Определить уровень психической травматизации и сравнить интенсивность переживания экономической нужды в трех подгруппах, различающихся по возрасту на момент нахождения в экономической нужде;
- 2) Выявить связь интенсивности переживания экономической нужды с давностью этого события.

Выборка: в исследовании приняли участие 46 респондентов (среднее значение возраста 53,41; SD-14,192; Min-20, Max-76). Участники исследования заполняли *Опросник травматических ситуаций (Life Experience Questionnaire-LEQ)*, основанный на самоотчете и предназначенный для оценки влияния на личность психических травм, предшествующих актуальной травме [Тарабрина,2007]. Охватывая жизненный путь (с раннего детства) до настоящего момента, методика дает возможность определить степень влияния события на актуальное состояние человека. Фиксируется количество и характер травматических событий и степень их влияния в настоящем. Опросник состоит из четырех разделов: криминальные события (грабежи, кражи), природные катастрофы и общие травмы, ситуации физического и сексуального насилия и другие события. По результатам опросника подсчитывается Индекс травматизации (ИТ). ИТ ниже 2 баллов указывает на отсутствие признаков посттравматического стресса.

Для анализа нами были использованы данные 24-го пункта опросника («Приходилось ли Вам испытывать серьезную экономическую нужду (были ли Вы бездомны, разорены или длительный период времени не имели работы)?»). По данному пункту опросника мы имеем три значения: оценка интенсивности того, насколько сильно данное событие оказало влияние на жизнь за последний год; возраст на момент события, давность события (сколько лет назад событие произошло).

Результаты

- 1) Среднее значение оценок интенсивности влияния экономической нужды на уровень психической травматизации по выборке в целом – 2,26 при SD=1,16 (N=46).
- 2) Сравнение интенсивности влияния пережитой экономической нужды проводилось в трех подгруппах, различающихся по возрасту на момент нахождения в экономической нужде: первая подгруппа-респонденты отмечали, что находились в экономической нужде в возрасте до 18 лет, вторая подгруппа – в возрасте от 20 до 40 лет, третья – от 42 до 56 лет.

Не обнаружены статистически значимые различия в уровне выраженности значений интенсивности влияния экономической нужды на жизнь за последний год по выделенным возрастным группам: при сравнении первой и второй подгрупп значение U-критерия Манна-Уитни 58,5 при $p=0,549$; при сравнении первой и третьей подгрупп- $U=34,5$ при $p=0,226$; при сравнении второй и третьей подгрупп – $U=154,5$ при $p=0,246$. Отсюда следует, что интенсивность переживаний экономической нужды не зависит от возраста, в котором данное событие происходило в жизни человека.

- 3) Подгруппы мужчин и женщин сравнивались между собой по интенсивности влияния экономической нужды с использованием непараметрического критерия Манна-Уитни. Половых различий в интенсивности переживания экономической нужды не выявлено ($U=236$ при $p=0,516$).
- 4) Для оценки связи интенсивности переживания экономической нужды с давностью этого события вся выборка была разделена на две подгруппы: первая подгруппа-факт экономической нужды был отмечен респондентами от 1 до 12 лет назад, вторая подгруппа – от 14 до 54 лет назад. Показано, что наиболее интенсивное влияние фактор экономической нужды оказывает в течении первых 12 лет после переживания этого события. Сравнительный анализ с использованием непараметрического критерия Манна-Уитни показал, что оценки интенсивности воздействия на актуальное настоящее пережитого факта экономической нужды выше в подгруппе тех респондентов, у которых прошло 12 и менее лет после факта экономической нужды.

Данные таблицы 1 показывают то, что существуют статистически значимые различия в средних значениях интенсивности влияния экономической нужды на жизнь за последний год между подгруппами с давностью этого события до 12 лет и больше 14 лет. Значения интенсивности влияния экономической нужды у группы респондентов с давностью этого события до 12 лет статистически значимо превосходят данные по этому показателю в подгруппе с давностью события 14 лет и более.

Таким образом, в работе показано, что экономическая нужда оказывает психотравмирующее воздействие на людей независимо от их пола и возраста, в котором это событие произошло. Получены данные о том, что интенсивность переживания этого события особо высока в первые 12 лет после события, а в дальнейшем острота переживания снижается. Очевидна необходимость продолжения данного направления исследований.

Таблица 1

Сравнение средних значений интенсивности влияния экономической нужды на жизнь за последний год по группам по критерию U Манна-Уитни

	Подгруппа 1 (давность события 12 и менее лет),n=10				Подгруппа 2 (давность события 14 и более лет),n=36			
	m=3	M=2	R=4	D=1,197	M=2	M=1	R=4	D=1,221
Подгруппа 1 (давность события 12 и менее лет),n=10	-							
Подгруппа 2 (давность события 14 и более лет),n=36	109,5*				-			

Обозначения: m – медиана, M – мода, R – размах, D – дисперсия, U- значение критерия Манна-Уитни, * – $p = 0.05$

Литература

1. Журавлев А.Л. Взаимодействие социально-экономических и социально-психологических феноменов в изменяющемся обществе // Социальная психология экономического поведения. М.: Наука, 1999. С. 8–27.

2. Тарабрина Н.В. Практическое руководство по психологии посттравматического стресса. Ч. 2. М.: Изд-во «Когито-Центр», 2007.
3. Харламенкова Н.Е., Быховец Ю.В. Картина травматических событий у пожилых людей и принципы организации психологической помощи // Психология человека и общества: научно-практические исследования / Под. ред. А.Л. Журавлева, Е.А. Сергиенко, Н.В. Тарабриной. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2014. С. 248–261.
4. Хащенко В.А. Психология экономического благополучия. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2012. 426 с.
5. Юревич А.В., Ушаков Д.В., Цапенко И.П. Количественная оценка макропсихологического состояния современного российского общества // Психологический журнал. 2007. Т. 28. № 4. С. 23–34.

Оптимизм как ресурс. Ресурсы оптимизма в старости

Васецкая Е.Н.

Что поддерживает оптимизм в поздней зрелости? Прежде всего, – это принятие итогов своей жизни.

Один из важных итогов – видение времени своей жизни в его развертке и взаимосвязях, и в едином масштабе, который задает сегодняшний день:

- то время, которое уже потрачено (а значит и те возможности, которые упущены навсегда); этот результат – распространенный повод для пессимизма;
- и то время, которое осталось и находится в распоряжении человека; но и это – также, зачастую, повод для пессимизма (во-первых, – мало осталось, во-вторых, – недостаточно сил и средств для достижения за оставшееся время чего-то значительно ценного).

Для того, чтобы не сожалеть о прошедшем времени и о многом несделанном, очень важно в качестве безусловно ценного итога своей жизни рассматривать прежде всего самого себя (быть, а не иметь, причем именно быть, а не казаться, не слыть).

Чтобы самооценка, которая ведь первоначально строится на базе отношения к нам окружающих, больше не зависела от мнения окружающих, человек должен лично созреть, стать самостоятельным, т.е. должен вырастить внутреннюю опору. Только опирающийся на самого себя – истинно свободен [1].

Для того чтобы распоряжаться временем, которое осталось, с внутренним удовлетворением, удовольствием, увлечением совершенно необходимо не бояться смерти. Это – обязательное условие оптимизма в старости. Как же этого достичь? Этот вопрос, для его обсуждения психологическим сообществом, должен быть переведен в другую модальность – какие люди не боятся смерти, или при каких условиях человек не боится смерти?

По моему мнению, путь к этому состоянию несколько различается у людей верующих и неверующих [2], однако тем или иным способом человек избавляется от эгоцентризма – только так можно спокойно принять мысль о скором завершении индивидуального существования, и с любовью смотреть на мир, который будет продолжать цвести, когда тебя уже не станет.

Так, в известной обзорной статье Л.Ф. Обуховой, О.Б. Обуховой и И.В. Шаповаленко «Проблема старения с биологической и психологической точек зрения» [3] авторы приводят результаты исследований различных психологов, звучащие на удивление слаженно, как хороший оркестр (при всем разнообразии подходов и методик): «пожилые люди, которые считают свое старение удачным, успешным, благоприятным и даже счастливым... вырабатывают новую, созерцательную, спокойную и самодостаточную жизненную позицию... Окружающая жизнь, сегодняшнее состояние здоровья... воспринимаются /ими/ терпимо... Появляются новые интересы... обращение к природе, склонность к стихосложению, желание бескорыстно быть полезным окружающим... любовь к животным... /У них возникает/ стремление переосмыслить свой жизненный опыт, прошлую деятельность с позиции старого человека... Почетные должности и звания... материальные ценности ... кажутся малозначимыми...» (Н.Ф. Шахматов) [3.4] «С возрастом проявляется новая тенденция... – психологический витаукт – это факторы стабилизации и компенсации Я-концепции...к ним относится высокая реальная самооценка: фиксация на позитивных чертах своего характера; снижение идеальных и достижимых целей, а также их сближение с реальной самооценкой; относительно высокий уровень самоотношения; признание своей позиции удовлетворительной, даже если она таковой не является...» (О.Н. Молчанова) [3.5] «Социально ценная черта личности в старости – мудрость – .../такое/ состояние духа, как одновременный взгляд в прошлое, настоящее и будущее, освобождающий историю жизни от случайностей, что позволяет личности осознать связь и преемственность поколений...» (Э. Эриксон) [3.6] Таким образом, оптимизм (позитивный настрой по отношению к себе, миру, сегодняшнему и завтрашнему дню) характеризует «хорошее старение», а способом обрести/поддерживать его в относительно неблагоприятной ситуации является выработка новой жизненной позиции за счет переосмысления, переработки и синтеза предыдущего жизненного опыта.

Для того чтобы дополнительно подчеркнуть общность итога при всем различии подходов, позволю себе кратко изложить некоторые мысли о старении и умирании, высказанные Далай-ламой XIV (Гьялвой Тэндзином Гьятсо) в беседе о старости и смерти с учеными в университете Лозанны в 2013 году (Далай-ламе в это время 78 лет) [4], обратившими на себя мое скромное внимание (и в моей редакции). Меня этот материал заинтересовал прежде всего в связи со сравнением религиозного и нерелигиозного подходов к вопросу. Ведущий беседу профессор Филипп Морийон предлагает Далай-ламе ответить на детский вопрос «Стареть – это хорошо?», и получает ответ – все зависит от того, как вы прожили свою жизнь, была ли она *наполнена смыслом* (здесь и далее курсив мой). Если главным в жизни для человека было богатство и удовольствие, то старость его будет безрадостной, т.к. к немощи физической

добавится *беспокойство ума*. Это своего рода болезнь ума. Наоборот, здоровье ума обеспечивает человеку хорошее самочувствие. Доброта, забота о других дают покой и мир человеку и, кроме того, распространяются на окружающих. С точки зрения Далай-ламы, задачей ученых является исследовать, какую роль играет *покой ума* в процессе старения.

На вопрос, как соотносится ум и духовность, и существует ли болезнь и здоровье духовности, Далай-лама отвечает, что понятие «духовность» более широкое, что духовность основана на ценностях, что основа духовности – этика, что современное образование, к сожалению, отличает слабость этического воспитания, что надо учить людей заботиться об эмоциях и уме, соблюдать *гигиену эмоций и ума*. «Виновата ли в этом секулярность современного образования?», – спрашивает ведущий. «*Благожелательный настрой ума* ценнее и универсальнее любой религии», – отвечает Далай-лама.

«Как решить вопрос одиночества и страдания?» – «Найти старикам работу, лучше всего с детьми – (для тех, кто не практиковал медитацию). А в целом – упражнять ум, причем с юности – «отшельники не страдают от одиночества». Если человек не умеет поддерживать внутренний покой и ум иначе, как только *внешними* чувствами, в старости ему становится одиноко.

Подумаем о сказанном. Согласимся с тем, что старость каждого – результат всей его жизни, однако нельзя утверждать, «какова жизнь – такова и старость», как раз некоторые люди рассматривают страдания старости по контрасту с радостями молодости, а иногда и как расплату за них. Старость как завершающий этап жизни имеет особые задачи – завершить познание себя и мира, внести полную ясность в свою жизнь, обрести баланс, гармонию с миром. Эта гармония – сама собой награда, она позволяет наслаждаться целокупным совершенством мира в каждой мелочи. В старости именно эта гармония и ясность обеспечивает упоминавшийся «*благожелательный настрой ума*». Конечно, в любом возрасте перед человеком стоит задача познания и самопознания, но если до сих пор баланс обеспечивался постоянным развитием (как при езде на велосипеде – удерживаешь равновесие, пока движешься), то на последнем этапе жизни – задача удерживать равновесие во врикшасане (позе «дерево»), стоя над обрывом. Впереди – неизвестно малое (оставшиеся дни жизни) и необъятно большое (смерть). В самопознании старость – время статики, время покоя. Суэта – во вред. В этом утверждении перекликаются традиции Востока и Запада, античности и иудео-христианской мысли, просвещения и новейшего времени. Шопенгауэр цитирует Вольтера: «У кого ум не соответствует возрасту, тот испытывает все несчастья своих лет» [5].

Последний вопрос – что такое «хорошая» или правильная смерть? Не просто достойное завершение жизни, но последняя высота, на которую человек может подняться. В беседе с Далай-ламой Ф. Морийон спрашивает: «Как нам *успешно умереть?*». – «Как к одному из двух самых важных событий жизни,

к смерти надо готовиться», – отвечает Далай-лама, и добавляет, очевидно желая снизить пафос обсуждения: «важно не утратить надежду в процессе...». Он выделяет три степени (или уровня) готовности: 1) без сожаления, 2) без страха, 3) с радостью. Я не уверена, насколько точно выразился Далай-лама на английском и насколько точно его перевели на русский, я понимаю последний член этой триады как «готовность», что является следствием двух первых уровней и возможно только в результате их достижения. Готовность к смерти позволяет человеку оставаться субъектом процесса жизни до конца.

Литература

1. *Васецкая Е.Н.* Свобода и зависимость// XIX Клинические Павловские чтения. Докладная фармакотерапия аддитивных расстройств. 16 апреля 2015 г. Сборник статей. – СПб.: СИНЭЛ. – 2015. – С. 58–63.
2. *Васецкая Е.Н.* Время жизни и время смерти (перечитывая Сенеку)// Научное мнение. Философские и филологические науки, искусствоведение: научный журнал/ Санкт-Петербургский университетский консорциум. – СПб., 2015. – № 7. – С. 80–87.
3. *Обухова Л.Ф., Обухова О. Б., Шаповаленко И.В.* Проблема старения с биологической и психологической точек зрения / URL: http://psyjournals.ru/files/2321/psyedu_2003_n3_Obuhova.pdf дата обращения 13.09.2015.
4. *Далай-лама.* Диалог с учеными о старости и смерти. Видеозапись. Ч. 1., 2 / URL: http://salda.ws/video.php?id=4mVgywsk_Bw дата обращения 13.09.2015.
5. *Шопенгауэр Артур.* Афоризмы житейской мудрости. Глава шестая. О различии возрастов /URL: http://www.e-reading.mobi/bookreader.php/65913/Shopenhauer_-_Aforizmy_zhiteiiskoi_mudrosti.html дата обращения 13.09.2015.

Актуальные проблемы старения и обеспечения активного долголетия

Гаврилюк Н.Э.

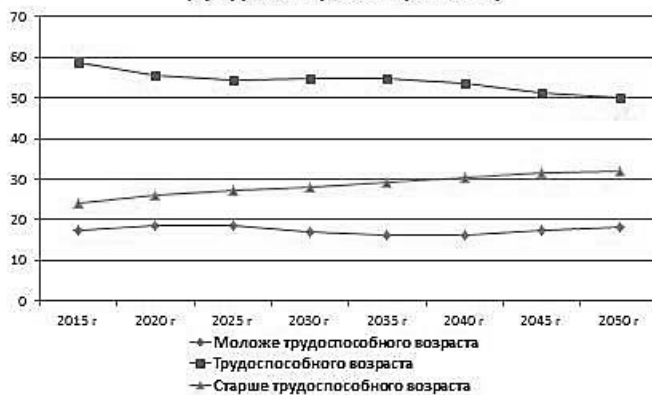
«Старость – не радость» часто с печалью в голосе говорим мы, видя старого или пожилого, зачастую немощного, человека. И что скрывать, у каждого из нас в голове проносится мысль, а каким буду я, когда достигну такого же возраста. Буду ли я обузой для своих близких или, наоборот, до последних дней своей жизни сохраню ясный ум, бодрость духа и способность к самообслуживанию.

Отличительной чертой рубежа 20–21 веков стало резкое увеличение продолжительности жизни населения и, как следствие, рост доли пожилых людей в общей численности населения стран во всем мире.

«Старение населения – это не бремя для человечества, это наше с Вами общее достижение, это результат победы над болезнями, это результат повышения уровня жизни, это наше социальное завоевание», говорил Кофи Аннан – бывший генеральный секретарь ООН.

Долголетие или долгожительство – социально-биологическое явление, характеризующееся доживаемостью человека до высоких возрастных рубежей, значительно превышающих среднюю продолжительность жизни.

Прогноз численности населения России до 2050 года по отдельным возрастным группам, % (средний вариант прогноза)



Источник: Демографический ежегодник России, 2013 год
Федеральная служба государственной статистики

Согласно классификации Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), возраст до 44 лет считается молодым, 45–59 – средним, 60–74 – пожилым, 75–89 – старческим, люди 90 лет и старше считаются долгожителями.

По данным Государственного комитета статистики РФ, на 23.01.2015 в РФ проживает 146 270 033 человека, на 01.01.2014–143 666 931 человек. Средний возраст населения по данным на 01.01.2015: женщины – 41,62 года, мужчины – 36,55 лет. Численность населения в трудоспособном возрасте – 60,1 %. Показатель демографической нагрузки – 664 человека на 1000. На 01.01.2014 г. 33,1 млн. человек в России – люди пенсионного возраста; это означает, что каждый пятый человек в государстве – пенсионер. По статистической практике Организации Объединенных Наций, государство считается стареющим, если доля людей в возрасте 65 лет и старше выше 7 %. В России 12,9 % людей достигли возраста 65 лет и старше. Несмотря на некоторую положительную тенденцию (коэффициент рождаемости увеличился в 2013 г. до 1,707 детей на 1 женщину по сравнению с 2010 г. – 1,567 человек), тем не менее, число умерших в январе 2014 г. на 9,6 % больше количества родившихся. Учитывая, что ожидаемая продолжительность жизни для людей, родившихся в 2014 году, при низком варианте прогноза составит 68,8 лет, а при высоком варианте – 71,8 лет, и что в дальнейшем намечается тенденция увеличения продолжительности жизни, то для России крайне актуальными являются проблемы социальной активности граждан пожилого возраста [1, с. 16].

Календарный возраст показывает время, прошедшее со дня рождения. Биологический возраст отражает состояние здоровья человека и сильно зависит от условий, в которых он живет.

При определении биологического возраста учитывается состояние кожи, появление седины и морщин, но главное – работа жизненно важных органов, особенно мозга и сердца.

Большинство людей (особенно женщины) хотят, чтобы их биологический возраст был меньше календарного – ведь это отдалает старение. Но как этого добиться? На человека воздействует множество факторов, неумолимо приближающих смерть.

К ранней старости ведут сердечно – сосудистые заболевания, туберкулез, язвенная болезнь, сахарный диабет, иммунодефицит.

По результатам опросов, наибольшую обеспокоенность у пожилых граждан вызывает их состояние здоровья. На втором месте – мало обеспеченность, на третьем – одиночество.

Состояние здоровья в пожилом возрасте – действительно серьезная проблема. Практически 70 процентов пенсионеров имеют по 3–4 хронических заболевания. Раньше пожилые люди испытывали меньше сложностей при получении медицинской помощи. Пусть на достаточно скромном уровне, но помощь эту они получали всегда. В последние годы ситуация с получением услуг в области профилактики, охраны здоровья и лекарственного обеспечения пожилых людей усложнилась. От 55 до 85 % стариков умирают в домашних условиях без госпитализации [2, с. 41]. Старые и больные, малообеспеченные люди часто не могут получить помощь в поликлиниках из-за их переориентации на оказание коммерческих услуг. Наряду с заболеваниями, встречающимися во всех возрастных группах, у лиц пожилого и старческого возраста имеются болезни характерные только для этого возраста. Отмечено, что с возрастом происходят изменения в функционировании всех систем организма.

Что касается малообеспеченности, то пенсионеры всегда относились к группе, называемой «традиционными бедными». Но все-таки раньше имущественная дифференциация ощущалась не столь остро, так как получаемая в советское время пенсия, позволяла пенсионеру не только самому вести достойный образ жизни, но и оказывать материальную поддержку своим близким. Сейчас большинство людей пенсионного возраста существует на грани физического выживания, так как никакие мизерные прибавки к получаемым пенсиям не перекрывают фактических затрат на оплату коммунально-бытовых платежей, покупку качественных продуктов питания, Старики вынуждены покупать не те, лекарства, которые помогают справиться с болезнью, а те, которые доступны по цене. Резкое материальное расслоение общества воспринимается многими пожилыми людьми как личная обида. Неспособность пожилого человека самостоятельно справляться с повседневными заботами приводит к зависимости от других людей, что вызывает у многих стариков чувство неполноценности, бессилия, нежелания дальнейшего существования. Становится очевидным возникающая зависимость пожилого человека от семьи. С появлением у него различных заболеваний эта зависимость

только усугубляется, и в некоторых ситуациях старики оказываются практически полностью зависимыми. Их взаимоотношения с другими членами семьи начинают носить сложный характер с точки зрения экономической, нравственной, психологической. Подобное положение обусловлено эволюцией семейных отношений, отражающей социально-экономические перемены в современном обществе. Старики все чаще стали проживать отдельно от детей, а те, которые живут вместе с членами семьи и родственниками чаще предъявляют жалобы на ощущение одиночества, чем живущие отдельно. В связи с этим понятно стремление пожилых людей к самостоятельному проживанию, позволяющему им сохранять себя как личность и в большей степени ощущать свою независимость. Для таких стариков статус одиноко проживающего является психологически более комфортным, чем ощущение одиночества в семье [3, с. 101].

Проблема одиночества в пожилом возрасте во многом связана с различной продолжительностью жизни женщин и мужчин. К сожалению, большинство пожилых женщин разведены или стали вдовами. Чувство одиночества является дестабилизирующим фактором в жизни пожилых женщин, снижающим их установки на здоровье, на заботу о себе [2, с. 53].

Пожилые люди, как и остальные члены общества, подвергаются постоянным стрессам, которые считаются причиной многих болезней – в их числе невроз и синдром хронической усталости, пожалуй, самые легкие. И все-таки некоторые люди живут очень долго.

Конечно, продолжительность жизни зависит от наследственности и особенностей организма, однако в любом случае предупредить раннее старение можно – для этого необходимо делать шаги к молодости, а не наоборот. А человека, сохранившего активность и радость жизни, вряд ли можно назвать старым, сколько бы лет ему ни было.

Можно выделить десять составляющих активного долголетия [4, с. 10]:

1. Здоровый сон. Как известно, во время сна восстанавливаются все системы организма.
2. Любовь – эликсир молодости. Нет лекарств, продлевающих жизнь. Однако есть хорошее выражение древних мудрецов: «Мы не потому перестаем любить, что стареем, а потому стареем, что перестаем любить». И пока человек любит детей, родителей, друзей, тех, кто его окружает, – он живет.
3. Рациональное питание. Для людей пожилого возраста оно должно быть разнообразным и сбалансированным, чтобы стимулировать активность ферментных систем и оказывать антиатеросклеротическое действие.
4. Общение с природой. Общение с животными, прогулки на свежем воздухе, посильный труд на даче или приусадебном участке способствуют активному долголетию.
5. Крепкая семья – крепкое здоровье. Для пожилого человека очень важен психологический комфорт, поддержка и понимание родственников.

6. Жизнь – это движение. Спорт полезен для пожилых людей. Физические упражнения тренируют сердечно – сосудистую и дыхательную системы, помогают сохранить и даже улучшить ловкость, выносливость и координацию. Однако к занятиям следует приступать после консультации со специалистами.
 7. Жить в гармонии с собой. Счастье пожилого человека не отличается от счастья человека любого другого возраста. Если не можешь изменить действительность, нужно изменить свое отношение к происходящему.
 8. Помощь другим. Яркий пример – Олимпиада 2014 года в Сочи. Напомним, по международным стандартам более 30 % волонтеров на Олимпийских играх – это пожилые люди. Россия к Олимпийским играм подготовила около 10 тысяч волонтеров старше 50 лет.
 9. Борьба с депрессией. По данным ВОЗ, признаки депрессии имеют 40 % лиц пожилого возраста, обращающихся за медицинской помощью. Депрессия ухудшает аппетит и сон, снижает концентрацию внимания и память. На фоне депрессии чаще возникают заболевания, течение хронических болезней ухудшается. Важнейшим для активного долголетия, является позитивный взгляд на жизнь. Жизнерадостному человеку всегда живется легче.
 10. Учиться чему-то новому. Заставляя мозг активно работать, человек не только сохраняет голову светлой, но и одновременно активизирует деятельность сердца, системы кровообращения и обмен веществ. Наиглавнейшим условием активного долголетия является духовное совершенствование.
- В своей статье я хочу остановиться на двух основных направлениях работы по стимулированию активного долголетия.

Основным составляющим, обеспечивающим активное долголетие, является полноценное, сбалансированное питание. Нерациональное питание способствует формированию и обострению хронических неинфекционных заболеваний: атеросклероза, гипертонической болезни, сахарного диабета, ожирения, заболеваний системы пищеварения и сердечно-сосудистой системы, онкологических заболеваний, снижение иммунитета и др. [7, с. 251].

В условиях санкций со стороны некоторых западных стран, в целях сохранения и укрепления здоровья граждан России, назрела острая необходимость быстрого развития отечественного рынка продуктов здорового питания, начиная с детского питания и до питания людей зрелого и пожилого возраста. Необходимо законодательно обеспечить осуществление общественного контроля по обеспечению продовольственной безопасности, в борьбе с некачественной продукцией [5, с. 10].

Требуется значительно усилить ответственность изготовителя или продавца за нарушение требований технических регламентов и предоставление неверной информации о качестве и составе продуктов.

Эффективным инструментом активного долголетия, расширением форм физической и умственной активности, организации полноценного досуга по-

жилых людей, является туризм, в полной мере отвечающий потребностям как физически и социально активных лиц пожилого и старшего возраста, так и граждан, имеющих проблемы со здоровьем.

Для большей части пожилых людей туризм становится важнейшим звеном общественной жизни, помогает адаптироваться к новому жизненному циклу. Участие в туристических программах способствует:

- улучшению самоуважения и самочувствия (за счет комплекса оздоровительных процедур);
- повышению социального статуса;
- преодолению чувства одиночества и социальной изоляции, которые зачастую появляются с выходом на пенсию;
- активизации досуговой деятельности.

При этом хотелось бы отметить, что в федеральном законе «Об основах туристской деятельности в Российской Федерации» о социальном туризме сказано: «Туризм социальный – путешествия, субсидируемые государством из средств, выделяемых на социальные нужды» [6, с. 5]. Данная формулировка – пока единственная в отношении именно социального туризма. До сих пор не разработан регламентирующий документ, который конкретизировал бы, кто из туристов, на какие свои путешествия, где и когда может получить от государства полагающуюся ему по закону часть бюджетных средств, предусматриваемых на социальные нужды. Кроме того, отсутствует федеральная программа развития социального туризма, без которой дальнейшее развитие данной отрасли крайне затруднено.

Делая вывод из всего вышесказанного, можно дать такой рецепт активного долголетия – оставайтесь молодыми, невзирая на дату в паспорте. Не теряйте чувства юмора, любите себя и окружающих, ведите активный образ жизни – и мечта жить долго и счастливо исполнится.

Ведь как отметил на заседании президиума Госсовета, который состоялся 5 августа 2014 года, Президент Российской Федерации В.В. Путин, выход на пенсию не должен снижать социальный статус граждан России, а должен давать им дополнительные возможности для активной полноценной жизни [5, с. 8].

Литература

1. Активное долголетие с высоким качеством жизни населения России. Материалы для подготовки Федеральной целевой программы (на период 2010–2025 года). Материалы представлены Российским геронтологическим научно-клиническим центром, директор академик РАН *Шабалин В.Н.*
2. *Галкин Р.А., Гехт И.А., Яковлев О.Г.* Одинокая старость: медицинские и социальные проблемы / Под редакцией Р.А. Галкина – Самара: ГУСО «Перспектива».
3. *Холостова Е.И.* Социальная работа с пожилыми людьми: Учеб. пособие, 3-е изд. – М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и Ко», 2004.
4. Материалы IV Международного социально-медицинского форума «Мир активного долголетия – 2014».

5. Перечень поручений по итогам заседания Президиума Госсовета о развитии системы социальной защиты граждан пожилого возраста // Официальный сайт Президента Российской Федерации. URL: <http://news.kremlin.ru>
6. Федеральный закон от 24 ноября 1996 г. N 132-ФЗ «Об основах туристской деятельности в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями от 10 января 2003 г., 22 августа 2004 г., 5 февраля 2007 г.).
7. Популярная энциклопедия здорового образа жизни. *Барзилович Е.Ю.* – М.: Изд-во МЭИ, 2000. – 251 с.

Супружество на заключительном этапе развития человека

Гурова Е.В.

Проблемы семейных и супружеских отношений пожилых людей долгое время оставались на периферии научного интереса. В психологии семейных отношений подробно разработаны проблемы создания и функционирования молодой семьи, в меньшей степени – семьи среднего возраста. Существенно реже затрагиваются проблемы пожилой семьи, несмотря на то, что продолжительность фазы молодости в жизненном цикле человека сегодня существенно меньше, чем жизни в пожилом возрасте. Пожилые семьи в большей степени изучаются в социологии и социальной геронтологии, при этом основной акцент в социogerонтологических работах делается на вопросы поддержки пожилых родителей и ухода за ними, оказание медико-социальной помощи, правовые аспекты системы социальной защиты пожилых людей, государственную политику в отношении пожилых граждан, а также положение пожилого человека в семье.

В массовом сознании бытуют установки по отношению к пожилым семьям. Они отражают общие тенденции и ценности развития института семьи в конкретном социальном контексте. Считается, что одной из главных функций семьи является репродуктивная функция – рождение и воспитание детей. Такие представления, исключая многофункциональность жизнедеятельности семьи, обесценивают социальное бытие пожилых семей. Тем самым конструируется социальный портрет пожилой семьи, включающий представления о ней как о пассивной, беспомощной, бесполезной для общества.

Данные современных исследований говорят о том, что в сознании людей происходит консервация представлений о повседневных проблемах пожилых супружеских пар. Во многом это происходит из-за существования в обществе негативных стереотипов старости, создания средствами массовой коммуникации образа немощного, больного пожилого человека, нуждающегося в медицинской и социальной помощи. Так в исследовании М.Э. Елютиной было выявлено, что семья пожилого человека воспринимается в общественном сознании как: пассивная и беспомощная; некая герметизированная, замкнутая и приватная среда, в которой отсутствует динамика становления и обновления; объект материальной, моральной и физической помощи в настоящем или в бли-

жайшем будущем; безликая слитность: происходит стирание дифференциации супружеских ролей – муж и жена объединяются словом «старика» или «они»; аутсайдеры социальной жизни, как домашние «хосписы» с характерной «разряженностью» жизни. Основными проблемами повседневной жизни пожилых супругов, по мнению респондентов, являются здоровье и материальная обеспеченность. Также подчеркивается центрированность внимания супругов на внутренних бытовых проблемах – прежде всего, это дачно-огородные дела и воспитание внуков. В тоже время, никто из респондентов, даже вскользь, не упомянул межличностные отношения пожилых супругов и связанные с ними проблемы. М.Э. Елютина отмечает, что этот пласт семейной жизни на данном возрастном этапе представляет собой «слепую зону», не обладающую публичностью выражения, проблемной напряженностью. Не исключено, что игнорирование зоны межличностного общения может быть своего рода защитной реакцией на возрастную перспективу «совместного старения». [2].

Вместе с тем, можно говорить о том, что сейчас происходит принципиально новое открытие старости. Этот период человеческой жизни стал рассматриваться как равноправный в ряду других психологических возрастов, не сводящийся только к процессам распада, а самостоятельный и особенный по своим характеристикам возраст.

Исследования отечественных ученых Абрамовой Г.С., Анцыферовой Л.И., Бороздиной Л.В., Елютиной М.Э., Ермалаевой М.В., Исаевой С.А., Красновоной О.В., Латышева Д.В., Лидерса А.Г., Пряжниковой Н.Н, Сусловой Т.Ф., Шаповаленко И.В. Шахматова И.Ф. и др. показывают, что в условиях вытеснения пожилого человека из общественной жизни, утраты здоровья, семья становится тем местом, где пожилой человек находит поддержку и понимание. Семья для пожилого человека становится источником стабильности, защищенности, прочности, радости, влияет на качество жизни и ее оценку. Через семью, общение с детьми и внуками пожилой человек пытается найти свое новое место в жизни. Ученые отмечают, что одним из механизмов жизненной активности пожилого человека в современной ситуации может стать сосредоточение на интересах узкого социального пространства – собственной семьи.

Значительную роль в поддержании активности, в создании здорового образа жизни, в противостоянии наступлению старости играет сам человек, его способность прогрессивно развиваться, вести деятельную жизнь, его отношение к собственному старению, что является важной составляющей психической жизни в старости. Теряя физические силы, человек может сохранять способность прогрессивного развития как личность. Семья, полноценные семейные отношения помогают пожилым людям принять свою старость и достойно прожить заключительный период своей жизни в кругу самых близких ему людей.

Что же представляет из себя семья пожилого человека? Согласно периодизации жизненного цикла семьи Р. Хилла, пожилые супруги переживают

стадию после отделения детей, стадию «вылета детей из семьи», «стадию пустого гнезда». Специфика этой стадии определяется, прежде всего, тем, что супруги, или один из них, входит в заключительный период своего онтогенетического развития. Как отмечает Л.И. Анцыферова, построение нового образа жизни, требует от личности значительного напряжения ее адаптивных возможностей, интеллектуальных усилий, мотивации достижения, поиска новых опор в своем жизненном мире. [1]. Смена общественной позиции, выход на пенсию, сужение социального мира, возрастно-психологические изменения пожилого человека определяют во многом характер его семейных отношений.

Жизненный цикл семьи на данном этапе определяется такими событиями, как рождение внуков и освоение в этой связи новых социальных ролей бабушки/дедушки, повышением зависимости от взрослых детей и необходимостью принятия помощи от них, изменением сексуальных отношений, переживанием утраты супруга и необходимостью построения нового образа жизни в условиях вдовства или нового брака.

Ученые отмечают стабильность супружеских отношений в этом возрасте, обостренную потребность супругов друг в друге, особое осознание ценности брака, чувстве гармонии, меньшей напряженности. Одиночество – пугающая перспектива, которую пожилые люди редко выбирают добровольно. Характер отношений супругов в пожилом возрасте во многом определен их длительной историей совместного проживания.

В исследовании Д.В. Латышева было установлено, что пожилая семья это уже не детоцентристская структура, происходит интенсивная выработка новых паттернов взаимодействия с внутренней средой, поиск личностно-ориентированных смыслов. Возникает особый режим взаимодействия и внутри семьи, и за ее пределами. Изменяется идеология семьи в направлении закрытости. Внешняя граница пожилой семьи становятся более жесткой. Стратегия экспансии сменяется фокусированием на собственных, внутрисемейных проблемах. [3].

Во взаимодействии мужа и жены усиливается взаимозависимость, симбиотичность пожилых супругов, формируются общие механизмы репрезентации мира, в котором существует семья пожилых людей, общие фильтры, способствующие выбору той или иной интерпретации внешних событий, переживаются схожие психические состояния. Все это помогает пожилым людям найти необходимые стратегии выхода из кризисных ситуаций.

Изменяется режим существования современных пожилых семей. Социологические исследования показывают, что большинство российских пожилых семей принадлежит к социально уязвимым группам. Их материальное положение хотя и дифференцировано, но остается весьма скромным. Размер государственной пенсии не позволяет им вести независимую материальную жизнь, многие семьи пожилых людей получают пособия, дотации, субсидии.

Изменяются функции пожилой семьи. Утрачивается репродуктивная функция, ослабляется воспитательная, снижена функция ретрансляции и передачи культурного опыта, ценностей, знаний (происходит процесс переоценки ценностей в современном обществе). Видоизменяется сексуально-эротическая функция. Старение организма сказывается на характере интимной жизни, половое влечение заметно ослабевает, но сила и скорость затухания зависит от ряда факторов, прежде всего состояния здоровья пожилого человека. Более сильно выражена потребность в ласке, нежности, поддержке, заботе.

Происходит усиление функции эмоциональной поддержки и принятия или так называемая психотерапевтическая функция. Пожилые супруги отличаются проявлением повышенной заботы друг о друге, вниманием и теплотой отношений, сочувствием и взаимопомощью в бытовых делах, супруги стараются оградить спутника жизни от лишних волнений. Если на раннем этапе жизни семья выступает своеобразной стартовой площадкой для человека, то на завершающем – последним прибежищем. Вытесненный из системы общественной жизни, в условиях неопределенности социальных ожиданий в отношении себя, равнодушия и пренебрежения окружающих (эйджизм), с огромными потерями (здоровья, достатка, уважения, статуса, физической силы и внешней привлекательности, позитивного отношения со стороны окружающих и т.д.) пожилой человек в семье может найти поддержку и понимание.

Возрастает значение функции духовного общения. Супруги становятся родными и близкими по долгим прожитым годам, по общим человеческим ценностям, образу жизни и мысли, по взглядам, привычкам и вкусам.

Реализуется регенеративная функция – семья пожилого человека это мостик в родственных связях, связующее звено в отношениях младших и старших поколений, хранитель истории семьи, традиций, семейных мифов и воспоминаний.

Изменяются и ролевая структура пожилой семьи. Практически одинаковый размер пенсии пожилых людей освобождает мужчину от роли кормильца, что влечет за собой и перераспределение вопроса властных полномочий в семье. Учитывая, что с возрастом у женщин под действием тестостерона начинает проявляться такие мужские черты как властность, агрессивность, активность, напористость и т.д., роль главы семьи, как правило, в пожилой паре принадлежит женщинам. Она ведет семейный бюджет, является хозяйкой дома, она же в большей степени принимает участие в воспитании внуков, а также в силу большей эмоциональной чувствительности выступает и семейным психотерапевтом. Все это позволяет пожилым женщинам успешнее адаптироваться к процессу старения, к новому социальному статусу пенсионера, ощущать свою востребованность в семье. Таким образом, в пожилых семьях, как отмечает О.А. Карабанова, происходит «тихая бархатная революция», и вся полнота семейной власти оказывается в женских руках.

Такой вариант динамики ролевой структуры семьи обедняет и схематизирует супружеские отношения, выходом из создавшейся ситуации может слу-

жить поиск новых значимых и доступных сфер самореализации, преодоление вынужденной праздности своего существования.

Л.И. Анцыферова предполагает, что для успешного прохождения личностью старости особое значение имеет экспериментирование с жизненными ролями. Роль на некоторое время определяет личностный способ существования человека, он ведет себя в соответствии с правилами, заключающимися в этой роли. Когда возникает рассогласование между требованиями роли и возможностями индивида (социальными или психологическими), он пытается опробовать себя в новых ролях. При этом пережитые человеком разные формы личностного существования не исчезают, а сохраняются в его внутреннем мире в виде «эскизов» виртуальных личностей. Таким образом, в поздние годы эти фрагментарные личности помогают субъекту обрести себя в новом качестве и продуктивно изменить свою жизнь. В пожилом возрасте человек в результате выхода на пенсию оказывается в неопределенной, слабо структурированной ситуации. В этих условиях человек должен сам организовать свое настоящее и будущее, наметить новую жизненную программу. Именно в такие моменты актуализация виртуальных личностей может помочь человеку начать новую деятельную жизнь. [1]. В связи с этим, особое значение в жизни пожилых супругов имеет прародительство.

Продолжительная супружеская жизнь изменяет и чувства супругов, теряется чувство первооткрытия, новизны, неизведанности. С возрастом пылкая любовь, с которой они когда – то создавали семью, уступает месту не менее прекрасному чувству тесной привязанности и крепкой дружбе. Это позволяет пожилым супругам принимать друг друга такими, каким они есть, со всеми недостатками.

Поведение пожилого человека в семье определяется многими факторами, но в значительной мере его личностными особенностями, мотивационным здоровьем – наличием интереса к жизни и потребностью жить дальше, а также типом отношения к факту своего старения.

Литература

1. *Анцыферова Л.И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М., 2004.
2. *Елютина М.Э.* Супружеские отношения в пожилом возрасте // Социол. исслед. 2010. № 11.
3. *Латышев Д.В.* Социальная идентификация пожилой семьи в современном российском контексте. Автореф. дис. ... канд. социолог. наук. Саратов, 2007.

Репрезентации бедности в группах пожилых людей с разным образом жизни¹

Дробышева Т.В.

В настоящее время феномен «бедность» является предметом исследований не только в социологии и экономике, но и в связанных с ними направлениях

¹ Исследование проведено при финансовой поддержке РГНФ (грант №13-06-00063)

психологии – социальной, экономической, политической, кросс-культурной и др. Так, в кругу западных экономических психологов все чаще звучит высказывание о том, что бедность – это такое же естественное и закономерное условие жизнедеятельности современного общества как глобализация, преступность, проституция и т.п. В связи с этим сторонниками этих взглядов высказывается мысль о невозможности ее преодоления в обществе.

По данным социологов существование разных групп бедных людей (нищие, малообеспеченные, небогатые, бедные) позволяет выживать более обеспеченным слоям общества за счет образования ими социальной прослойки, выполняющей роль буфера, между богатыми и нищими. Для дифференциации бедности исследователи применяют термины абсолютной бедности и относительной бедности. Относительная бедность определяется невозможностью поддерживать уровень или некоторый стандарт жизни, принятый в данном обществе. В основе ее измерения лежит механизм социального сравнения. Абсолютная бедность проявляется в неспособности человека (семьи) удовлетворять базовые потребности в пище, одежде, жилище. Абсолютно бедным считается тот, чьи доходы находятся ниже прожиточного минимума (т.е. черты бедности). По данным Росстата уровень прожиточного минимума первого квартала текущего года для пенсионеров составил 7916 рублей. При современном росте цен на товары и услуги, многие из них, достигнув преклонного возраста, продолжают трудиться только потому, что уверены в невозможности прожить на одну пенсию. Финансисты подтверждают это: «для того, чтобы обеспечить приемлемый уровень жизни в будущем, сегодняшний 40-летний человек должен тратить только на накопление в среднем 3,7 тыс. евро в год [1].

Проблема исследования экономической социализации в группах пенсионеров связана с изучением не столько состояния, сколько изменения элементов экономического сознания и поведения пожилых людей в зависимости от разделяемых ими настроений в обществе, социальных изменений в макросоциальной среде или представлений о самом себе как субъекте экономических отношений и т.п. Завершение активной трудовой деятельности не означает того, что личность (или группа) перестает быть экономическим субъектом. Однако проявление ею субъектных качеств на новом этапе ее экономической социализации, безусловно, будет отличаться от предыдущего. Данная ситуация связана с изменением образа жизни людей после выхода на пенсию, следствием чего становится изменение содержания экономической идентичности индивидуального или группового субъекта, его отношения к таким социально-экономическим явлениям как бедность, богатство, экономическое неравенство и т.п.

Исследователи посттрудоустройной социализации отмечают, что основными деформирующими факторами на данном этапе являются депривация и отчуждение пожилых людей. Деформация затрагивает жизненно важные показатели пенсионеров: материальное положение, медицинское обслуживание, уровень

социокультурных связей и т.п. Однако, исследования показывают, что активные способы посттрудовой социализации тесно связаны с трудовой и социальной активностью допенсионного периода жизни пожилых людей [4].

Все вышеизложенное послужило основанием для проведения эмпирического исследования *целью* которого стало выявление различий в социальных представлениях о бедности в двух группах пожилых людей с разным «образом жизни». Методологическим основанием для проведения исследования стала концепция социальных представлений С. Московиси и подход к исследованию феномена «образ жизни» В.П. Серкина. С его точки зрения «образ жизни» – это система деятельностей, которые человек актуально реализует как субъект индивидуальной деятельности или в которые «включен» (субъектом которых являются общество, группа) в течение определенного жизненного периода, этапа или цикла...» [3].

В исследовании принимали участие две группы пожилых людей от 60 до 75 лет (общий объем выборки 81 чел.). Первая группа включала 41 чел. (80 % – женщины, 20 % -мужчины). Среди них 65 % – неработающие пенсионеры. Все респонденты данной группы (далее – «экспериментальная») посещали клуб «Здоровье», содержание деятельности которого было связано с пропагандой здорового образа жизни (правильное питание, занятия физкультурой), а также с организацией досуга пожилых и поддержанием их коммуникативных связей. Вторая группа (контрольная) насчитывала 40 чел. (78 % – женщины, 22 % – мужчины). Из них 69 % – работающие пенсионеры. При сравнении уровня дохода в двух группах обнаружили, что в контрольной группе число респондентов с высоким и низким доходом примерно поровну, в то время как в экспериментальной группе пенсионеров с низким доходом в 2 раза больше, чем со средним и низким (в оценку ежемесячного дохода включали не только пенсию, но и заработную плату, соц. пособия, материальную помощь родственников). Программа исследования включала: авторский метод анализа содержания и структуры социальных представлений (СП) о бедности в группах пожилых людей (Т.П. Емельянова, Т.В. Дробышева), построенный по типу пятибалльных шкал Р. Лайкерта; шкалу психологической дистанции по отношению к бедному человеку (авторская модификация методики Д. Фелдеса); методика ценностных ориентаций Е.Б. Фанталовой; «Шкала счастья» С. Любомирской; методика «Макроэкономические факторы тревоги» Т.В. Дробышевой, анкета. Сбор данных осуществлялся индивидуально с каждым из респондентов в форме структурированного интервью. В связи с ограничением объема статьи ниже будет представлена только часть результатов.

Для выявления структуры и содержания социальных представлений, респондентам двух групп предлагалось выразить степень согласия/несогласия с 22 утверждениями. Затем для выявления содержания СП был использован коэффициент позитивных ответов, предложенный Ж.-К. Абриком. Процедура оценки и обработки данных подробно изложена в публикациях Т.П. Емелья-

новой [2]. На основе полученных результатов было выявлено содержание СП о бедности (элементы, входящие в ядро и элементы периферии). Следуя подходу Ж.-К. Абрика структура социальных представлений включает два основных компонента – ядро и периферию. Ядро – более устойчивая часть представления, связанная с коллективной памятью, с ценностями и нормами группы. Периферия представления отличается неустойчивостью. Она конкретизирует значение ядра. По сути это связующее звено между ядром и той конкретной ситуацией, в которой вырабатывается и действует представление [там же].

Анализ структуры исследуемых СП в двух группах показал, что ядро СП в экспериментальной группе включает 11 суждений, в контрольной группе – 8. Общими для обеих групп респондентов явились следующие высказывания: «Бедность – это...невозможность купить, заплатить за все, что хочешь; ...это дискомфорт; ...это не порок; ...отсутствие денег, финансов; ...если человек ленивый, то он неизбежно придет к бедности». Как можно заметить, данные суждения указывают на общность переживания пожилыми людьми бедности как относительного явления. Речь не идет о невозможности физического выживания. Психологический дискомфорт в большей степени связан с невозможностью удовлетворять все потребности (социальные в том числе), которые были ранее, т.е. на стадии трудовой социализации. Особенно следует подчеркнуть значимость для всех респондентов суждения о лени как механизме достижения статуса бедного. Напомним, и те, и другие участники исследования полностью не были исключены из социальной жизни. Так, большая часть контрольной группы – работающие пенсионеры; все респонденты экспериментальной группы посещают клуб «Здоровье». В нашем исследовании две группы пожилых людей отличались по образу жизни, структурированию своего времени, но имели общую жизненную стратегию – «продолжать вести активный образ жизни». В первом случае, выбор данной стратегии связан с мотивом «уход от одиночества» (экспериментальная группа), во-втором случае мотивом является «материальная помощь близким», желание «оставаться в строю» (контрольная группа). Данные различия в мотивации выбора «образа жизни» проявились в том блоке суждений ядра исследованных представлений, который отличает содержание СП о бедности в двух группах. Так, в ядро СП экспериментальной группы (посещающие клуб «Здоровье»), кроме выше упомянутых, вошли следующие суждения: «Бедность – это...страх перед будущим; ...невозможность вести здоровый образ жизни; ...это то, что человек сам думает о своем положении; ...невозможность комфортно жить в обществе, нехватка общения; ...когда нечего есть; ...это отсутствие собственной жилплощади, квартиры». То есть, для данной группы людей, бедность включает и признаки абсолютной бедности (нет еды, жилья), страх за свою жизнь в будущем. По всей видимости, для них посещение клуба «Здоровье» является способом совладания с одиночеством, бедностью, социальной изоляцией. В контрольной группе в ядро СП,

наряду с ранее перечисленными, вошли такие суждения как «бедность – это... унижение; ... положение, в которое попадает человек из-за неблагоприятной ситуации; ... положение, в которое попадает человек по собственной вине». Иными словами, содержание ядра представления в данной группе пожилых людей, содержит высказывания, отражающие их внутренний локус контроля, указывающий на выбор ими соответствующей стратегии совладания с жизненными обстоятельствами («продолжать работать»).

В средствах массовой информации много уделяется времени обсуждению вопросов социализации пожилых, организации для них досуга, форм занятости, значимости пенсионных реформ, ориентированных на изменение возрастного критерия выхода на пенсию и т.п. Однако наше исследование показывает, что даже самые «активные» пожилые люди видят выход из сложившейся ситуации, связанной с изменением их социального и экономического статуса, не в государственной помощи или поддержке извне, а в своих внутренних ресурсах и соответствующих способах активности (для одних – заниматься здоровьем, для других – продолжать работу).

Литература

1. Емельянова Т. Школа для выживания пенсионеров // Финансы. 2010. № 36. С. 42.
2. Емельянова Т.П. Социальное представление – понятие и концепция: итоги последнего десятилетия // Психологический журнал. 2001. Т. 22. № 6. С. 39–47.
3. Серкин В.П. Структура и функции образа мира в практической деятельности: Дис. ... д-ра психол. наук. М., 2005. 356 с.
4. Щербаков И.М. Посттрудова социализация пожилых людей в современной России: Дис. ... канд. социол. наук. Н. Новгород, 2006. 168 с.

Диалогичность мышления пожилого человека: проблема «третьего возраста»

Иосебадзе Л.Ш.

Диалогичность – неотъемлемое свойство творческого научного мышления (как внутренний диалог со вторым «Я» или явный – со своим оппонентом), она помогает лучше понять истину и проверить ход решения проблемы, в конечном счете – убедительнее доказать ее другим. Диалогичность мышления проявляется в форме самоконтроля, корректировки, в вопросно-ответных связях [4, с. 35], в форме оценки смысловых позиций предшественников и современников. Можно утверждать, что диалогичность – это процесс мышления в различных формах общения.

Мышление в общении представляет собой процесс, направленный на обнаружение противоречий, постановку и решение задач. В процессе общения, взаимодействия с другими людьми и миром, человек осуществляет мышление, в котором можно выделить три вида социальной направленности, отличающиеся «вектором» целей и формируемых смыслов:

- 1) познание предметов и явлений окружающего мира;
- 2) познание самого себя;
- 3) познание других [6, с. 73].

Социальная сущность диалогичности мышления в процессе межличностного общения заключается в том, что оно дает возможность человеку: приобретать навыки идентификации себя с другим человеком: активизировать свою социальную память; корректировать цели и задачи своей текущей и будущей жизнедеятельности. По сути это означает, что диалогичность мышления способствует развитию социального интеллекта личности (социальной чувствительности, социальной перцепции, социальной памяти, социального мышления), а так же самопознанию и саморегуляции, так как диалог – это ни что иное как форма социального мышления, направленная на нахождение или порождение социальных смыслов жизни человека. Эти качества диалогичности мышления распространяются на все возрастные категории, в том числе и на «третий возраст».

«Третий возраст» – это период активной жизни, который начинается с выходом на пенсию. Именно в «третьем возрасте» наблюдается повышенный интерес человека в приобретении новых знаний, умений и навыков, на освоение которых в предыдущий период жизни человека по разным причинам не хватало времени. «Третий возраст» – период жизни свободной и активной, открывающийся с выходом на пенсию» [3, с. 98].

Становление связей вне семьи переживается пожилыми людьми как потенциально существующая готовность быть полезными своими знаниями и опытом другим людям. Они готовы учить, но не всегда умеют делать это. Навыки и умение дать дельный жизненный совет являются естественным событием развития диалогичности сознания в Я – концепции, предполагающей возможность встать на точку зрения другого человека.

Содержание актуальных переживаний пожилых людей способствует осуществлению внутреннего диалога, который основан на осознании концепции жизни и собственной Я – концепции. Создание личного отношения к бренности существования – это одна из задач личностного развития человека в этом возрасте. При решении этой сложнейшей личной задачи пожилой человек сталкивается с необходимостью опираться на свои умственные способности, как бы заново их в себе рефлексирова.

Необходимость активизации диалогичности мышления в «третьем возрасте» обусловлена изменением социальных условий жизнедеятельности пожилого человека. Среди них можно отметить такие как:

- завершение профессиональной деятельности, и как следствие смена жизнедеятельности;
- значительное сокращение контактов с коллегами по прошлой работе;
- возможная потеря одного из «спутников жизни»;
- возможная потеря общения с близкими людьми (детьми, внуками, родственниками и т.п.).

Эти и другие причины способствуют в жизни пожилого человека поиску диалога с новыми людьми, восстановлению продуктивного диалога с прежним социальным окружением, выстраиванию новых принципов взаимодействия в обществе и перехода его на новый уровень диалога со внутренним «Я».

Для такого нового диалога со своим внутренним «Я» характерны:

- активное обращение к своей социальной памяти с целью выяснения совершенных ошибок и успехов в предыдущие периоды своей жизни;
- активизация социального мышления с целью осознания того что из прошлого социального опыта можно применить для адекватной самоидентификации и самоактуализации на данном этапе жизнедеятельности;
- проектирование и проецирование своей жизнедеятельности в ближайшей и относительно отдаленной жизнедеятельности, чтобы максимально полно сохранить свой образ в социальной памяти референтного окружения.

Таким образом, диалог со своим внутренним «Я» является важнейшим при определении своего нового социального статуса (пенсия) и во многом определяет, остается ли человек активным социальным субъектом или превращается в пассивного объекта, смысл жизни которого будет сведен до «прислужения» окружающих его людей. Это в лучшем случае, потому что потеря субъективности вообще, и в этом возрасте особенно, способствует стремительному «угасанию» интеллектуальных и духовных способностей человека и ставит его в позицию «доживания».

Учитывая вышесказанное, стоит отметить, что дальнейшее развитие диалогичности мышления пожилого человека является важным социально-педагогическим и психологическим инструментом для обеспечения его продуктивной социальной деятельности [1, с. 243].

Психологические аспекты обучения пожилых людей изучены крайне мало. В настоящее время очевиден разрыв между позициями геронтопсихологии и андрагогики по этой проблеме. По мнению Ермолаевой М.В., правильно и своевременно организованное обучение пожилых людей способно помочь им осознать потребность в самореализации как важнейшую потребность быть нужным, социально востребованным и, тем самым, побудить их к поиску путей активного совладения со стрессом старения [2, с. 254].

Главная задача обучения, по мнению психологов, педагогов и философов, заключается в том, чтобы узнавать новое, развиваться, преодолевать пассивность, заниматься творчеством, деятельностью по преодолению физических потерь, а также выполнять важные для общества обязанности. Образование пожилых воспринимается как необходимая часть системы образования, сопровождающая человека непрерывно на протяжении всей жизни.

В настоящее время существуют и активно действуют специализированные программы для пожилых. Система народных университетов третьего возраста получила государственную поддержку на Федеральном, региональных и местных уровнях в программах «Старшее поколение».

Сегодня во всех центрах социального обслуживания г. Москвы работают на постоянной основе Университеты третьего возраста. Среди программ и факультетов стоит отметить «Здоровье и физическая активность», «Культура и искусство», факультет психологической поддержки личности, факультет юридической безопасности для пожилых людей и др. Основными целями деятельности «Университета» являются:

- повышение качества жизни граждан старшего поколения;
- создание благоприятных условий для самообразования и самосовершенствования;
- получение новых знаний, обучение новым умениям и навыкам;
- повышение психологической компетенции пожилых людей и др.

Анализ развития теории и проблем образования и диалогичности мышления в частности, в пожилом возрасте за рубежом и в России позволяет сделать вывод о том, что главными социальными факторами и социальными предпосылками, определяющими сущность образования данной целевой группы являются: непрерывное обучение, социализация, нахождение новых ориентиров в жизни, саморазвитие, организация собственной биографии для поддержания автономного существования в жизни и самостоятельного решения повседневных проблем. Задача образования в пожилом возрасте представлена зарубежными и отечественными исследователями не только как процесс адаптации и компенсации потерь в связи с возрастными изменениями, а как особая образовательная культура, формирующая новый облик старости – продуктивной, компетентной, деятельной, наполненной жизненной энергией, опытом, мудростью пожилых.

Обобщение зарубежного и отечественного опыта функционирования общественных институтов геронтообразования говорит в пользу использования группового вида обучения, который характеризуется общедоступностью, открытостью для всех желающих, гибкостью для удовлетворения разнообразных потребностей. Для этого вида характерна модульная основа.

В процессе обучения хорошо зарекомендовали себя лекционные занятия, тренинги, ролевые игры, создающие не только положительный эмоциональный настрой, взаимное доверие и непринужденную атмосферу, но и обеспечивающие осмысливание проблемы в контексте жизненного опыта, собственных представлений о явлении. В этой связи особое место в системе методов обучения имеет биографический подход. Воспоминания о прошлом позволяют пожилым людям осмыслить свой опыт, передавать его молодым поколениям. На основе актуализируемого воспоминания у пожилых людей открываются новые возможности их воздействия на общество [5, с. 114].

Благодаря неформальному общению члены группы обретают чувство собственного достоинства, значимости, социального признания и поддержки окружающих, взамен прежнего одиночества, личностного отчуждения.

Литература

1. Гордин А.И. Роль развития диалогичности мышления в жизни человека «третьего возраста» // Теория и практика педагогической науки в современном мире: традиции, проблемы, инновации. Материалы международной научно-практической конференции. Часть 2. Новокузнецк, 2014.
2. Ермолаева М.В. Психолого-педагогическое сопровождение пожилого человека: субъективный подход, дис. ... д-ра психол. наук, М., 2010.
3. Змеев С.И. Андрагогика: основы теории и технологии обучения взрослых / С.И. Змеев. – М.: ПЕР СЭ, 2003.
4. Кучинский Г.М. Диалог в процессе совместного решения мыслительных задач // Проблема общения в психологии / под ред. Б.Ф. Ломова. М., 1981.
5. Лебедева Н.В. Обучение пожилых людей: психотерапия в социальном обслуживании // Опыт организации деятельности социальных служб: состояние, региональные особенности, перспективы развития. Материалы II Международной научно-практической конференции / под ред. М.В. Воронцовой, В.Е. Макарова. Ч. 2. – Таганрог, 29.05.2015. – Таганрог: РГСУ, Изд-ль С.А. Ступин, 2015.
6. Поликарпов В.А. Формирование межличностных отношений в процессе диалогического решения мыслительных задач // Психологический журнал, 1989. Т. 10. № 3.

Представления о старости в японской поэзии**Каяшева О.И.**

Изучение представлений (или образов, возникающих на основе прошлого опыта посредством психических процессов воображения и памяти) о старости является актуальным и востребованным в настоящее время. Возрастной период после 65 лет характеризуется снижением эффективности психических и психофизиологических функций. Феномен старости внутренне противоречив, поскольку каждый человек стремится пройти полный цикл своего жизненного пути, но в то же время состояние старости внушает человеку страх утраты полноты жизни. В России проблема старости осложняется в связи с кризисами во всех сферах жизни, утратой смысла дальнейшей жизни и чувством бессилия. Старость может восприниматься как болезнь, некоторое отклонение, но возможно и более глубокое экзистенциальное понимание старости, связанное с гуманностью и духовностью, как отдельной личности, так и общества в целом [3].

Понимание старости имеет определенную культурно-историческую основу. Контекст старости менялся в зависимости от ценностей общества. Так, например, в сочинениях древнегреческого мыслителя Аристотеля было отмечено, что душе человеческой свойственно познавать, ощущать, думать. Под действием души происходит рост, зрелость и упадок человека. Разумная душа идеальна, она отделима от тела, ее сущность божественна и бессмертна. После смерти тела она возвращается в бестелесный эфир воздуха. Старость Аристотелем понимается как естественная болезнь, приводящая к смерти человека. Тело человека ограничено во времени своего существования, но душа бессмертна [1].

Старики привязаны, как отмечает Аристотель в труде «Риторика» (Глава XIII «Черты характера, свойственные старости»), к жизни и для них харак-

терна противоречивость во многом, они злонравны, эгоистичны подозрительны, недоверчивы вследствие своей опытности, трусливы, себялюбивы, живут ради выгоды и живут больше воспоминаниями, чем надеждой, остаток жизни их короток, а прошлое длинно, они проводят время в разговорах о прошлом, т.к. испытывают удовольствие, предаваясь воспоминаниям. Гнев стариков пылок, но бессилён, люди в возрасте кажутся благоразумными, ибо страсти их ослабели и служат выгоде, обиды они наносят, в отличие от юношей, по злему умыслу, а не из-за дерзости. Не чужды старики сострадания, на все бедствия они смотрят, как на близкие себе. Они прожили много лет, поэтому ничего не утверждают наверняка и все делают в меньшей мере, чем следует [1].

Еще более сложные представления о старости мы находим в японской литературе. Старость тесно связана со смертью, но смерть не является злом, она – переход души из одного состояния в другое. Каждая душа переживает множество перерождений, согласно религиозным традициям, распространенным в Японии. Смерть – это начало новой жизни. Так, в сказке для детей Тосико Кандзава «Как бабушка была паровозом» говорится о том, что душа бабушки прошла через различные воплощения. Созерцательное отношение к сопровождающим смерть человека аспектам показано в стихотворении Рансецу [2, с.109]:

Сухой лист
Тихо падает,
Лаская надгробный камень.

Для произведений японской литературы характерны сюжеты, связанные с самопожертвованием человеком и необходимостью выполнить им свой долг. Достаточно часто отмечается в мифах, сказках, современной литературе суицидальное поведение героев ради достижения значимой цели (убедить господина не совершать какой-либо поступок, сопроводить супруга в иной мир и др.) и подобное поведение может не осуждаться, как в западной традиции, а являться свидетельством стойкости, доблести человека.

Сложности жизни в Японии (многовековые гражданские войны, природные катаклизмы, ограниченность ресурсов и др.) позволили создать особую специфику поэзии этой страны. Приведем строки стихотворения Оэ-но Тисато [4]:

Наша брэнная жизнь
непрочна и недолговечна,
как осенний листок,
что, цепляясь за ветку клена,
под порывом ветра трепещет...

Японская поэзия показывает глубокие внутренние переживания мгновений жизни в настоящем, созерцание событий, кажущихся малозаметными для представителей западной культуры. Отметим строки Керай [4, с.96]:

Первый иней.
Луна бледна.
Осеннее озеро.

Отношение к старости связано с демонстрацией уважения к старшим членам семьи, их опыту, но с другой стороны в произведениях отмечаются и проблемы данного возрастного периода. Старость может привести к ощущению полноты жизни, раздумьям о прошлом, его оценке, принятию прошлой жизни такой, какой она была, принятию неизбежной смерти. Основным приобретением старости в таком случае становится мудрость. На другом полюсе, как отмечает Э. Эриксон, – отчаяние, ощущение того, что жизнь прожита зря, прошлое оценивается в старости негативно, выделяются потеря веры в себя и других, страх смерти. Японские стихотворения могут быть связаны с двумя подобными полюсами представлений о старости.

Негативные изменения физических аспектов в старости были отмечены во многих произведениях. Поэт Фудзивара Тосиюки описывает не только негативные изменения, но и конструктивные аспекты, предполагающие переосмысление жизни и принятие старости [4]:

Что напрасно пенять
на немощь дряхлеющей плоти?
Пусть состарился я – но,
когда бы тех лет не прожил,
не познал бы радости ныне!..

Бусон сопоставляет старость с зимним периодом угасания жизни [4]:
Зимняя слива.

Корявые пальцы к ветке
Тянет старик.

Старость может быть связана с переживаниями человека вхождения в период старости, сложностями ее принятия. Фудзивара Садаиэ пишет [4]: «...Вишни в дворцовом саду! Верно, вам грустно глядеть, Как я постарел в разлуке».

В стихотворениях отражены опасения авторов перед предстоящим периодом старости. Так, Аривару Нарихира говорит [4]:

Вешней вишни цветы!
Молю, поскорей заметите
все тропинки в горах,
чтобы в эти чертоги старость
никогда не нашла дороги...

Приведем другие строки в стихотворении Оно-но Комати:
Вот и краски цветов поблекли,
пока в этом мире я беспечно жила
созерцая дожди затяжные и
не чая скорую старость...» [4]

Более сложное описание старости предлагает Яманэ Окура [2, с.292]:

Седеют волосы
И старость уж приходит,

А все-то человек
 Без пользы
 Жизнь проводит!
 И если старость к нам с вопросом обратится –
 Как провели мы жизнь,-
 Придется нам стыдиться.

В других стихотворениях Яманоз Окура добавляет: «Старость- гость незванный. Это верно» [2, с.294], «Когда ко мне она придет... Я дверь запру и крикну вслед: «Меня – простите – дома нет!» [2, с.295].

Идзуми Сикибу пишет строки о принятии старости [4]:

В сумерках года печалюсь о своей старости
 Стала считать и вижу:
 Остатней доли зимы
 И той у меня не осталось.
 О том, что состарилась я,
 Печали нет и в помине.

Мы приходим к выводу, что произведения японской поэзии, могут предоставить необходимые данные для изучения представлений о старости как о сложном возрастном периоде. Становится возможным выявление произведений, характеризующихся системой конструктивных представлений о старости (мудрость, созерцание, переосмысление, принятие, творчество, любовь к миру, природе, принятие предстоящей смерти и др.), неконструктивных (старость как немощность, дряхление, ненужность, увядание, пассивность, желание избежать возрастных изменений, страх старости и смерти, представление о старости как о периоде лишений, ухудшения отношений с близкими и др.) и амбивалентных произведений, в которых представления авторов о старости смещаются от одного полюса к другому (мудрость – потеря рассудка, ценность – ненужность и др.).

Литература

1. *Аристотель*. Риторика. – М.: Лабиринт, 2000.
2. Классическая японская поэзия. – М.: ООО «Дом славянской книги», 2011. – 320 с.
3. *Коротчик Н.А.* Старость как культурно-исторический феномен (опыт философского исследования): Дисс. канд. философ. наук. – СПб., 1995. – 189 с.
4. Японская поэзия: Сборник. – СПб, 2000. – [Электронный ресурс]. – http://lib.ru/JAPAN/japan_poetry.txt (дата обращения 02.09.2015).

Психологические особенности эмоциональной сферы пожилых людей, определяющие их образ жизни

Косинова В.В.

Во всем мире растет число пожилых людей и их активность, именно поэтому изучение особенностей психики человека, достигшего пожилого возраста, на наш взгляд, крайне необходимо.

Следует отметить, что по отношению к людям, находящимся в этой возрастной категории, определяется здоровье общества, нации, потому что проблемы старения, психологического и социального самочувствия, а также смерти пожилых людей приобретают не столько личностный или семейный характер, сколько значимый социальный характер, прямо или опосредованно затрагивая интересы всех членов общества, в том числе влияя на реализацию их экономических и социальных интересов [1].

В современном российском обществе имеет место ускоренное по сравнению с промышленно развитыми странами Запада старение населения, обусловленное во многом неблагоприятной социально-экономической ситуацией, сложившейся в условиях системного кризиса. А ведь в сложившейся на сегодняшний день ситуации особенно важным становится разработка комплексных подходов к решению проблем пожилых людей.

Человек «входит» в эту новую для него возрастную категорию выходя на пенсию, то есть когда теряет свои привычные социальные роли, а новые еще не определены. Это деморализует многих пожилых людей, так как они лишены социальной идентичности, что в свою очередь, оказывает негативное влияние на психологическую стабильность [3].

Изменения, происходящие с человеком, требуют от него переосмысления ценностей, отношения к себе и к окружающему, поиска новых путей реализации активности.

В современном обществе мы наблюдаем расслоение старшего поколения: у одних происходит успешное вхождение в новые ролевые отношения, они не склонны драматизировать переход к пенсионному образу жизни, полностью используют появившееся свободное время, в то время как у других происходит изменение смысла жизни, его сужение вплоть до элементарного желания выжить, и тогда этот процесс адаптации происходит долго, болезненно, сопровождается переживаниями, пассивностью, неумением найти новые занятия, новые контакты, по-новому взглянуть на себя и окружающий мир.

Для выявления психологических особенностей пожилых людей особый интерес представляет исследование эмоциональной сферы, потому что оптимистично настроенный человек может легко адаптироваться к новой социальной ситуации, то есть к пенсионному периоду жизни и успешно войти в новые ролевые отношения, а также принять ценностные нормы, эталоны, традиции общества в целом и пожилых людей в нем.

Актуальность данной темы обусловило выбор цели исследования, которая заключалась в изучении и анализе особенностей эмоциональной сферы пожилых людей, определяющих их образ жизни.

Предметом исследования было изучение взаимосвязи личностных особенностей (в виде характеристик эмоциональной сферы) и направленности на активный образ жизни.

В исследовании принимали участие 40 пенсионеров в возрасте от 60 до 74 лет, живущих в городе Москва. Из них – работающих пенсионеров было – 17 человек (43 %), неработающих пенсионеров – 23 человека (57 %), пенсионеров с высшим образованием – 19 человек (48 %) и пенсионеров со среднеспециальным образованием – 21 человек (52 %).

Гипотеза исследования заключалась в предположении о том, что пожилые люди, сумевшие адаптироваться к новой социальной ситуации (к пенсионному периоду жизни), отличаются особыми психологическими характеристиками личности, которые обеспечивают гармоничную жизнь в указанном возрастном периоде.

Методы исследования включали в себя:

1. Тест жизнестойкости С. Мадди;
2. Методика «Определение эмоциональной направленности» Б.И. Додонова;
3. Методика «Ценностные ориентации» М. Рокича;
4. Метод наблюдения и индивидуальной беседы [2];
5. Методы математической обработки данных.

При обработке результатов применялся количественный и качественный анализ.

В результате проведенного исследования мы пришли к следующим выводам:

1. Подтвердилась общая гипотеза исследования, заключающаяся в предположении о том, что люди, которые принимают факт пожилого возраста, умеют радоваться жизни и хорошо адаптированы к создавшимся условиям отличаются особыми характеристиками личности.

2. При сравнении выборов терминальных ценностей (между испытуемыми с высшим образованием и среднеспециальным образованием) по «значимому диапазону» испытуемые с высшим образованием более высоко оценили: 1) духовную и физическую близость с любимым человеком и счастье в браке (по 33 %), 2) физическое и психическое здоровье (30 %), 3) наличие хороших и верных друзей и обеспеченную жизнь (по 17 %), 4) интересную работу и уверенность в себе (по 15 %), а испытуемые со среднеспециальным образованием самую высокую оценку дали: 1) наличию здоровья (50 %), и только потом – любовь (41 %) и наличие хороших и верных друзей (32 %), 3) счастье в браке (31 %), 4) обеспеченная жизнь (30 %). По «незначимому диапазону»: испытуемые с высшим образованием низко оценили развлечения – 35 % испытуемых, а также – продуктивную жизнь (максимально полное использование своих возможностей, сил и способностей) – 25 %; испытуемые со среднеспециальным образованием – возможность творческой деятельности – 38 %, развлечения – 33 %, познание, красоту природы и счастье других (по 25 %).

Очень интересно распределились баллы такой ценности, как «познание», включающую в себя возможность расширения своего образования, кругозора, общей культуры и интеллектуальное развитие: у испытуемых с высшим

образованием эта ценность попала в число значимых ценностей, тогда как у испытуемых со среднеспециальным образованием – в незначимый диапазон.

Таким образом, познание как абстрактная ценность, является приоритетной для людей с высшим образованием и несущественной для испытуемых со среднеспециальным образованием. Возможно, это связано с общей тенденцией к личностному развитию.

Кроме того, анализ данных позволил заметить, что половина испытуемых, имеющих среднеспециальное образование, считает неоспоримой ценностью здоровье, тогда как для людей с высшим образованием более значимыми явились любовь и счастье в браке. При этом, можно предположить, что не институт брака сам по себе, а та взаимная поддержка, которую предполагают супружеские отношения.

Значимые различия между выборками испытуемых проявились в оценке следующих ценностей – наличие друзей – очень значимо для испытуемых со среднеспециальным образованием. В то время как для испытуемых с высшим образованием это не является абсолютной ценностью, что может свидетельствовать о том, что общение с людьми ценно для испытуемых со среднеспециальным образованием, тогда как испытуемые с высшим образованием самодостаточны.

3. Самостоятельное творчество, независимо от его уровня, так же как и любое другое увлечение (хобби), тоже становится смыслообразующим мотивом, который, возглавляя иерархию мотивов личности, помогает придать смысл другим стремлениям и потребностям пожилого человека.

4. Если деятельность происходит в группе единомышленников, то у людей пожилого возраста формируется адекватный, пусть даже и не очень широкий, но устойчивый круг общения, который расширяет временную перспективу.

Таким образом, результаты данного исследования, а также комплексный, ориентированный на весь процесс жизни, анализ и последующие исследования могут дать ученым возможность понять процесс старения в его взаимосвязи с психологическими особенностями пожилых людей.

Литература

1. *Анцыферова Л.И.* Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М.: Издательство «Институт психологии РАН», 2004.
2. *Батаршев А.В.* Тестирование: Основной инструментарий практического психолога: Учеб. пособие. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: «Дело», 2010.
3. *Ермолаева М.* Практическая психология старости. – М.: Изд-во «ЭКСМО-Пресс», 2002.

Теории ресурсного потенциала и практика их реализации в работе с пожилыми людьми

Марченко Т.А.

В социально-демографической структуре современного общества, среди объектов социальной поддержки и помощи, одно из первых мест занимает кате-

гория пожилых людей. Качественные и количественные характеристики современной системы социальной защиты населения свидетельствуют о том, что она имеет в основном дело с людьми ресурсозависимыми, и, именно поэтому, по мнению значительного числа более молодых членов общества, не способными что-либо менять в своем образе жизни. Такой негативный стереотип пожилого человека приводит к его стигматизации. Результатом стигматизации обычно становится полное или частичное отторжение пожилого человека от широкого общества, приводящее к феномену социальной смерти, причем как со стороны общества, так и со стороны самого индивида. Стереотип самого себя в старости особенно опасен, так как в этот период требуется активное приспособление к постоянно меняющемуся себе, причем изменения связаны с уменьшением возможностей, что создает стрессовые ситуации, которые, в свою очередь, считаются одними из ключевых факторов ускоренного патологического старения.

Увеличение числа пожилых людей в обществе, которое способствовало восприятию старости как социальной проблемы, заставляет современную науку концентрировать внимание на изучении вопросов социальных, психофизических возможностей пожилых людей, обоснования программ здорового образа жизни и активного долголетия пожилого человека, в том числе специфики его трудовой деятельности, возмещения социальных рисков, его социального обслуживания, формирования идентичности каждого возрастного периода, гармонизации отношений между поколениями, а также проблемы геронтокультуры общества. Ведь при активной адаптации к старческим условиям существования процессы ресоциализации и включенности в общественную жизнь могут даже усилиться, поскольку психологическое самочувствие пожилых людей во многом зависит от отношения к будущему.

Центральным в государственной социальной политике является принцип социально приемлемого и реально возможного сочетания полноценного участия пожилых людей в жизни общества, заботы о них со стороны государственных и общественных институтов, обеспечения правовых условий для удовлетворения их потребностей и реализации накопленного в течение жизни потенциала [4].

Особое место в Концепции государственной социальной политики в отношении граждан старшего поколения занимает схема реализации политики активного долголетия, поддержание социально-культурной активности пожилых людей, разработка и реализация программ по обеспечению деятельности образовательного, просветительского, культурно-развлекательного и информационного характера, адресованных различным группам пожилых людей, с акцентом на преодоление социального отчуждения, освоение требований изменяющегося окружения и взаимодействие с ним, создание условий для расширения неформальных контактов через организацию различных клубов для пожилых людей, развитие сети спортивно-оздоровительных центров и туризма для пожилых людей.

В настоящее время термин «потенциал» представлен как совокупность качеств субъекта или особое интегральное качество, которое выполняет функцию «реализации» субъекта, т.е. определяет и обеспечивает эффективность осуществления им в данных объективных условиях всех видов жизнедеятельности [2].

Ресурсы клиента можно рассматривать с точки зрения их природы, источников и полезности. Они могут быть, во-первых, внутренними, внешними, или смежными по отношению к лицу или коллективу; во-вторых, официальными (формальными) или неофициальными (неформальными); в-третьих, реально существующими или потенциальными (скрытыми); в-четвертых, в разной мере управляемыми с точки зрения их использования для достижения определенной цели; в-пятых, материальные и нематериальные и др. [1].

Понятие «ресурсный потенциал» выражает способности человека к активному действию. В сознании личности или группы (объекта социальной защиты) оно трансформируется в представление о необходимых для данной деятельности социальных качествах, умениях, способностях, служа необходимой предпосылкой для включения индивида в систему общественных связей, которая является одновременно результатом усилий как институционального, так и общественного потенциалов.

Именно поэтому, проблема активизации ресурсов личности человека, политика активного долголетия в настоящее время в социальной работе занимает одно из ведущих мест. Для клиентов социальных служб подобные подходы рассматриваются как фактор повышения качества жизни и ее эффективности. Личностный потенциал отражает степень преодоления личностью определенных обстоятельств, и, в конечном счете, преодоление личностью самой себя, а также меру прилагаемых ею усилий по работе над собой и над определенными обстоятельствами своей жизни.

Для осуществления цели ресурсно-потенциального подхода необходимо классифицировать клиентов социальной защиты по критерию ресурсных потенциалов личности, подобрать адекватные виды социальной защиты и технологии социальной деятельности. Критерии классификации известны:

- возрастной ресурсный потенциал;
- ресурсный потенциал здоровья;
- ресурсный потенциал способности к самообслуживанию и самообеспечению;
- трудовой и профессиональный ресурсные потенциалы;
- ресурсный потенциал мотивации на самообеспечение;
- материальный ресурсный потенциал;
- ресурсный потенциал трудоспособности (трудоспособность существенно не ограничена);
- ресурсный потенциал образования (образование высшее, незаконченное высшее, среднее специальное и др.);
- степень стремления приобретать новые знания и навыки;

- уровень мотивации на самообеспечение;
- степень мотивации на занятость;
- степень мотивации на оказание помощи другим людям;
- возможность в трудных жизненных ситуациях получить помощь от друзей, родственников, детей, соседей;
- возможность в трудных жизненных ситуациях получить помощь от социальных служб и других организаций социального профиля и др.

Учитывая условия современной социально-экономической ситуации, государство и общество стараются использовать всесторонний потенциал пожилых людей в связи со следующими обстоятельствами: повсеместно испытывается недостаток рабочей силы, и эта тенденция продолжает расти; значительная часть пожилых имеет неоченимый личностный и профессиональный потенциал, использование которого экономически выгодно и социально значимо; многие пожилые люди сохраняют в себе потребность трудиться, обладают мотивацией обучения и даже освоения новой профессии, что создает условия для предупреждения эмоционального угасания выработки самостоятельной позиции в обществе и повышения качества их жизни.

Создание условий и механизмов сохранения или повторной интеграции пожилых людей в сферу профессиональной деятельности представляется в современной демографической ситуации вопросом повышенного значения. С одной стороны, сохранение пожилых в сфере формальной занятости по некоторым профессиональным группам может компенсировать дефицит кадрового обеспечения и недостаточный приток молодых кадров. С другой стороны, формальная занятость пожилых людей сохраняет устоявшиеся социальные связи, поддерживает состояние общественной полезности, что для пожилых является одним из факторов удовлетворенности жизнью. Безусловно, и вопрос дополнительного дохода является немаловажным, учитывая существующий уровень пенсионного обеспечения.

Таким образом, социально значимой задачей современной социальной службы является задача не только создания условий для достойной жизни пожилых граждан, но и установления гармоничных отношений с социальным окружением, расширения возможности использования резервных возможностей, социальной коммуникации и социальной активности граждан старшего поколения. В данном контексте под собственными резервными возможностями клиентов понимаются их ресурсы – те средства, которые используются в случае необходимости, источник будущего действия, внутренняя возможность. Для того чтобы мобилизовать возможности индивида группы или общества, перевести ресурс из резервного состояния в действующее, нужна определенная сила – внутренняя или внешняя. Внешней силой в социальной защите, с одной стороны, выступают субъекты социальной работы. С другой стороны – обстоятельства, жизненная позиция клиента.

В этих условиях деятельность специалистов социальных служб должна быть ориентирована на использование резервных возможностей клиентов, которые сегодня представляют более образованных, с возросшими духовными запросами, желающих реализовать сохранившийся интеллектуальный и общественный потенциал граждан [3].

Литература

1. *Гинсбург М.В.* Ресурсы клиента как важнейший фактор оказания социальной помощи // Успехи современного естествознания. 2006. № 11.
2. *Замараева З.П.* Институционализация социальной защиты населения в условиях современной России: Дис. ... канд. социол. наук. М., 2007.
3. *Пэйн М.* Социальная работа: современная теория: учебное пособие / Малькольм Пэйн; под ред. Дж. Камплинга; пер. с англ. О.В. Бойко (гл. 1–11) и Б.Н. Мотенко (гл. 12–14); науч. ред. русск. текста докт. филос. наук, проф. И.В. Наместникова. – М., 2007.
4. *Старовойтова Л.И.* Система социальной защиты в современный период // Новый университет. Серия: Актуальные проблемы гуманитарных и общественных наук. 2011. № 2 (2).

Личностные корреляты отношения к старости

Молчанова О.Н., Харитонов А.В.

В современном обществе с периодом поздней взрослости связаны многие стереотипы и искаженные представления о пожилых людях. Существует большой пласт исследований, изучающих стереотипы старости и эйджизм, в которых, в частности, доказывается, что отношение общества к старости напрямую влияет на качество жизни пожилых людей [1; 2; 3 и др.]. Исследования в этой области показывают, что пожилые люди, подверженные влиянию негативных стереотипов имеют более негативное самовосприятие и низкую самооценку, хуже справляются со стрессом, менее продуктивно мыслят, и, что, возможно, важнее всего, негативные стереотипы существенно понижают их желание жить, что, в свою очередь, приводит к уменьшению продолжительности жизни. В частности, исследования Б. Леви и ее коллег показали, что пожилые люди, имеющие позитивные стереотипы старости, живут на 7,6 лет дольше, чем их сверстники, подверженные влиянию негативных стереотипов [3]. Экспериментально доказывалось, что самовосприятие пожилых людей, качество их жизни можно улучшить, снизив влияние негативных установок общества по отношению к ним.

Возрастные стереотипы, в частности, представления, связанные со старением и старостью, усваиваются на протяжении всего жизненного пути человека, начиная с самого раннего возраста, а затем сказываются на людях, когда они сами стареют. Какие это будут стереотипы; как человек будет относиться к старости и осмысливать свой пожилой возраст; будет ли он принимать свое старение со всеми его сильными и слабыми сторонами или нет, считая старость тяжелым бременем; какой вариант жизни будет выбран в поздней взрослости – ответы на эти вопросы зависят от целого комплекса связанных

между собой факторов. Огромную роль в становлении отношения человека к старости, а, следовательно, в формировании индивидуального типа старения играет не только общественное мнение, социальные и культурные установки в отношении старых людей, но и личностные особенности самого человека, специфика его жизненного пути на предшествующих стадиях.

Цель настоящего исследования заключалась в изучении вопроса: существует ли связь между демографическими переменными (возраст, пол, семейное положение и др.) и личностными особенностями (жизнестойкость, временная перспектива, субъективное благополучие, уровень тревожности, экзистенциальные страхи) взрослых людей, с одной стороны, и отношением к старости, с другой.

Выборка состояла из 50 респондентов (26 мужчин, 24 женщины) в возрасте от 18 до 60 лет. Для выявления личностных параметров применялись следующие методики: опросник временной перспективы Ф. Зимбардо (вариант, адаптированный А. Сырцовой, Е.Т. Соколовой, О.В. Митиной); методика Т.А. Гавриловой и О.В. Макаровой, направленная на выявление экзистенциальных страхов; тест жизнестойкости (адаптация Д.А. Леонтьева, Е.И. Расказовой); шкала личностной тревожности в адаптации Ю.Л. Ханина; дифференциальный опросник переживания одиночества (Е.Н. Осин, Д.А. Леонтьев); тест удовлетворенности жизнью (адаптация А.А. Рукавишников). Для определения демографических и других параметров (возраст, пол, семейное положение, количество старших родственников, количество детей, частота общения с пожилыми родственниками) использовалась анкета. Отношение к старости и пожилым людям определялось с помощью техники ассоциаций (нужно было подобрать по 3–5 ассоциаций к понятиям «Старость», «Старение» и «Старый человек») и метода семантического дифференциала, составленного на основе результатов ассоциаций (шкалировались понятия «типичный старый человек», «Я», «Я в старости», «мой пожилой родственник»).

По результатам исследования наиболее позитивно респонденты оценивали свое «Я» в настоящем и своего пожилого родственника, а наименее негативно – типичного старого человека, которого считают скорее больным, слабым, несчастным, пассивным, изолированным, но в то же время – добрым и мудрым.

Согласно полученным результатам, параметры «пол», «возраст», «семейное положение», «количество детей», «количество старших родственников» не имеют значимых корреляций с восприятием старения, старости и пожилых людей. Только частота общения с пожилыми родственниками прямо связана с восприятием себя как в старости (коэффициент корреляции Спирмена 0,761 при $p < 0.01$), так и в настоящий момент (0,739), а также с восприятием старости и старения в целом (0,719). Общение с пожилыми родственниками, по-видимому, является одним из основных источников позитивной информации о пожилых людях и их жизни, а также является необходимым в формиро-

вании позитивной самооценки и положительного представления о старости, включая свою собственную.

Что касается личностных параметров, то наиболее сильные корреляции были обнаружены с параметрами временной перспективы и жизнестойкости. В частности, были выявлены отрицательные корреляции между отношением к пожилому родственнику и ориентацией на фаталистическое настоящее ($-0,415$ при $p < 0.01$) и негативное прошлое ($-0,422$; $p < 0.01$), а также положительные связи между ориентацией на позитивное прошлое и общим отношением к старости, «Я» и «Я в старости». Для других двух временных ориентаций – Гедонистического настоящего и Будущего – не было выявлено значимых корреляций с отношением к старости и к пожилым людям. Интересно, что ориентация на прошлое оказалась сильнее связана с восприятием старости, нежели ориентация на будущее. Данный результат показывает, что именно приятие или неприятие своей прошлой жизни, ее позитивная или негативная оценка в большей степени связаны с эмоциональной оценкой старости. Известно еще с исследований Э. Эриксона, что те, кто свою прошедшую жизнь не принимает, видит в ней только ошибки и разочарования, имеют в позднем возрасте низкий уровень субъективного благополучия, испытывают отчаяние и недовольство собой. Однако, полученный нами результат показывает, что ориентация на негативное или позитивное прошлое в различные периоды взрослости также связана с наличием позитивных или негативных стереотипов по отношению к старости и пожилым людям в целом, что в дальнейшем, в пожилом возрасте, и будет, возможно, формировать удовлетворенность или неудовлетворенность своей прожитой жизнью, а, следовательно, влиять на становление благоприятного или неблагоприятного вариантов старения.

Общий показатель жизнестойкости коррелирует с общим отношением к старости ($0,577$; $p < 0.01$), а также с отношением к пожилым родственникам ($0,630$) и с представлениями о себе в старости ($0,572$). Вовлеченность и контроль – структурные компоненты жизнестойкости также позитивно связаны с отношением к себе в старости, отношением к старшему родственнику и к старости в целом.

Довольно неожиданным результатом оказалось отсутствие корреляций отношения к старости и пожилым людям с личностной тревожностью, переживанием одиночества и удовлетворенностью жизнью. По-видимому, эти шкалы отражают то, как человек на данном этапе своей жизни реагирует на повседневные сложности и насколько спокойным, довольным, вовлеченным в дружеские отношения он себя чувствует, т.е. отражают состояние дел в настоящем, а отношение к старости, как выяснилось, в первую очередь зависит от оценки своей прожитой жизни.

Выраженность экзистенциальных страхов в группах людей с позитивным и негативным отношением к старости имела как сходные, так и отличитель-

ные черты. В группе с позитивным отношением к старости наиболее выраженными были следующие страхи (в порядке убывания): страх перед неизбежностью окончания жизни, страх остаться без любви, страх прожить жизнь бессмысленно (боязнь не найти свой смысл), страх перед ненужностью. В группе с негативным отношением к старости наиболее сильным был страх страданий, за ним следовал страх остаться без любви, страх одиночества, страх перед неизбежностью окончания жизни. В целом в 1-й группе в большей степени выражены страхи бессмысленности жизни и собственной ненужности, что, по-видимому, отражает активную позицию человека. Можно предположить, что насыщенная, деятельная, полезная, осмысленная жизнь связана с более позитивными стереотипами старости, хотя она и не защищает от переживания экзистенциальных страхов.

Итак, ориентация на позитивное прошлое, высокая жизнестойкость, активный образ жизни в большей мере связаны с позитивными представлениями о периоде поздней зрелости и о пожилых людях. Следовательно, вполне вероятно, что именно эти личностные особенности будут влиять на становление благоприятного варианта старения, со способностью в пожилом возрасте испытывать чувство полноты жизни и собственной целостности, воспринимая и переживая свой возраст не только как период утрат и разочарований, но и как период обретений нового содержания и смысла. Конечно, полученные результаты и высказанные предположения корректно считать предварительными. Тем не менее проведенное исследование позволяет построить стратегию дальнейшего изучения воздействия установок по отношению к старению и старости на индивидуальные варианты старения.

Литература

1. Краснова О.В. Стереотипы пожилых и отношение к ним // Психология зрелости и старения, весна. 1998 (1).
2. Levy B.R. Mind matters: Cognitive and physical effects of aging self-stereotypes // Journal of Gerontology: Psychological sciences. 2003. Vol. 58. № 4.
3. Levy B.R., Slade M.D. Kunkel S.R., Kasl S.V. Longevity increased by positive self-perceptions of aging // Journal of Personality and Social Psychology. 2002. Vol. 83. № 2.

«Гражданин онлайн» – программа повышения социальной активности пожилых людей

Паламонов И. Ю.

Проблемы старения интересны не только исследователям, и не только пожилым людям, но и тем, у кого есть стареющие родители, и тем, кто понимает, что сам с течением времени будет находиться в этом возрасте. Всех интересует то, как пожилым людям достигнуть состояния, называемого «активное долголетие». Исследователи определяют этот феномен состоящим из трех основных фундаментальных элементов: функциональное состояние, духов-

ность и трансцендентность. Причем в каждом названном элементе человек должен испытывать удовлетворенность жизнью, смыслом и целью в жизни, что и обеспечивает активное долголетие [10].

Важные открытия на основе лонгитюдных исследований были сделаны американскими учеными, доказавшими, «что старость – это взаимодействие многих биологических, психологических и социальных процессов, и это оказывает множественный эффект на развитие. В то время, когда активность одних функций ухудшается, в других функциях могут иметь место процессы развития и компенсации» [4, с. 10]. Однако, социальные «конструкты для оптимизации «третьего» возраста недоразвиты. Недостаточно социальных ролей, которые общество предлагает пожилым гражданам. Кроме того, привычный общественный акцент на экономической эффективности не трансформирован в другие формы продуктивности в пожилом возрасте, например, формы самовыражения, в том числе во взаимодействии с другими поколениями» [6].

Старение населения происходит во всем мире. Согласно Четвертого доклада отдела народонаселения департамента по экономическим и социальным вопросам Организации Объединенных Наций «Старение мирового населения, 2013», «доля пожилых людей (в возрасте 60 лет и старше) увеличилась с 9,2 процента в 1990 году до 11,7 процента в 2013 году и будет продолжать расти, как доля мирового населения, достигнув 21,1 процента к 2050 году, в глобальном масштабе число пожилых людей вырастет, как ожидается, более чем в два раза, с 841 миллионов человек в 2013 до более чем 2 млрд в 2050 году» [14].

Именно эти демографические изменения вызывают необходимость решать новые социальные и экономические задачи, направленные на удовлетворение потребностей пожилых людей, позволяющих им иметь долгую, здоровую и продуктивную жизнь, сформулированные в Федеральном законе № 442-ФЗ «Об основах социального обслуживания граждан в Российской Федерации» как цели «улучшения условий жизнедеятельности и расширения ... возможностей самостоятельно обеспечивать свои основные жизненные потребности» пожилым населением. Проблема старения, как потеря активной жизнедеятельности, воспринималась фатальной. С середины 1970-х годов произошел концептуальный поворот подхода к этой проблеме – были подвергнуты сомнению причины многих изменений в организме людей, объясняемые ранее старением [8].

Наблюдая за детьми, мы видим, что вся их жизнедеятельность – это творчество в движении. Растущий человек удовлетворяет стремление мозга к новой и новой деятельности. Однако одновременно психика человека образует стереотипы мышления и поведения, с целью освободить ресурсы для дальнейшего познания. Монотонная деятельность приводит к накапливающейся усталости, в состоянии которой может нарушаться «нормальное течение мыслительных процессов... [особенно ярко] ...это происходит при болезненных эмоциональных реакциях и состояниях» [1, с. 87].

Для большинства пожилых людей, стремление к «независимой» от работы жизни на пенсии, на самом деле является первым шагом к своей собственной зависимости. Джон Бэрримор выразился так: «Человек не стар до тех пор, пока сожаление не заняло место мечтаний» [7, р. 141]. Исследования в области отношения и поведения пожилых людей выявило, что тревоги, связанные с будущим неблагоприятным здоровьем менее важны, чем опасения по поводу потери возможности, быть таким каким хотелось бы [13].

Исследования коллектива, возглавляемого Н.П. Бехтеревой, продемонстрировали, что от влияния внутренних факторов у мозга человека наиболее слабая защита, поэтому даже замедление процесса познания нового будет вызывать «внутренние самокопания», способствующие формированию негативных эмоциональных состояний, в свою очередь еще более тормозящих работу мозга и нарушающих большинство видов деятельности. Учитывая полифункциональность мозга, обеспечивающего наряду с умственной, эмоциональной и двигательной деятельностью, функционирование внутренних органов, это приводит к ухудшению здоровья [1, с. 87]. «Наиболее выгодным с точки зрения длительности плодотворных фаз жизни является наличие у индивидуумов программы, цели жизни. Наименее выгодным, как хорошо известно, является внезапное прерывание активности, особенно с переходом на худшие условия обеспечения потребностей» [1, с. 258], а «жизнь человека ... в большей мере во власти тех задач, которые поставили перед ним его ... творческие ... интересы» [1, с. 256].

Современные исследования в области нейронаук доказывают, что мозг продолжает производить новые клетки и формировать внутренние связи из нейронных стволовых клеток (НСК), пожизненного источника нейронов и глии [11]. Открытие этого процесса, называемого нейрогенезом, разрушило догму, что «нервные клетки не восстанавливаются» [2]. Поэтому любая интеллектуальная деятельность, особенно связанная с социальной активностью, в зрелом возрасте способствует здоровью мозга, а вместе с этим и общему физическому и психологическому здоровью. На этой основе существует много методов и ресурсов для замедления старения [12].

Повышение социальной активности пожилых людей имеет также и государственные прагматические интересы. Исследования Джин Коэн продемонстрировали несомненные преимущества творческой деятельности для здоровья [9]. Такие положительные результаты способствуют сокращению бюджетных расходов на здравоохранение, что может привлечь кроме государственной поддержки, поддержку страховых компаний.

Следует учитывать, «что каждое общество создает для себя некий идеал человека или нормативный идеал, включающий как интеллектуальные, так и нравственные и физические качества. Этот идеал, в некоторой степени одинаков для всех граждан, но с определенного момента он начинает меняться в соответствии со специфическими условиями, которые каждое общество несет в себе» [3, с. 12].

Учитывая скорость изменений в технологической, информационной и социальной сферах, а вместе с этим частоту изменения «социального идеала», задача повышения социальной активности для всех возрастов становится актуальной.

В нашей стране существует возможность продолжить активную творческую деятельность в учреждениях системы социальной защиты населения, перед которыми поставлена задача по улучшению условий жизнедеятельности нуждающихся в социальных услугах граждан, а также задача повышения и гармонизации коммуникативной социальной активности.

Опыт практической реализации программ повышения социальной активности в отделениях дневного пребывания центра социального обслуживания «Бибирево» демонстрирует, что большинству участников свойственно желание поделиться с людьми своим опытом и знаниями. Для этого была создана программа интерактивного общения групп людей, проживающих в разных районах, «Гражданин Онлайн».

Разработка и внедрение этой программы опирается на научно и практически апробированные элементы технологии повышения социальной ориентации ценности собственной жизни, ориентированной на широкое применение онлайн ресурсов, использующей испытанные на практике интернет-приложения, опирающейся на общую теорию психических процессов, применяющей общее и индивидуальное психическое воздействие на детерминанты повышения социальной ориентации ценности собственной жизни [5].

Практическая работа по представленной программе имеет задачи познакомить участников с возможностями онлайн режима социального взаимодействия, активизировать социальное взаимодействие в режиме онлайн, дать возможность подготовиться к участию в современных социальных интерактивных проектах, таких как «Активный гражданин», и обсудить социальные проблемы, выдвинутые на голосование в программе «Активный гражданин», предоставить возможность быть социально активными, информировать о возможности получения в учреждении социальной защиты качественных и эффективных социальных услуг, а также дать возможность высказать свое мнение по насущным проблемам города и района.

Проведенные мероприятия программы продемонстрировали, что хотя домашними компьютерами обеспечены более 70 % участников, и более половины из них являются пользователями интернета, но в программе «Активный гражданин» принимают участие немногие. Причина в укоренившемся недоверии к тому, что их мнение будет услышано, в ходе мероприятия такое убеждение становится по крайней мере меньше. Мероприятия выявили заинтересованность участников в интерактивном общении с жителями соседних районов.

В рамках программы «Гражданин онлайн» организуются интерактивные встречи с юристами и медиками. В процессе развития вышеназванного комплекса мероприятий, к участию в программе будут подключаться жители, непосредственно из дома, где они проживают.

Литература

1. Бехтерева Н.П. Магия мозга и лабиринты жизни / Н.П. Бехтерева. – доп. изд. М., 2007.
2. Гриневич В. Нервные клетки восстанавливаются // Наука и жизнь. 2004. № 4. – С. 16–20 <http://www.nkj.ru/archive/articles/4199/> (дата обращения: 14.04.2015)
3. Дюргейм Э. Социология образования: Пер. с фр. Т.Г. Астаховой. Научн. ред. В.С. Собкин, В.Я. Нечаев. Вступительная статья В.С. Собкина. М., 1996.
4. Ермолаева М. Практическая психология старости / М. Ермолаева. М., 2002.
5. Орехов А.Н., Паламонов И.Ю. Социально-психологическая технология повышения ценности жизни несовершеннолетних 14–17 лет [текст] // Ученые записки Российского государственного социального университета. 2014. № 1.
6. Baltes P. B., Baltes M.M. *Savoir Vivre in Old Age* // National Forum. – Vol. 78, №. 2. – Spring. – 1998 – <https://www.questia.com/read/1P3-29924421/savoir-vivre-in-old-age> (дата обращения: 14.04.2015).
7. Brody C.M., Semel V.G. *Strategies for Therapy with the Elderly: Living with Hope and Meaning* // Claire M. Brody, Vicki G. Semel / Springer, 2006.
8. Cohen Says Creativity Is Key to Senior Health / By Goode, Stephen / *Insight on the News*, Vol. 16, No. 17, May 8, 2000. <https://www.questia.com/read/1G1-62111914/cohen-says-creativity-is-key-to-senior-health> (дата обращения: 14.04.2015).
9. Cohen G. D., Perlstein S., Chapline J., Kelly J., Firth K., Simmens S. The Impact of Professionally Conducted Cultural Programs on the Physical Health, Mental Health, and Social Functioning of Older Adults // *The Gerontologist* 2006. 46 (6).
10. Flood M. Successful Aging: A Concept Analysis // *Journal of Theory Construction and Testing*. – Vol. 6, No. 2. – Winter. – 2002. – URL: <https://www.questia.com/read/1P3-452556771/successful-aging-a-concept-analysis> (дата обращения: 14.04.2015)
11. Gage F.H., Temple S. Neural stem cells: generating and regenerating the brain. *Neuron* 2013 Oct 30.
12. Salthouse T.A. Mental exercise and mental aging, evaluating the validity of the “use it or lose it” hypothesis. *Perspectives on Psychological Science*, 2006. 1 (1).
13. Wolfe. D.B. *Serving the Ageless Market: Strategies for Selling to the Fifty-Plus Market* // David B. Wolfe / McGraw-Hill. 1990.
14. World Population Ageing, 2013 <http://www.un.org/en/development/desa/population/publications/pdf/ageing/WorldPopulationAgeing2013.pdf> (дата обращения: 14.04.2015).

Проблемы жизнеустройства социума стареющих людей

Старовойтова Л.И.

Старость в традиционных обществах была уважаема и почитаема в силу того, что люди в них формировали свое поведение на основе древних и признанных обычаев и традиций, неформального контроля за соблюдением этих традиций. Но в современном обществе, где древние традиции не играют столь значительной роли, старость очень редко рассматривается как источник мудрого руководства. Общество ожидает от пожилых ухода от дел по мере ослабления их сил и способностей, а их основной функцией в последующей жизни оказывается только поддержание собственного существования. Переход к роли пожилого человека, пенсионера в современном обществе очень болезнен и сложен для каждого индивида.

Единая социально-демографическая группа пожилых становится все более сложной, содержа в себе не только людей разного возраста, но иногда разных

поколений. Поэтому вся деятельность государства в интересах пожилых людей должна быть направлена на дифференциацию мер социальной поддержки в зависимости от потребностей и возможностей самих лиц старшего возраста [6].

Исследование социально-демографической характеристики пожилых людей, технологий подготовки человека к пожилому возрасту, а также вопросов связанных с возникновением новой модели старости, способствующей интеграции пожилых людей в социальную жизнь общества, позволяет сделать следующие выводы:

- старение является неизбежным элементом развития, как отдельных людей, так и всего населения;
- демографические процессы, затрагивающие жизнедеятельность граждан старшего поколения, обладают значительной устойчивостью, и управленческие воздействия в этой сфере с целью повлиять на неблагоприятные тенденции и добиться позитивных изменений требуют масштабных мер экономического, социального, организационного характера;
- демографическое постарение общества будет продолжаться в обозримом будущем, что предъявляет серьезные требования к системам пенсионного обеспечения и социального обслуживания, всего жизнеустройства социума, который все в большей мере будет состоять из стареющих людей;
- увеличение продолжительности жизни граждан старшего поколения приводит к тому, что численность лиц старческого возраста, долгожителей становится массовой.

Исследование состояния здоровья «стареющего» населения показывает, до какой степени слабое здоровье и недомогание увеличивают зависимость пожилых людей от семьи или от того окружения, в котором они живут. Многие зарубежные авторы, проводя обследование населения пожилого и старческого возраста, приходят к заключению, что стариков пугает одиночество, они подыскивают опору для своей старости. Утрата стариком способности не только заботиться о других, но и элементарных навыков самообслуживания, тяжело сказывается на его моральном самочувствии. Ощущение себя ненужным, лишним, обузой для семьи является причиной тяжелых душевных страданий. Страх, напряженность и тревожность, присущие людям пожилого возраста, действуют на окружающих как нечто неприятное [2]. Пенсионер нередко становится обузой для родственников. Семья не помогает старому человеку облегчить его состояние, относясь иногда к этому легкомысленно и даже пренебрежительно. Это может вызвать обратный результат, т.к. к прежнему состоянию одиночества и беспомощности добавляется чувство непонимания, плохого отношения, обиды. Попытка понять специфический характер духовного разлада старого человека и желание помочь ему может стать важным терапевтическим средством.

Таким образом, одиночество перестало быть только философской, нравственной проблемой. Практика социального обслуживания показывает, что

количество одиноких пожилых людей возрастает, и социальный работник не в состоянии помочь им справиться с возникающими проблемами, так как нет эффективных методик работы с одинокими пожилыми [1].

Семья может и должна внимательно относиться к своим старикам, создавать им условия для посильной работы, чтобы они не чувствовали себя лишними. Использование труда пенсионеров, в качестве профилактики субъективного одиночества, имеет значение не только для сохранения здоровья, поддержания жизненного тонуса самих пенсионеров, но и для экономики страны. Сознание общественной полезности своего труда является важным стимулом в достижении активного долголетия, формирования технологий самообеспечения и «терапии» одиночества. Нужно предусмотреть возможность и необходимость комплексной профилактики и терапии отрицательных последствий одиночества, где подразумевается сочетание социальной терапии (развитие социальной службы, усиление социальной защиты населения) как общегосударственной формы и работы на местном уровне (психотерапия и логотерапия) [5], также развитие социальных служб разных форм собственности и организационно-правовых форм, способных решать заявленную проблему.

В этой ситуации, система социального обслуживания граждан пожилого возраста нуждается в дальнейшем совершенствовании. В перспективе необходимо приоритетное расширение нестационарных форм социального обслуживания, увеличение количества услуг в них, разработка и реализация мероприятий по формированию и развитию рынка социальных услуг, в том числе по развитию негосударственных организаций социального обслуживания, необходимость введения новых технологий реабилитационного, адаптационного и обучающего характера.

Согласно Федеральному закону Российской Федерации от 28 декабря 2013 г. N 442-ФЗ «Об основах социального обслуживания граждан в Российской Федерации» [4], получателям социальных услуг с учетом их индивидуальных потребностей предоставляются следующие виды социальных услуг: социально-бытовые, направленные на поддержание жизнедеятельности получателей социальных услуг в быту; социально-медицинские, направленные на поддержание и сохранение здоровья получателей социальных услуг путем организации ухода, оказания содействия в проведении оздоровительных мероприятий, систематического наблюдения за получателями социальных услуг для выявления отклонений в состоянии их здоровья; социально-психологические, предусматривающие оказание помощи в коррекции психологического состояния получателей социальных услуг для адаптации в социальной среде, в том числе оказание психологической помощи анонимно с использованием телефона доверия; социально-педагогические, направленные на профилактику отклонений в поведении и развитии личности получателей социальных услуг, формирование у них позитивных интересов (в том числе в сфере досуга), организацию их досуга, оказание помощи семье в воспитании детей;

социально-трудовые, направленные на оказание помощи в трудоустройстве и в решении других проблем, связанных с трудовой адаптацией; социально-правовые, направленные на оказание помощи в получении юридических услуг, в том числе бесплатно, в защите прав и законных интересов получателей социальных услуг; услуги в целях повышения коммуникативного потенциала получателей социальных услуг, имеющих ограничения жизнедеятельности, в том числе детей-инвалидов; срочные социальные услуги.

Принципиально важным является смещение акцентов «обслуживания» на активизацию граждан пожилого возраста, обязательное введение элементов реабилитационного воздействия с развитием самообслуживания, самопомощи, самосовершенствования, но с сохранением пребывания гражданина в привычной благоприятной среде. Все это требует изменений в системе подготовке специалистов социальной работы [3].

Для совершенствования социального обслуживания граждан старшего поколения необходимо формирование и ведение информационного банка данных о состоянии здоровья пожилых людей, потребностях в видах услуг, формах социального обслуживания. Необходимо дальнейшее совершенствование социального ухода за пожилыми людьми, проживающими в домашних условиях, в том числе, создание службы реабилитации, цель которой – максимально реализовать потенциал людей с ограниченными возможностями за счет обеспечения условий, способствующих духовной реабилитации, социальной адаптации и творческой самореализации [6].

Таким образом, дальнейшее совершенствование системы жизнеустройства социума стареющих людей в аспекте социальной работы и социального обслуживания граждан пожилого возраста с приоритетным расширением нестационарных форм социального обслуживания, приведет к укреплению у людей старшего поколения чувства защищенности и стабильности, обеспечит им достойную жизнь путем реализации мер экономической, социально-бытовой, медицинской и психологической поддержки, будет способствовать интеграции пожилых людей в социальную жизнь общества.

Литература

1. *Бячкова Н.Б.* Феномен одиночества: философско-антропологический анализ: Дис. ... канд. филос. наук. Пермь, 2006.
2. *Вербицкая С.Л.* Социально-психологические факторы переживания одиночества: Дис. ... канд. психол. наук. СПб., 2002.
3. *Старовойтова Л.И., Козловская С.Н., Шимановская Я.В.* Ресурсы и факторы инновационного развития подготовки специалистов социальной сферы в России // Человеческий капитал. 2014. № 11 (71).
4. ФЗ Российской Федерации от 28 декабря 2013 г. N 442-ФЗ «Об основах социального обслуживания граждан в Российской Федерации».
5. *Франкл В.* Человек в поисках смысла. М., 1990.
6. *Kozlovskaia S.N., Starovojtova L.I.* The quality of life of older people as a social problem // В сборнике: The Third International Congress on Social Sciences and Humanities Vienna, 2014.

Адаптация пожилых мигрантов к условиям принимающей страны¹

Суслова Т.Ф.

Миграция населения сегодня является естественным и закономерным атрибутом глобализации. По мнению многих отечественных ученых – демографов, социологов, психологов и других специалистов Россия в течение последних 10 лет столкнулась с этой проблемой, став привлекательной для иммигрантов из разных государств (А.Г. Вишневецкий, Т. Занковская, А.Н. Курapatкин, А.Я. Макаров, Б.Н. Миронов, С. Новохатский, Е.Т. Соколова, Г.У. Солдатова, П.А. Черкасов, Л.А. Шайгерова Хухлаев О.Е. и др.),

Анализируя процессы миграции и особенности поведения мигрантов, ученые отмечают ряд проблем, связанных с их включенностью в культурную среду принимающего общества. К числу таких проблем относят: трудности взаимодействия с коренным населением, сложности профессионального определения, жилищно-бытовую неустроенность, формирование негативных эмоциональных состояний – тревожности, стресса, агрессивности, проблемы девиантного поведения мигрантов, множество противоречий и конфликтов, обусловленных различными ценностями и нормами поведения и т.п. Все перечисленные проблемы являются следствием неадаптированности мигрантов к новым для них жизненным условиям [2].

В последнее время исследования процессов миграции и особенностей жизнеустройства мигрантов, а также различных проблем, возникающих в ходе адаптации к условиям принимающей страны, в том числе и психологических, в отечественной науке стали проводиться довольно часто. Постепенно формируется новое направление – психология миграции и мигрантов.

В российской научной литературе рассматриваются различные проблемы мигрантов: эмоциональное благополучие и психическое здоровье мигрантов (З.Х. Ботган, Н.Н. Кобозева, В.В. Константинов, О.Е. Хухлаев); культурная близость и взаимодействие мигрантов с представителями коренного населения (Т.Г. Грушевицкая, В.И. Коротов, Н.М. Лебедева, О.В. Лунева, В.Д. Попков, А.П. Садохин, Т.Г. Стефаненко, Н. Хрусталева); этническая идентичность, самосознание и личностные особенности (А.А. Бучек, В.В. Константинов, Г.У. Солдатова, Л.А. Шайгерова); социальная адаптация, жизнестойкость и жизнеспособность (А.А. Алексеев, Е.С. Балабанова, Е.А. Бауэр, Е.В. Битюцкая, Е.Е. Блинова, В.В. Гриценко, С.А. Гришаева, Ю.Е. Игнатова, Л.В. Ключникова, В.В. Константинов, А.А. Нестерова, В.А. Петровский, М.С. Савоскул); конфликты и девиантное поведение (Л.С. Арутюнов, М.А. Касьяненко) и др.

Однако необходимо отметить недостаточность научного отражения особенностей адаптации пожилых мигрантов, которых в современной России не так уж

¹ Статья выполнена в рамках проектной части госзадания в сфере научной деятельности (Задание № 25.2566.2014 «Разработка конструктивистского подхода и методов когнитивного моделирования в психологическом сопровождении социальной адаптации мигрантов»).

мало (к сожалению статистика этой возрастной группы мигрантов в России не ведется). Среди международных мигрантов, как отмечает Е. Щербакова, заметно выше, по сравнению со всем населением, удельный вес рабочих возрастов. Доля международных мигрантов в возрасте от 20 до 64 лет составила в 2013 году 74 % против 58 % среди всего населения мира. Также выше среди международных мигрантов доля пожилых людей в возрасте 60 лет и старше (16,0 % против 11,7 %). Для старшей возрастной группы мигрантов (65 лет и старше) характерно значительное превышение числа женщин (8,2 % от общего числа международных мигрантов в Европе против 5,8 % мужчин-сверстников) [3].

Важность исследования адаптации и жизнеустройства пожилых мигрантов, психических состояний, сопровождающих адаптацию к условиям принимающей страны, определяется не только необходимостью восполнения пробела в системе научного знания, но и в целях оказания им социальной и психологической помощи в преодолении трудностей адаптации.

Как отмечает Christina Reardon (США), все пожилые люди сталкиваются с проблемами, которые сопровождают старение: ухудшение здоровья, когнитивные нарушения, потеря независимости, социальная независимость и др. Ситуация может усугубиться, если пожилые мигранты вынуждены преодолевать также проблемы, связанные с повседневной жизнью, такие как: болезни, нищета, географическая изоляция, незнание или плохое знание английского языка, традиций и обычаев коренного населения, потеря связи с близкими и привычной жизнью на Родине, отсутствие контроля над своей жизнью, жизнь между моментами кризиса и скуки, в ожидании и безнадежности и т.п. Отмечено, что пожилые мигранты, которые имеют ограниченный уровень владения английским языком и низкий уровень аккультурации подвергаются наибольшему риску, потому что они не могут общаться, устанавливать социальные связи или иметь доступ к социальным услугам [4].

В отечественной литературе мы нашли, пожалуй, единственное психологическое исследование, объектом изучения в котором является адаптация пожилых мигрантов и процессов, связанных с ней (однако в литературе имеются ряд медицинских исследований пожилых мигрантов – работы Р.А. Яскевича, Е.В. Деревянных, Л.С. Поликарпова и др.). Это исследование иркутских ученых (кстати, тоже медиков), посвященное изучению адаптационных возможностей пожилых мигрантов с Севера в зависимости от типа личности (в данном случае речь идет о внутренней миграции). Исследователями выявлено следующее:

- для пожилых мигрантов с Севера с экстравертированным типом личности и средним уровнем эмоциональной стабильности свойственна уверенность в себе, независимость. Мужчины достаточно высоко оценивали свои волевые качества, умение справляться с трудностями, а женщины высоко оценивали свои социальные качества, что свидетельствовало об оптимальном уровне адаптации;

- для пожилых мигрантов с экстравертированным типом личности с высоким уровнем нейротизма характерно сочетание общительности и контактности с повышенной возбудимостью, назойливостью, импульсивностью. Рост уровня личностной тревожности у мигрантов сопровождался чувством неуверенности, колебаниями настроения, склонностью к задержке эмоций;
- у пожилых мигрантов с интровертированным типом личности с высоким и очень высоким уровнем нейротизма выявлялись: низкий уровень самооценки, замкнутость, тревожность сочеталась с эмоциональной торпидностью (вялость, отсутствие инициативы, понимания и интереса к окружающему миру). Зачастую эти люди критично относились к себе, не удовлетворены собственным поведением, уровнем достижений. Мужчины этой группы низко оценивали уверенность в себе, способность справиться с трудностями, а женщины низко оценивали себя в целом как личность, что соответствовало неудовлетворительной адаптации [1].

Нами было проведено пилотажное исследование, в котором приняли участие 41 пожилой мигрант: 17 человек, приехавшие вместе с семьей сына или дочери на постоянное жительство (первая группа) и 24 трудовых мигранта из Средней Азии, работающих по патенту в сфере ЖКХ, торговли (вторая группа). Время пребывания в Москве 2–4 года. Конечно, мы понимаем, что это очень маленькая исследовательская группа, причиной этому являются сложности поиска пожилых мигрантов, желающих принять участие в исследовании, наличие у них страха общения с незнакомым человеком по вопросам проживания в Москве, взаимодействия с местным населением и т.п. В качестве метода исследования использовалось полустандартизированное интервью.

Эти две группы объединяет ряд проблем: плохое знание русского языка, снижение круга общения и замыкание на своей семье (семье сына или дочери) и приезжих-земляков. Для многих данный факт является психотравмирующим фактором, который во многом ограничивает их нынешнюю социальную активность. Психотравмирующим опытом для большинства мигрантов обеих групп является ментальный аспект. Многие из них испытывают трудности в общении с соседями, или, например, в магазине, отчего пожилые мигранты, приехавшие с взрослыми детьми на постоянное место жительство, избегают походов в магазин, больницу и другие жизненно важные организации. Пожилые мигранты обеих групп никогда не обращались в Центры социального обслуживания. Трудовые мигранты (вторая группа), потому что не считают это необходимым и важным для себя. Небольшая часть пожилых мигрантов первой группы хотели бы найти общение среди таких же пожилых людей, посещая кружки и т.п., однако считают, что это невозможно из-за негативного отношения москвичей ко всем приезжим, особенно людям другой национальности.

Характерным для обеих групп пожилых мигрантов является отношение к совместному проживанию в Союзе. Для пожилых мигрантов прошлые отно-

шения людей в СССР остаются в большей мере значимыми. Возможно, этот факт повлиял на формирование у них определенных экономических и психологических ожиданий от новой и уже другой России (особенно это заметно в группе пожилых мигрантов из Средней Азии, которые недоумевают, почему им могут отказать в трудоустройстве и временном проживании в Москве, заявляя, что «мигрантов не должно быть»). Важно отметить, что пожилые мигранты из Средней Азии приехали на заработки вместе со взрослыми детьми, чаще всего с сыном, либо дочерью и зятем, оставив на Родине свою семью. Всего четверо трудовых мигранта из нашей выборки в возрасте 59–62 года из Узбекистана проживают в Москве одни, но при этом имеют тесные социальные связи и поддержку земляков.

Отличительной особенностью этих двух групп стало постоянное сравнение пожилыми мигрантами, приехавшими с взрослыми детьми на постоянное место жительства, прежней жизни на Родине и настоящей жизни в Москве. Сильные переживания вызвало у них принятие решения о переезде в Москву, хотя, как отметили респонденты этой группы, «всегда есть возможность уехать на Родину, но здесь дети и внуки, как можно?». По их мнению, им сложно принять условия жизни в Москве, многие потребности, в частности, в общении за пределами семьи, не удовлетворяются, но сложнее всего принять агрессивность местного населения, негативное отношение к мигрантам декларируемое СМИ (в данном случае речь идет о формировании социально-культурных фобий). Пожилые мигранты первой группы чаще отмечали низкую удовлетворенность своим приспособлением к жизни в Москве, в отличие от группы трудовых мигрантов, которые считают себя вполне адаптированными. Возможно, и это видно было из интервью, что для трудовых мигрантов из Средней Азии не является важным взаимодействие и понимание со стороны местного населения, адаптация к российским условиям жизни и ценностям. Важным является наличие работы, успешность общения с миграционными службами и наличие референтной группы, которой являются земляки.

Литература

1. Капустенская Ж.И., Звйцева О.И., Дворяшина Е.М., Зайцева Ж.Г. Особенности адаптационных возможностей пожилых мигрантов с Севера в зависимости от типа личности // Сибирский медицинский журнал. 2011. № 6.
2. Нестерова А.А., Суслова Т.Ф. Конструктивистский и социально-психологические подходы к изучению жизнеспособности и адаптации мигрантов: монография. М., 2015.
3. Щербакова Е. Международные мигранты старше, чем население в целом // Демоскоп Weekly. № 579–580. 16–31.12.2013. Институт демографии Национально-исследовательского университета «Высшая школа экономики». URL:<http://demoscope.ru/weekly/2013/0579/barom06.php>
4. Reardon C. Addressing the Social Work Needs of Older Immigrants and Refugees. URL:http://www.socialworktoday.com/news/enews_0911_01.shtml.

Сущность понятия старость

Фокин В.А.

Старость – это период жизни человека после зрелости, в котором происходит постепенное ослабление деятельности организма. Это самое общее определение старости. Старость является результатом динамического процесса – старения. Существует много определений этого периода жизни человека, которые широко представлены в науке о старении – геронтологии, ее медицинской и психологической отраслях – гериатрии и геронтопсихологии. В этот период жизни люди, работающие по найму, имеют право прекращать работу и уходить на пенсию. В Российской Федерации, как правило, женщины – с 55 лет, мужчины – с 60 лет. Старость делится на несколько более коротких периодов жизни человека: преклонный возраст (65–75 для мужчин, 55–75 для женщин); старческий возраст (75–90 для мужчин и для женщин). Возраст долгожительства – более 90 лет [1]. Хронологическое определение границы, отделяющей старость от зрелости, не всегда оправданно из-за значительных индивидуальных различий в появлении признаков старения. Эти признаки выражаются в постепенном снижении функциональных возможностей человеческого организма. Кроме прогрессирующего ослабления здоровья, упадка физических сил для старости характерны собственно психологические изменения, например, интеллектуальный и эмоциональный «уход» во внутренний мир, в переживания, связанные с оценкой и осмыслением прожитой жизни. Весьма неоднозначны изменения в области интеллекта, памяти и других функций человека. Известны факты высокой творческой активности и продуктивности ученых, представителей искусства и прочих профессий не только в пожилом, но и в старческом возрасте. Поэтому неправомерно связывать старость только с регрессивными явлениями. Ее можно рассматривать и как период развития. С этой позиции старость – возрастная период достижения мудрости и чувства удовлетворенности, полноты жизни, исполненного долга, высший уровень интеграции личностной. Но, если жизненные цели человека в ходе предшествующих возрастных этапов не реализовались, то старость сопровождается разочарованием и ощущением бесполезности прожитой жизни, отчаянием. Обычно людей пугает не сама старость, а немощность. Однако, если человек не испытывает такого состояния, то и в старости находят свои плюсы: пожилой человек получает массу свободного времени, независимость, возможность заниматься творчеством. Гете отмечал, что, что старость – это золотая жатва. Микеланджело работал в 90 лет. Лев Толстой, Репин, Айвазовский и многие другие деятели литературы, искусства и культуры были долгожителями. Роль социально-психологической и социально-геронтологической работы с пожилыми людьми и заключается в том, чтобы минимизировать своими средствами разнообразные проблемы стареющих людей, наполнить их жизнедеятельность оптимистическим смыслом и содержанием, сделать их жизнь в целом более радостной.

Западные геронтологи часто используют понятие «третий возраст» – это период активной жизни, который начинается с выходом на пенсию. Социально-геронтологическая работа и направлена на то, чтобы, по мере возможности реализовать потенциал пожилых людей в активной жизнедеятельности. Этому способствуют рекомендации Мадридского Международного плана действий по проблемам старения 2002 года, в котором определены современные цели и задачи, задающие контекст рассмотрения специфических проблем социальной работы с пожилыми людьми [3]. Назовем эти цели и задачи:

- a) полное осуществление всех прав человека и основных свобод всех пожилых людей;
- b) обеспечение безопасных условий жизни пожилых людей, что предполагает подтверждение цели ликвидации нищеты среди пожилых людей и развитие принципов ООН в отношении пожилых людей;
- c) создание условий для того, чтобы пожилые люди могли принимать полноправное и эффективное участие в экономической, политической и социальной жизни общества, в частности, посредством приносящего доход и добровольного труда;
- d) создание возможностей для развития индивидуальных способностей, реализации творческого потенциала и обеспечения благосостояния на протяжении всей жизни, в том числе в старости, например, посредством обеспечения обучения на протяжении всей жизни и участия в жизни общины, при одновременном признании того, что пожилые люди не составляют единую однородную группу;
- e) обеспечение полного соблюдения экономических, социальных и культурных прав пожилых людей, а также их гражданских и политических прав и ликвидация всех форм насилия в отношении пожилых людей и возрастной дискриминации;
- f) принятие обязательств в отношении обеспечения равноправия пожилых женщин, в частности путем ликвидации дискриминации по признаку пола;
- g) признание ключевого значения семей и взаимосвязи, солидарности и взаимовыручки поколений с точки зрения социального развития;
- h) оказание пожилым людям медицинской помощи, поддержки и социальной защиты, включая медицинскую профилактику и реабилитацию;
- i) налаживание партнерских отношений между государственными учреждениями всех уровней, гражданским обществом, частным сектором и непосредственно пожилыми людьми в целях перевода Международного плана действий в плоскость практических мер;
- j) проведение научных исследований, изучение опыта и задействование возможностей техники в целях анализа, в частности, индивидуальных, социальных и медицинских последствий старения, особенно в развивающихся странах;
- k) признание особого положения пожилых людей, принадлежащих к коренному населению, их уникальных условий жизни и необходимости изыскивать средства для того, чтобы они могли эффективно участвовать в принятии непосредственно касающихся их решений. Россия присоединилась к Мадридскому Международному плану. В РФ на федеральном и региональных уровнях разработаны многочисленные и разнообразные

социальные программы и проекты, которые можно объединить единым названием «Старшее поколение», и которые направлены на совершенствование, модернизацию социально-геронтологической работы.

Известный российский ученый И.С. Кон предложил классификацию социально-психологических типов старости в зависимости от характера деятельности, которой старость заполнена [2]. Эта классификация может быть положена в основу социально-психологической работы с пожилыми людьми.

- 1) активная, творческая старость, когда человек выходит на заслуженный отдых и, расставшись с профессиональным трудом, продолжает участвовать в общественной жизни, воспитании молодежи и т.д.;
- 2) старость с хорошей социальной и психологической приспособленностью, когда энергия стареющего человека направлена на устройство собственной жизни – материальное благополучие, отдых, развлечения и самообразование – на все то, на что раньше недоставало времени;
- 3) «женский» тип старости – в этом случае приложение сил старого человека находится в семье, в домашней работе, семейных хлопотах, воспитании внуков, в даче. Поскольку домашняя работа неисчерпаема, то таким старикам некогда хандрить или скучать, но удовлетворенность жизнью у них обычно ниже, чем у двух предыдущих групп;
- 4) старость в заботе о здоровье («мужской» тип старения) – в этом случае моральное удовлетворение и заполнение жизни дает забота о здоровье, стимулирующая различные типы активности; но в этом случае человек может придавать излишнее значение своим реальным и мнимым недомоганиям и болезням и его сознание отличается повышенной тревожностью.

Эти четыре типа И.С. Кон считал психологически благополучными, но есть и отрицательные типы развития старости. Например, к таковым могут быть отнесены ворчуны, недовольные состоянием окружающего мира, критикующие всех, кроме самих себя, всех поучающие и терроризирующие окружающих бесконечными претензиями. Другой вариант негативного проявления старости – разочарованные в себе и собственной жизни одинокие и грустные неудачники. Они винят себя за свои действительные и мнимые упущенные возможности, не способны прогнать прочь мрачные воспоминания о жизненных ошибках, что делает их глубоко несчастными. Принимая это и много другое во внимание, психологи, социальные работники призваны эффективно решать проблемы старости.

Литература

1. *Холостова Е.И.* Социальная работа с пожилыми людьми. Учебник для бакалавров / Е.И. Холостова. М., 2014.
2. *Яцемирская Р.С.* Социальная геронтология (лекции): Учебное пособие для вузов / Р.С. Яцемирская. – М., 2006.
3. ООН и вопросы старения <http://www.un.org/russian/esa/social/ageing/>

К вопросу о проблемах поздней зрелости

Ходорковская Г. Л.

Человек является субъектом социального бытия. Одним из важнейших аспектов этого бытия является отношение человека к себе. Любое проявление человека как социального субъекта сопровождается включением в данный процесс его самоотношения. Как относится к себе человек вступивший в период поздней зрелости?

В социуме люди «третьего возраста» часто воспринимаются сквозь призму стереотипов общества. В наше время молодым людям перспектива состариться кажется настолько мрачной, что они предпочитают ничего не знать об этом или знать как можно меньше. Им кажется, что период старости – это состояние полусуществования и беспомощности. Подобные стереотипы мешают воспринимать пожилых людей целостно. Все это может приводить к социальным установкам и действиям, которые отбивают желание у пожилых людей участвовать в коллективном труде и проведении досуга.

Для человека, перешагнувшего первое десятилетие периода поздней зрелости, характерно наличие относительно крепкого здоровья и избытка энергии, которую молодой пенсионер направляет на поиск новых разнообразных видов деятельности. Некоторые используют оказавшееся в их распоряжении свободное время для занятий спортом и поддержания здоровья в тонусе. Другие активно занимаются творческой деятельностью – фотографируют, пишут картины, вяжут, вышивают.

С точки зрения В.В. Фролькиса, Л.В. Бороздиной, О.Н. Молчановой [1], творческая деятельность является одним из факторов повышения качества жизни пожилых людей, она способна реализовать скрытые возможности человека и раскрыть его потенциал в самых разных аспектах. Вовлечение пожилого человека в творческую деятельность – сложный психолого-педагогический процесс, требующий от него преодоления многочисленных стереотипов, связанных с представлениями о старении как угасании творческих возможностей.

Вопросы социальной обеспеченности жизни людей пенсионного возраста по-прежнему остаются довольно острыми, но к ним сейчас прибавляются важнейшие составляющие качества жизни любого человека – удовлетворение духовных потребностей, желание самореализации, потребности в творчестве.

Как считают Г.С. Сухобская, Е.Ю. Коржова и др. [2], творческая деятельность в пожилом возрасте очень значима, так как она помогает людям, находящимся на пенсии, выбрать себе новую ведущую деятельность, построить полноценную стратегию своего образа жизни, быть всегда востребованными. Исследования психологических аспектов старения свидетельствуют о том, что качество жизни пожилого человека зависит от степени его субъективной удовлетворенности реализацией своих материальных и духовных потребностей, сохранения чувства собственной нужности обществу и собственного достоинства, интегрированности в общество.

Нами было проведено исследование, целью которого являлось изучение особенностей самоотношения пожилых людей в условиях творческой деятельности. Исследование проходило с апреля по октябрь 2014 г. среди пожилого населения на базе ГБУ ТЦСО «Можайский» филиал «Филевский парк» в г. Москве. В исследовании приняло участие 43 человека – женщины и мужчины периода поздней зрелости (60–75 лет). Они были разделены на две группы: 25 человек, вовлеченных в творческую деятельность (5 мужчин и 20 женщин) и 18 человек, не вовлеченных в творческую деятельность (3 мужчины и 15 женщин). Также первая группа была разделена на две по характеру творческой деятельности: лица, занимающиеся в кружке «Радость творчества» и самостоятельно.

В исследовании применялись следующие опросные методики:

1. Методика исследования самоотношения (МИС) С.Р. Панталева и В.В. Столина.
2. Методика Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан.

Статистическая обработка данных проводилась с использованием компьютерных программ «IBM SPSS Statistics for Windows v.20» и «Microsoft Office Excel 2010».

В результате проведенного исследования нами были получены следующие результаты:

Возраст у тех, кто занимается в кружке «Радость творчества» достоверно выше при $p < 0,01$.

Нами был проведен факторный и корреляционный анализ взаимосвязи факторов «открытость», «самоуверенность», «самоуправление», «зеркальное Я», «самоценность», «самопринятие», «самопривязанность», «конфликтность», «самообвинение» методики МИС с показателями методики Дембо-Рубинштейн: С – самооценка (общая), С1 – самооценка 1, С2 – самооценка 2, С3 – самооценка 3, С4 – самооценка 4, С5 – самооценка 5, С6 – самооценка 6.

Анализ полученных результатов показал:

1. Прямую взаимосвязь между самооценностью и самооценкой с коэффициентом корреляции $r = 0,31$. Это говорит о том, что пожилые люди с позитивной самооценкой обладают заинтересованностью в собственном я, любовью к себе. У них присутствует ощущение ценности собственной личности, они обладают богатым внутренним миром.
2. Прямую взаимосвязь между самоуверенностью и самооценкой с коэффициентом корреляции $r = 0,33$. Это говорит о том, что пожилые люди с позитивной самооценкой представляют себя как самостоятельного, волевого, энергичного, надежного человека, которому есть за что себя уважать.
3. Различия между средними по группе недостоверны ни по критерию Стьюдента, ни по непараметрическому критерию Манна-Уитни. Из чего следует, что гипотеза – самоотношение пожилых людей, занимающихся твор-

ческой деятельностью, будет более позитивным, чем у их сверстников, не занимающихся творческой деятельностью – не подтвердилась.

4. Несмотря на это нам удалось выявить достоверное различие между группами по методике Дембо-Рубинштейн (по самооценке 4), в первой группе она существенно выше, $p < 0,01$. Различия по возрасту между этими группами не достоверны, в 1-й чуть старше. Испытуемые так же сравнивались по виду деятельности (те, кто занимается в кружке и самостоятельно) У вторых уровень притязания 3 достоверно выше $p < 0,05$. Возраст у тех, кто занимается в кружке, достоверно выше $p < 0,01$.

В настоящем исследовании мы не полностью ответили на те вопросы, которые были поставлены. Полученные результаты требуют дополнительных исследований на более широкой выборке испытуемых, поскольку в наши дни тема качества жизни лиц «третьего возраста» приобретает все большее социальное значение. Соответственно, в науке остается актуальной проблема раскрытия психологических механизмов позитивного самосознания пожилых людей и закономерностей его формирования.

Литература

1. Бороздина Л.В., Молчанова О.Н. Самооценка в разных возрастных группах: от подростков до престарелых. М., 2001.
2. Коржова Е.Ю., Лемми В.В. Взаимодействие с жизненными ситуациями и геронтокультура // Психологические исследования. 2014. Т. 7. № 35.

Вторичная музыкальная личность: психологические условия развития на этапе поздней взрослости

Черемисова И.В.

Успешность творческого развития личности средствами музыкального искусства на всех возрастных этапах определяется максимальным использованием возможностей массового музыкального образования. *Музыкальное образование* – целенаправленный организованный процесс развития творческой личности в пространстве музыкальной культуры, процесс освоения музыкальной культуры через развитие музыкальности (развитие музыкальных способностей, обогащения опыта музыкальной деятельности, повышение музыкальной компетентности, развития мотивации музыкальной деятельности). Важную роль может играть и музыкальное самообразование, что особенно актуально на различных этапах взрослости.

В центре авторской музыкально-семантической модели уникальный субъект инкультурации и социализации – *вторичная музыкальная личность*. Понятие *вторичной музыкальной личности*, представляющей собою результат музыкального образования, описывает музыкально-творчески активного субъекта, способного познавать, оценивать, преобразовывать окружающую

действительность и собственную музыкально-творческую среду, участвовать в общении средствами музыкального искусства в процессе музыкальной деятельности. От уровня развития свойств и способностей, составляющих психологическую структуру вторичной музыкальной личности в совокупности ее компонентов, зависит уровень развития музыкального сознания личности, уровень ее музыкально-языковой и музыкально-речевой компетентности.

Все компоненты музыкально-семантической модели взаимосвязаны и взаимозависимы. Возможности музыкальной творческой среды реализуются в музыкальной творческой деятельности. В процессе музыкально-творческой деятельности обогащается музыкально-творческая среда продуктами творческой деятельности обучающихся. Музыкально-творческая деятельность находит организационно-технологическое воплощение в пространстве музыкального образования. Музыкальная творческая деятельность обучающегося усложняется и обогащается в процессе музыкального образования, это в свою очередь влияет на повышение качественного уровня музыкальной творческой среды. В процессе музыкального образования развивается музыкальность и творческие способности, творческая личность обучающегося в целом. В связи с этим, обучающийся с более высоким уровнем музыкально-творческого развития может активно преобразовывать музыкальную творческую среду. Таким образом, в результате взаимодействия обучающегося с музыкальной творческой средой средствами музыкальной деятельности в процессе музыкального образования создаются психологические условия для активизации психологических механизмов развития музыкальности и творческой личности, которые в свою очередь детерминируют преобразование и обогащение музыкальной творческой среды.

В соответствии с теоретической концептуальной моделью нами разработана и впоследствии реализована программа психологического сопровождения развития творческого потенциала личности средствами музыкального искусства «По ступенькам музыки к вершинам творчества» на разных возрастных этапах детства и взрослости.

Использование средств музыкального искусства в развитии творческой личности обосновывает и реализует авторский эстетико-семиотический подход к развитию и воспитанию музыкально-творческой личности на разных возрастных этапах [2]. Эстетико-семиотический подход предполагает понимание:

- *музыки* как сложного психосемантического текста, наполненного общечеловеческими и личностными смыслами (национальная культура, стиль эпохи, композитора музыкальный текст как поле смыслов и т.д.);
- *образования* как целенаправленно организованного процесса развития творческой личности в пространстве музыкальной культуры, процесса его освоения через развитие музыкальности и музыкального сознания личности через культурные значения и переживания;

- *творческого развития* как процесса становления и укрепления музыкально-когнитивных, мотивационных, эмоциональных, коммуникативных, деятельностных, ценностно-смысловых (духовно-нравственных) характеристик творческой личности в музыкально-творческой деятельности.

Основными психологическими условиями эффективного творческого развития личности средствами музыки выступают:

- эмоционально-образная *насыщенность* и духовно-нравственное *содержание* музыкальных произведений, используемых в развивающей программе;
- *разнообразие* музыкально-творческой *активности* обучающегося в мотивационном, эмоциональном, интеллектуальном, волевом и духовно-нравственном аспектах с учетом психологических особенностей возраста;
- создание *музыкально-творческой развивающей среды* в формирующей работе;
- *творческая личность* педагога с высоким уровнем музыкальности и продуктивной творческой активности;
- направленность формирующей программы на развитие *целостной* творческой *личности* обучающегося.

Программа психологического сопровождения, направленная на активизацию психологических механизмов музыкально-творческого развития способствует формированию вторичной музыкальной личности на высших уровнях музыкального образования; комплексный характер программы предполагает ее реализацию в *когнитивном, мотивационном, операциональном, рефлексивном и духовном* направлениях через создание музыкально-творческой развивающей среды с предпочтительным использованием «живой музыки» как оригинального музыкально-семантического текста [3].

Музыкальное искусство детерминирует развитие творческого потенциала личности, существенно ускоряет и оптимизирует этот процесс, способствует духовно-нравственному личностному росту, укрепляет потребности в самореализации и самоактуализации личности через специфические особенности музыкального текста, и особенно – музыкальных *шедевров* как произведений эстетико-художественного максимума (бытийно-ценностная достоверность, эмоционально-образная насыщенность, духовно-нравственное содержание, художественное совершенство, неисчерпаемость смысловой интенции).

Развитие вторичной музыкальной личности в совокупности всех ее компонентов (музыкально-когнитивного, мотивационного, эмоционального, коммуникативного, деятельностного, духовно-нравственного) обусловлено реализацией основных функций музыки как вида искусства: преобразующей, компенсаторной, познавательной-эвристической, художественно-концептуальной, предвосхищения, коммуникативной, информационной, воспитательной, внушающей, гедонистической и эстетической.

Анализ концептуальных подходов к проблеме музыкальности (Н.А. Ветлугина, А.Л. Готсдинер, Д.К. Кирнарская, Т.С. Князева, А.Н. Лебедев, А.Х. Па-

шина, К.В. Тарасова, Б.М. Теплов, А.В. Торопова и др.) позволил нам в качестве основного критерия развития музыкальности выделить стаж музыкальной деятельности (уровень музыкального образования), который определяет уровень развития музыкальной компетентности, содержание опыта музыкальной деятельности, характеристики мотивации музыкальной деятельности, уровень развития музыкальных способностей) [1].

Особо подчеркнем, что в нашем исследовании мы придерживаемся точки зрения, согласно которой *уровень музыкально-творческого развития личности обусловлен в большей степени не возрастными особенностями, а характеристиками развивающей музыкально-творческой среды* (Л.С. Выготский, Д.Б. Кабалевский, Л.М. Кадцын, Э.П. Костина, Б.М. Теплов и др.).

В рамках констатирующего эксперимента было проведено исследование уровня музыкальности и творческого развития *педагогов общеобразовательных и музыкальных школ*. Выборка состояла из преподавателей двух общеобразовательных и двух музыкальных школ. Отметим, что большая часть этих коллективов состояла из людей пенсионного возраста. Всего 127 человек. Эксперимент проводился в процессе групповой работы с педагогическим коллективом в целом. Для диагностики использовалась комплексная методика изучения музыкальности и творческих способностей личности, включающая в себя наблюдения, беседы, опросы, тесты, анализ продуктов творческой деятельности педагогов.

В процессе проведения исследования преподаватели детских музыкальных школ заняли активную позицию, с интересом включились в работу, с высокой ответственностью отнеслись к выполнению заданий. В отличие от них, при проведении диагностических процедур большая часть педагогов общеобразовательных школ проявили негативное отношение к процедуре обследования, демонстрируя настороженность, тревожность, нежелание и даже агрессивное поведение, что может свидетельствовать о низкой мотивации к познанию себя и саморазвитию, самосовершенствованию.

Анализ результатов показал, что учителя музыкальных школ 100 % имеют очень высокий уровень музыкальности, что обусловлено тем, что у них среднее специальное и высшее специальное музыкальное образование, они являются профессиональными музыкантами, стаж музыкально-педагогической деятельности от 12 до 48 лет. Среди учителей общеобразовательных школ уровень музыкальности невысок: более 60 % имеют низкий и средний уровень.

Результаты диагностики по опроснику «Диагностика мотивационной структуры личности» В.Э. Мильмана свидетельствовали о том, что 72 % преподавателей детских музыкальных школ 42 % преподавателей общеобразовательных школ имеют рабочий мотивационный профиль личности, который соответствует производительной мотивации.

Такая мотивация детерминирует творческое развитие личности и способствует включению человека в социум. Потребительная мотивация, выраженная общежи-

тейским мотивационным профилем (В.Э. Мильман) направлена на поддержание жизнедеятельности субъекта и обусловлена его натуральными потребностями.

Особо отметим, что у всех без исключения преподавателей музыкальных школ, независимо от мотивационного профиля зафиксированы высокие результаты по шкале «Творческая активность». Результаты учителей общеобразовательных школ по данной шкале были очень разнообразными. К сожалению, приходится констатировать, что только 31 % из общего количества показали высокие значения по шкале «Творческая активность».

Анализ результатов тестирования, наблюдения, высказываний и сочинений, процесса и продуктов творческой деятельности позволил сделать важные выводы.

Все без исключения учителя музыкальных школ в своем поведении активно придерживаются следующих принципов: приобретать больше знаний, разбираться в искусстве, чтобы понять причины и сущность того, что происходит вокруг; стремиться открыть что-то новое, создать, приобрести, добиться успехов в искусстве; постоянно совершенствоваться в своем деле и сверх обязательных требований; считают, что в своей работе всегда можно найти интересное, то, что может увлечь.

Педагоги музыкальных школ понимают, что выполняют работу творческого характера, причастны к созданию культурных ценностей, способствующих одухотворению общества. Они получают удовлетворение непосредственно от самого процесса работы, который позволяет им повышать их профессиональный уровень; предпочитают работать рядом с людьми, которые обладают широкой эрудицией и высокой компетентностью. Считают, что имеют определенные творческие достижения в своей работе. В свободное время они уделяют большое место разнообразным хобби. Свой дополнительный выходной день они предпочитают посвятить изучению чего-то нового, получению новых знаний. Обсуждают со своими друзьями свои увлечения и делятся своими планами и успехами. С сожалением отметим, что результаты нашего исследования показали, что лишь 39 % учителей общеобразовательных школ соответствуют указанным характеристикам.

Отечественные и зарубежные психологи, занимающиеся проблемами геронтопсихологии, отмечают, что главной заботой человека на этапе поздней зрелости должно быть развитие духовной сферы личности. Реализация психологических условий развития вторичной музыкальной личности на этапе поздней зрелости наполнит жизнь новыми смыслами, достижениями, радостью.

Литература

1. *Кирнарская Д.К.* Классическая музыка для всех. М., 1998.
2. *Курьшева И.В.* Музыкально-творческое развитие личности: эстетико-семиотический подход // Мир науки, культуры, образования. 2011. № 3 (28).
3. *Курьшева И.В.* Психотерапевтические возможности восприятия «живой классической музыки» // Ученые записки Санкт-Петербургского государственного медицинского университета им. академика И.П. Павлова. 2009. Т. XVI. № 4.

Проблемы изменения социальной роли в поздней зрелости. Особенности социально-психологической поддержки

Шарендо Е.А.

На сегодня в мире так и не существует единой общепринятой классификации возрастных периодов развития человека, в том числе и четкого определения возрастных границ. Так, с 1980г. в разработке возрастной периодизации Дж. Берна период поздней зрелости определяется с 50 до 75 лет, с 1996 года Эриксон выделяет этот возрастной период с 65 лет. В 2000 году была принята и признана официальной наукой международная классификация возрастных периодов развития, выделенная американским психологом Вирджинией Квинн, в которой поздняя зрелость наступает и длится от 60 до 70 лет. Так же в 2003г. Г. Крайг определял позднюю зрелость с 60 лет. Отсюда отправной точкой отсчета поздней зрелости можно считать период достижения человеком пенсионного возраста и выход на пенсию. Таким образом, основными аспектами поздней зрелости являются проблемы изменения социальной роли и самоактуализации в контексте реализации потенциала и новообразований развития с учетом возрастных изменений, а также учитывая современную историческую ситуацию на данном этапе развития общества.

В современных условиях качественного изменения уровня жизни у человека с выходом на пенсию меняется социальная роль, и новообретенный социальный статус в некоторых случаях не соответствует его потребностям: коммуникативным, духовным, материальным и другим. В данном случае необходимо различать условия изменения социальной роли и последующую адаптацию личности, т.к. в этих случаях механизмы самоактуализации и адаптации существенно разнятся и, соответственно, социально-психологическая поддержка имеет различную направленность. Другими словами, не каждый человек в период поздней зрелости нуждается в реализации накопленных в процессе развития личности новообразований, связанных с профессиональной, трудовой или же карьерной деятельностью. Человек может видеть для себя достаточный уровень самореализации в семье, в воспитании внуков или же в творчестве. В данных ситуациях вопрос социально-психологической поддержки или же реабилитации не стоит остро. Это характерно для людей, которые на начальном этапе молодости строили свою жизненную программу таким образом, что период поздней зрелости в ней ознаменовался завершением трудовой, профессиональной деятельности и началом реализации себя в семье или же в занятии каким-либо видом творчества, хобби.

Таким образом, для специалистов, осуществляющих психологическую поддержку людей, находившихся в данном возрастном периоде, наиболее сложным представляются случаи, когда новоприобретенная социальная роль не соответствует потребностям человека или же изменения социальных условий происходят резко, и он оказывается психологически не подготовлен к ним.

Невозможность применения приобретенных навыков, утрата прежних социальных отношений в профессиональной сфере или же трудовом коллективе, невозможность реализации новых достижений в развитии – все это приводит к личностному кризису. Человек начинает чувствовать, что теряет смысл жизни, утрачивает духовные основы существования, возникает конфликт между старым и новым, привычным прошлым и возможным будущим.

Кризис перемещает человека в положение, когда привычные стереотипы мышления и поведения уже не работают, а новых еще нет. Часто кризис ощущается как крушение жизни и приводит к депрессивному состоянию и развитию БАП (биполярное аффективное расстройство). Человек может остро ощущать непонимание, теряться внутренняя опора, теряется связь с миром и другими людьми, появляется страх сойти с ума или оказаться психологически нездоровым. Становятся острыми переживания своей одиночества в этом процессе и амбивалентные чувства (с одной стороны, желание получить поддержку с другой – стремление уединиться), повышенная чувствительность к словам, поступкам и даже внутреннему состоянию других людей. Всплывают старые обиды, актуализируется страх смерти.

Согласно деятельностной теории (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, Д.Б. Эльконин), деятельность – это процесс взаимодействия человека с окружающим миром. При деятельностном подходе психика понимается как форма жизнедеятельности субъекта, обеспечивающая решение жизненно важных задач в процессе взаимодействия его с миром. Психика – это не просто картина мира, система образов, но и система действий. В данном случае мы имеем нарушение привычной для субъекта системы действий, а соответственно и нарушение определенных психических процессов. Таким образом, мы видим подоплеку возникновения психологических проблем и клинических диагнозов у людей данного возрастного периода, а именно поздней зрелости.

И совершенно очевидно, что подобного можно избежать. Главным образом, в работе с подростками 15–16 лет, в тот момент, когда их жизненная программа начинает приобретать реальные формы, необходимо направить ее не только на осуществление профессиональной деятельности и создание семьи, но и на возможное ее изменение в процессе жизни в целом, и в период наступления поздней зрелости в частности. Осуществляя психологическую и педагогическую деятельность таким образом возможно изменить сложившиеся стереотипы, своего рода предписанный статус людей поздней зрелости, тем самым – расширяя границы самореализации как в профессиональной сфере, так и в возможности сохранения привычных социальных условий, с учетом имеющихся в возрасте поздней зрелости ряда физиологических и психических связанных с колебанием гормонального уровня, изменений.

Следует так же отметить, что люди в возрасте поздней зрелости под влиянием изменения социальных условий жизни в обществе наиболее подвержены

психоэмоциональному перенапряжению и психической дезадаптации, а именно социальному стрессовому расстройству (С.С.Р). Коренное изменение общественных отношений, выходящее за рамки обычного опыта; смена системы культурных, идеологических, моральных, религиозных представлений, норм и ценностей, остававшихся неизменными на протяжении жизни прежних поколений; изменение социальных связей и жизненных планов; нестабильность и неопределенность жизненного положения; экономический и политический хаос, безработица; обострение межнациональных конфликтов, способствующее началу локальных гражданских войн, появление беженцев, расслоение общества, рост гражданского неповиновения и преступности – все это мы имеем на сегодняшний день. Именно эти условия становятся причинами возникновения социально-стрессового расстройства, в следствие которого могут возникать депрессивное расстройство, тревожно-астеническое расстройство, паническое расстройство, психосоматические заболевания (инфаркты, инсульты и т.д.), алкоголизм.

Учитывая эти факторы и строится работа психологов, в том числе и клинических, по коррекции подобных расстройств. В первую очередь, при коррекции кризиса идентичности личности в поздней взрослости необходимо учитывать условия, при которых произошло изменение социальной роли, качество социальных условий до и после, особенности окружающей обстановки, а также общественные и политические события, на фоне которых происходит изменение социальной роли. И, направляя формирование жизненной программы у подростков с учетом возможного ее изменения в процессе жизнедеятельности и решения жизненно важных задач, мы имеем возможность подготовить человека к вступлению в позднюю взрослость и обеспечить наиболее комфортный переход в эту возрастную группу. Тем самым мы имеем возможность существенно улучшить психическое здоровье людей в поздней взрослости в процентном соотношении, а учитывая тот факт, что социально-стрессовому расстройству могут быть подвержены люди практически всех возрастных групп, то и общества в целом. Это немаловажно, т.к. у психологически устойчивых и психически здоровых людей повышается социальная активность, увеличивается производительность труда, и качество продуктивности социальной, профессиональной и личной деятельности.

Таким образом, в обществе создаются условия для изменения стереотипов и предубеждений относительно людей поздней взрослости, давая этим людям возможность поднять самооценку, возможность применения и передачи накопленного опыта, профессионального и духовного, а так же осознание себя как деятельностной части целостного всеобщего механизма государственности, что в современной исторической ситуации приобретает особую значимость.

Литература

1. *Квинн В.Н.* Прикладная психология М., 2000.
2. *Столяренко Л.Д., Столяренко В.Е.* Социальная психология М., 2012.

Поздний возраст: исторический контекст

Широкова Т.М.

Возраст является универсальным социальным явлением: в разных культурах человек проходит одни и те же возрастные этапы (люди рождаются, взрослеют, стареют и умирают), однако в каждом социуме существуют свои представления о возрастном процессе, о качестве выделяемых возрастных этапов, о социальных позициях, соответствующих тому или иному возрасту. Формирование этих представлений происходило в историческом контексте [1].

Общественно-исторический подход к пониманию возраста, разработанный П.П. Блонским и Л.С. Выготским, позволил анализировать не только детство, но и весь спектр возрастов жизни человека, т.к. и молодость, и зрелость, и старость исторически эволюционируют и по-разному проявляются в истории общества.

На заре цивилизации и на ранних ступенях развития человечества центральной фигурой был зрелый человек. «Старыми» люди считались в том возрасте, который сейчас мы относим к среднему или даже молодому. Продолжительность жизни человека в то время составляла в основном два-три десятилетия. Если человек доживал до того возраста, когда силы уже отказывали, а знания и умения становились бесполезными, старика бросали на произвол судьбы. Поэтому первобытные общества были обществами без стариков.

В античной Греции центральное место также занимал зрелый человек, но подчеркнута почтительное отношение древних греков к мудрости, ассоциируемой со старостью, превращало старика из дряхлого и непригодного к активной общественной жизни члена первобытного общества в фигуру существенную – старейшину, в функции которого входит управление страной, руководство воспитанием подрастающего поколения. О почитании стариков в Риме говорит хотя бы тот факт, что высшее государственное учреждение называлось «сенат» (от слова «senex» – старик [1]).

Стариков почитали также в восточных философско-этических системах, прежде всего в Древнем Китае. Возраст от 60 до 70 лет считался «желанным», т.к., по словам Конфуция, он «в семьдесят лет следовал желаниям сердца и не переступал меры».

Отличие от образов прекрасных старцев в древнегреческой литературе, в Средние века изображения стариков были до такой степени безобразны, что это вызвало оживление попыток найти способ омоложения, поиск «эликсира вечной молодости», «философского камня», который мог бы дать человеку богатство, силу и молодость. Такое отношение к старости сохранялось достаточно долго, и лишь к концу XIX века произошли существенные перемены.

Интересен образ старости в славянской культуре. Анализ ритуалов умерщвления стариков в древнейших славянских племенах подтверждает, что старость не отождествлялась древними народами с немощью и болезнью, а рас-

смаatrивалась ими как особая ступень восхождения к Богам, куда добровольно отправлялись, как правило, самые почтенные и уважаемые старики. В христианской культуре старость считалась возрастом, создающим естественные предпосылки для просветления, поскольку искуcительные проявления плоти, связанные с питанием и половым инстинктом, к этому времени ослабляются. Христианский образ старости очень ярко проявляется в уникальном явлении – старчестве. Здесь старость не связана с ее биологическим проявлением, а представляет собой высшую степень духовного совершенства на пути к бессмертию. В образе святой старости реализуется свойственное каждому человеку внутреннее неприятие физической старости и смерти [2].

Культуры, в которых существуют национальные традиции отношения к старости, отводят старику важную роль патриарха, старейшины, советника, мудреца и друга. В расширенных семьях на Востоке существуют такие отношения, которые требуют от пожилых людей участия, интеграции, готовности к общению и дают ощущение надежности, обеспечивают эмоциональное тепло и защищенность. Благодаря этому пожилые люди не выпадают из общественной иерархии [3].

Итак, образы старости в разные эпохи представляют собой социокультурный и психологический феномен, корни которого кроются в реальных противоречиях развития общественно-экономических формаций.

В нашей стране много лет латентно формировалось негативное отношение к старости. С одной стороны, постепенно происходило размывание идеалов отношения к старости, все более утверждался подход к человеку как «винтику» социального организма, который нужен только в рабочем состоянии. С другой стороны, считается, что определенное влияние на отношение к старикам и старости в нашей стране оказало явление геронтократии – власти стариков, когда старые политики, серьезно больные и уже ничего не решающие, пожизненно занимали свои посты. Консерватизм политического руководства того времени стал тормозом естественного процесса смены поколений, что относилось массовым сознанием к свойствам самой старости.

В научных работах, вышедших в свет до 90-х гг. часто упоминается, что «наше ориентированное на молодость общество часто неуважительно относится к старости». Особенно много работ посвящено негативной стереотипизации стариков, явлению эйджизма в 60–80 гг.

Негативное, даже циничное отношение к старикам формируется в результате внедрения в общественное сознание чуждых российскому менталитету норм, особенно благодаря усилиям СМИ: дети и молодежь усваивают новые ценности и установки, которые приводят к разлому в семейных связях и отношениях.

Повышение в общественном мнении «ценности» юности, поддерживаемое средствами массовой информации, также способствует усилению негативной оценки старости.

Однако однозначно говорить в начале третьего тысячелетия о негативной стереотипизации и негативном образе старости было бы неверно. Есть данные о том, что в нашем обществе имеют место достаточно устойчивые амбивалентные стереотипы пожилых людей, в которых отражается позитивная оценка их опыта, знаний и умения выстоять в сложных житейских ситуациях [3].

Вероятно, существует возможность формирования у пожилых людей установки на их значимость для молодых, на помощь им, у молодых – на принятие этой помощи, а у обеих этих (и других) возрастных групп – на оптимизацию образа пожилого и старого человека в современном обществе.

Литература

1. Глуханюк Н.С., Гершкович Т.Б. Поздний возраст и стратегии его освоения. Издание 2-е, дополненное – М., 2003.
2. Коротчик Н.А. Старость как культурно-исторический феномен (Опыт философского исследования): Автореф. дис. ... канд. философ. наук. СПб., 1995.
3. Краснова О.В. История старости как история формирования аттитюдов. // Психология зрелости и старения. 2003. № 3.

Социально-педагогическое сопровождение людей «третьего возраста» в современной отечественной образовательной практике

Яковенко И.М., Ковалева Е.В.

Вопросы, связанные с проблемой социально-педагогического сопровождения людей третьего возраста стали наиболее актуальными в последнее десятилетие.

Убеждены в ведущей роли российского общества, осознающего значимость состоятельности людей «третьего возраста». Именно от общества сегодня пожилые ждут поддержки и инициативы.

Мы должны вспомнить, что многие крупные открытия во всех сферах жизнедеятельности человека и общества были созданы людьми третьего возраста, так как именно их накопленный жизненный опыт способствовал личностной самореализации.

Это помогает утвердиться во мнении, что стареющий человек нуждается в социально-педагогическом сопровождении, а молодое поколение в воспитании уважительного отношения к старым людям. Позволим выразить свою точку зрения о том, что воспитание такого отношения к людям старшего возраста является одной из реальных возможностей возвращения «человеческого в человеке» (Слободчиков В.И.).

То обстоятельство, что мы живем в иных от прошлого темпах движения истории, сказалось на смещении хронологических границ пожилого возраста. Существуют предпосылки данного явления, к ним можно отнести: увеличение средней продолжительности жизни и, соответственно, – доли людей

«третьего возраста» в социуме; увеличение доли интеллектуального труда и расширение сферы услуг.

В этой связи важным в социальной политике российского государства в отношении людей «третьего возраста» становится не только сохранение физической жизни пожилого человека, но и поддержание его социальной, трудовой, а также образовательной активности. Еще в конце прошлого века известный советский, российский ученый, И.С. Кон в работе «Социология личности» отмечал, что возникает необходимость не только продлить жизнь, но и работоспособность человека, а также гармонически сочетать людей старшего возраста и молодежь [1].

Отметим, что в наши дни произошло принципиально новое «открытие» старости. Этот период жизни человека стал рассматриваться как равноправный другим периодам, он самостоятельный и особенный по своим характеристикам возраст. Старость как явление человеческой жизни представлена двумя качественно различными аспектами своего существования: биологическим и социальным аспектом, т.е. «социальной старостью». Чтобы отсрочить или не допустить «социальную старость» необходимо, образно говоря, «ослабить силу» разобщенности поколений. Для этого важна целенаправленная работа с молодежью по формированию уважительного отношения к пожилым людям и повышения их социальной роли в обществе.

Приоритетная роль в решении проблемы формирования уважительного отношения к пожилым людям, на наш взгляд, принадлежит семейному воспитанию и воспитательной работе в образовательной организации.

Говоря о педагогической практике, можно вспомнить опыт известного советского педагога В.А. Сухомлинского, который подчеркивал, что отношение к матери, отцу, бабушке, дедушке являются испытанием человечности. В середине прошлого века вместе с коллективом Павлышской школы на Украине он создал удивительный кодекс, включающий 10 правил формирования у детей уважения к старшим – «Десять Нельзя». Назовем несколько из десяти: нельзя смеяться над старостью и старыми людьми – это величайшее святотатство; о старости надо говорить только с уважением; в мире есть три вещи, которые ни при каких условиях не могут быть подвергнуты осмеянию – патриотизм, истинная любовь к женщине и старость; нельзя делать то, что осуждают старшие – это очень важно для укрепления уважения к педагогам и родителям; нельзя оставлять старшего родного человека в одиночестве, особенно мать, если у нее нет никого, кроме тебя; в радостные дни праздника никогда не оставляй ее одну; ты сам – твое слово, твоя улыбка, твое обращение – бывает, единственная радость ее бытия; чем ближе закат человеческой жизни, тем острее переживается горечь одиночества; оставлять одиноким бабушку, оставлять в одиночестве старика-отца, даже если и ты уже станешь стариком, – бесчеловечно, дико; помни, что в жизни человека наступает такой период, когда никакой другой радости, кроме радости человеческого общения, у него уже не может быть [1].

Вопросы преемственности поколений А.С. Макаренко считал одними из главных для педагогики, они рассматривались им в нескольких аспектах: первый – взаимодействие молодого и старшего поколений на примерах жизнедеятельности коллектива педагогов и воспитанников в колонии им. Горького и в коммуне им. Дзержинского; второй – взаимодействие старших поколений с младшими на примерах детско-родительских отношений; третий аспект проблемы преемственности поколений рассматривался им в широком социальном плане, связанном с социальной действительностью.

Взаимодействие старшего поколения и младшего – важное условие поступательного развития общества. Отметим, что в процесс взаимодействия поколения всегда *взаимозависимы и взаимосвязаны*. То есть, не только новое поколение зависит от предыдущего, но и предыдущие поколения зависят от молодого поколения. Эта зависимость проявляется в повседневном взаимодействии, в восприятии прошлого опыта, и в прогнозировании и проектировании будущего опыта. Вопросами в этом взаимодействии становятся следующие: какой опыт прошлого считать ценным, какие практики и опыт следует знать и учитывать в настоящем?

Решить эти вопросы эффективно возможно только при условии целенаправленного межпоколенного взаимодействия на основе взаимоуважения. Вообще отметим, что уважение к «седой старине» характерная черта как русской национальной традиции, так и традиции всех народов, проживавших и проживающих на территории России. Сегодня важно эту традицию сохранять.

В Российской Федерации накоплен позитивный опыт решения вопросов межпоколенного взаимодействия. Например, в рамках долгосрочной целевой программы «Старшее поколение» была организована работа университета «третьего возраста» на территории Камчатского края Российской Федерации (полуостров Камчатка), где мы живем. Работа университета «третьего возраста» (неформальное образование) основано на традиционных методах обучения и нетрадиционных, в основе которых заложено практическое применение знаний «здесь и сейчас».

Камчатский социальный проект университет «третьего» возраста» пропагандирует себя как центр обучения и общения пожилых людей, помогающий повысить уровень правовой и компьютерной грамотности; предлагающий возможность для самообразования и самосовершенствования; способствующий активной общественной жизни и волонтерской деятельности. Университет «третьего» возраста» содействует разностороннему развитию личности. Существует данный университет с 2012 года, участниками его стали более 4500 камчатцев.

Университет организован на базе Камчатской краевой библиотеки имени С.П. Крашенинникова. Анализ опыта обучения в Университете «третьего возраста» позволил сделать вывод о необходимости устранения социально-психологических барьеров, которые препятствуют эффективности обучения:

беспокойство о своем авторитете, неготовности к изменениям, неловкости при обучении у молодых людей; неприятия информации, которая идет вразрез с полученным ранее образованием.

С нашей точки зрения, только социально-педагогическое сопровождение пожилых людей поможет «снизить» уровень обозначенных барьеров (трудностей). Раскроем свое видение понятия «социально-педагогическое сопровождение людей третьего возраста» – это особая сфера социально-педагогической деятельности, которая направлена на решение возникающих проблем людей «третьего возраста», мешающих им достигнуть позитивных результатов в саморазвитии и самореализации.

Рассматриваемые социально-педагогические условия, как основа социально-педагогического сопровождения людей третьего возраста, взаимосвязаны и взаимозависимы. К первому социально-педагогическому условию мы относим расширение образовательного пространства, способствующего самоактуализации людей третьего возраста. Второе социально-педагогическое условие – актуализация смыслов образования для пожилых людей. Третье – формирование у людей «третьего возраста» установки на саморазвитие.

Отметим, что под *расширением образовательного пространства, способствующего самоактуализации людей «третьего возраста»* мы понимаем взаимосвязь целенаправленного образования пожилых людей с внешними образовательными и социальными институтами (клубами, театрами, социальными центрами, общественными организациями). Стремление личности к *самоактуализации* есть наиболее полное выявление и активное реализация личностных возможностей (организаторских, творческих способностей), раскрывается суть понятия «смысл».

Смысл часто определяется человеком благодаря переживаемым позитивным изменениям в жизни, а именно – событиям. Событием, по нашему мнению, может быть само решение людей «третьего возраста» учиться, образно говоря «осуществить пробу себя».

Следующее социально-педагогическое условие – формирование у людей «третьего возраста» установки на саморазвитие. Установка как особое, специфическое состояние, возникает у субъекта (субъект как грань человека) под воздействием конкретной ситуации.

По мнению российского ученого Л.Н. Куликовой, *установка на саморазвитие содействует* «развитию целостности личности; *выступает средством* самодоотраивания человека под задачи деятельности и под цели жизни, социального укоренения; *оказывает терапевтическое влияние* в силу целенаправленной регуляции и сосредоточения на саморазвитии в рамках деятельности человека; *актуализирует систему ценностей*, углубление ценностных ориентаций человека; *усиливает осмысление* человеком отношений с другими людьми, его естественную коллективность [3, С. 44].

Для того, чтобы эффективно осуществлять социально-педагогическое сопровождение людей «третьего возраста» на основе выявленных социально-педагогических условий, мы считаем важным выстроить логику данного сопровождения. На первом этапе, мы назвали его «погружение в образовательную реальность», происходит следующее: люди «третьего возраста» знакомятся с предлагаемыми образовательными услугами, педагогами, просматривают видеофильмы о работе «университета третьего возраста» или «Народного университета», другими социальными проектами, знакомятся с продуктами деятельности выпускников, их отзывами о работе университета. Таким образом, постепенно у них формируется ценностная установка «мне нужен этот университет», «мне необходимо это образование».

Второй этап деятельности назван «погружение в образ себя». «Я – студент», но «я и учитель!», а самое главное – «интересный и полезный обществу человек». Пенсионеры включаются в учебную и социально-значимую деятельность: ходят в походы, на выставки, в музеи, театры, организуют с молодыми людьми тематические вечера, участвуют в различных конкурсах, состязаниях, заботятся о тех, кто остро нуждается в их поддержке и помощи, например инвалидах. Таким образом, у людей «третьего возраста» формируется ценностная установка «О! Я еще много что могу!».

На третьем этапе, мы назвали его этап «ощущение полноценности и радости жизни», у пожилых людей появляется устойчивое стремление к активному преобразению своей жизнедеятельности, благодаря чему формируется ценностная установка «хочу жить, жить весело, с пользой для общества!».

Мы выразили свое мнение о сущности и содержании социально-педагогического сопровождения людей «третьего возраста» как насущной потребности современного общества, результатом которого станет межпоколенное взаимопонимание, взаимоуважение, взаимная поддержка.

Литература

1. Десять нельзя. Электронный ресурс. Режим доступа: http://www.svdeti.ru/index.php?option=com_k2&view=item&id=1157:uvagenie&Itemid=68. (дата обращения 14.05.2015 г.)
2. Кон И.С. Социология личности. М., 1967.
3. Куликова Л.Н. Проблемы саморазвития личности / Л.Н. Куликова – Хабаровск, 1997.

Межпоколенческое взаимодействие и социализация пожилых людей

Янцен М.А.

Современное общество характеризуется стремительным ростом доли престарелых граждан. Проблемы пожилых людей приобретают глобальные масштабы. Старость – заключительный этап жизнедеятельности человека, свя-

занный с изменением социального статуса, нормативно-ценностной системы. Пора зрелости открывает новые возможности, меняет ролевую составляющую в общественной, экономической, культурной и духовной жизни человека. Жизнь наполняется таким содержанием, которое порождает и предопределяет многообразие самой жизни и, соответственно, взаимосвязи с другими социальными и возрастными группами.

Межпоколенческое взаимодействие составляет основу и является системообразующим в обществе. Процессы взаимодействия поколений крайне сложно поддаются внешнему управлению. Динамика, изменчивость – естественные состояния общества. Однако именно этот факт вызывает тревогу, прежде всего, у старшего поколения, так как темп, ритм, динамизм его жизни естественным образом снижаются. Это «замедление хода жизни» в восприятии разных поколений является одним из препятствий к их деятельностному контакту.

Другая сторона этих тревог – снижение рождаемости. Старшее поколение интуитивно воспринимает этот факт как угрозу будущему общества и снижению смысла своей жизни, так как на уровне индивидуальной жизни преемственность поколений нарушается, социальный опыт становится невостребованным в том объеме, в котором он был создан. Для более молодого поколения такое рассогласование темпов, ритмов и динамизма жизни воспринимается как угроза своей независимости в связи с увеличивающейся продолжительностью жизни, ее приватностью, как посягательство на место в социальном пространстве, как препятствие для своей социальной мобильности. Базовые ценности пожилых людей имеют нематериалистический характер. Современные молодые люди стремятся к достижению материальных ценностей. Это несовпадение способствует конфликту поколений. И в настоящее время он принимает более утонченные формы духовной борьбы, в том числе и за право на собственный образ жизни [2].

В современных условиях динамика социальных изменений и взаимодействия различных социальных групп вступают в противоречия, что неизбежно накладывает отпечаток на взаимодействия между различными поколениями. Сильные связи или зависимости друг от друга представителей разных поколений могут делать их, с одной стороны, более жизнестойкими, а с другой стороны, уязвимыми, беспомощными, неспособными противостоять стрессу. Они способны как усиливать, так и ослаблять индивидуальную систему жизненных ресурсов человека. Межпоколенческие связи, являясь показателем соединенности, общности разных поколений, предполагают передачу и прием опыта как в направлении от предков к потомкам, так и от потомков к предкам.

Поколенческий подход в социологии предполагает анализ сосуществования в движении, в развитии трех жизненных измерений в социальной ситуации: поколения молодых, поколения зрелых людей и поколения стариков. В процессе этого движения рассматриваются статусы, роль людей различного возраста в данном

обществе, их потенциальные возможности. В центре внимания – особенности межпоколенческой передачи культуры, проблемы единства поколений, солидарности, адаптации каждого нового поколения в социокультурном информационном пространстве, соотношения поколенческих структур и институтов с другими образованиями: национальными, половыми и классовыми [5].

В изменяющемся обществе социализация пожилых становится частью инновационных стратегий адаптации различных слоев населения.

В связи с этим представляется актуальным вопрос рассмотрения социализации пожилых людей в контексте межпоколенческого взаимодействия. В его оценке следует обратить внимание на следующие теории.

Теория «освобождения» (Э. Каминз, У. Генри) представляет снижение взаимодействия между стареющей личностью и обществом, ведущее к «освобождению» пожилого пенсионера перед всеми общественными обязательствами, полному отчуждению.

Среди молодежи и людей среднего возраста укоренилось неприятие старости, личностная неприязнь к их болезням, нетрудоспособности, бесполезности. Дискриминация, осуществляемая одними возрастными группами по отношению к другим, получила название «эйджизм» (от английского «age» – возраст). Этот термин ввел в оборот американский социолог Р. Батлер [4].

Авторы другой теории – возрастных ценностных асимметрий – анализируют способы получения дохода, размеры, «открытость» социальных позиций, которые дают доступ к воздействию на общественные процессы. Пожилые люди дистанцированы от власти, богатства, престижа, занимают маргинальное положение. Смена приоритета связана с упразднением позитивного образа респектабельной старости, престижа солидных манер пожилых и усилением значимости юношеских ценностей, игр, развлечений, преклонением перед культом богатства и успеха.

Безучастное, пассивное отношение в старости к окружающему миру (квинтессенциальная позиция) оборачивается стремлением переложить свои проблемы на кого-то другого: институты, учреждения, которые решили бы проблемы. Человек не меняется с возрастом, проявляются черты, которые скрывались в молодости. Так проявляется преемственность жизненных стратегий [1].

Эти и подобные им теории акцентируют снижение социального статуса пожилых людей, ослабление межпоколенческих связей, пассивную позицию стариков в обществе и т.п. Рассматривать социализацию пожилых людей только в контексте таких теорий было бы неверно. Но есть и другие подходы.

Теория профилизации личности анализирует стиль жизни, позиции, социокультурные ориентации, индивидуальные реакции пожилого человека. В качестве позитивного фактора рассматривается сохранение жизненной активности.

Теория взаимоотношения модусов времени раскрывает существование человека в трех измерениях: прошлом, настоящем и будущем. Ритм жизни меня-

ется с возрастом. Он становится более плавным, размеренным. Любое отклонение от плана приводит к состоянию психологической неудовлетворенности. Для пожилых характерен пересмотр и переоценка своей прожитой жизни. Часто в сознании всплывают эпизоды давно прошедшего прошлого. С возрастом течение времени убыстряется, пространство будущего сужается. Возвращаясь в прошлое, человек пытается наполнить жизнь эмоциональным смыслом, обрести уверенность, найти психологическую опору. Это положительно сказывается на социализации пожилого человека в изменившихся условиях.

Несомненно, социализация пожилых людей зависит от того, что было с ними в детстве, юности, в молодости и в среднем возрасте. Следует подчеркнуть, что хотя социализация пожилых людей весьма отдалена от первичной социализации, в своей основе она имеет то, что заложено в детские и молодые годы.

В настоящее время необходима разработка новых адаптационных стратегий на финальном этапе жизни, способствующих овладению социально-психологическими механизмами, блокирующими негативные последствия критических моментов жизни пожилого человека. И здесь очень важно межпоколенческое взаимодействие.

В анализе проблем межпоколенческого взаимодействия в социологии можно выделить несколько методологических подходов к изучению этих отношений. Основными из них являются – функциональный подход (Т. Парсонс, Р. Мертон) и «теория конфликтов» (Ч.Р. Миллс, М. Мид). В работах Т. Парсонса, основоположника структурного функционализма, проблемы межпоколенческих отношений исследовались с точки зрения процессов социализации молодого поколения, и проявления недовольства и социального протеста определялись как формы девиантного, отклоняющегося от установленной нормы поведения [3].

Вторым крупнейшим методологическим направлением в рассмотрении проблем молодежи является конфликтный подход. В работе М. Мид «Культура и сопричастность» представлен культурологический вариант теории конфликта поколений. Межпоколенческие отношения рассматриваются в связи с типом семейной организации и темпами общественного развития.

Социализация – процесс двусторонний, в котором старшее поколение выступает не только субъектом социализации, но и ее объектом. Старшее поколение передает молодым нормы и ценности, а молодежь, легко приспосабливаясь к изменившимся социальным условиям, учит старших.

Главное в межпоколенческих отношениях – способность каждого поколения адаптироваться безболезненно в единое социокультурное пространство без жесткой иерархии, без насилия, неуважения со стороны «отцов» к «детям», и наоборот, с обязательным утверждением авторитета пожилых людей и доверия, любви к растущему человеку.

На поздних этапах жизни индивида семья играет исключительную роль. Она представляет собой ближайшее социальное окружение пожилого человека, спо-

собное оказывать и позитивное, и негативное влияние на его адаптацию к изменившимся после выхода на пенсию условиям жизни, на усвоение им новой социальной роли [6]. В большинстве случаев «возврат» в нее не сопровождается негативными моментами. В то же время довольно значительная часть пенсионеров сталкивается с трудностями в адаптации к новым семейным ролям и возрастанием объема некоторых своих функций. Несомненно, что в хозяйственно-бытовой взаимопомощи участие старшего поколения большее, причем это относится как к работающим, так и к прекратившим трудовую деятельность.

Семья – уникальная, ничем не заменимая система поддержки для пожилых и старых людей, один из важнейших социализирующих факторов. Удовлетворенность своим положением в семье, принятие семейных ролей и функций – эти и другие факторы не только определяют степень реального участия пожилых людей в жизни семьи, но также побуждают их принимать вполне определенные решения, связанные и с внесемейной деятельностью, в том числе в сфере общественного производства. В первую очередь это подтверждается связью мотивов продолжения и прекращения работы с семейными обстоятельствами.

В современном обществе развиваются различные практики, предусматривающие систематическое и преднамеренное взаимодействие между пожилыми и молодыми людьми в обществе. Такие практики предлагают механизм, с помощью которого люди различных поколений сотрудничают для того, чтобы поддерживать и оберегать друг друга. Межпоколенческие практики позволяют удовлетворить потребности в контактах между поколениями, разрушая барьеры, которые современное общество установило между возрастными группами. Для пожилых людей участие в них помогает избавиться от ощущения своей бесполезности и чувства одиночества, алкоголизма и т.п., а также решить проблему занятости. Межпоколенческие контакты улучшают физическое и эмоциональное самочувствие пожилых людей, повышают их жизненную активность. Практики межпоколенческого взаимодействия способствуют восстановлению связей с семьей и обществом. Их можно разделить на три основных группы:

1. Пожилые люди предоставляют услуги детям и подросткам.
2. Дети и подростки предоставляют услуги пожилым людям.
3. Дети, подростки и пожилые люди вместе поддерживают людей других возрастов.

В современном обществе можно выделить следующие ориентиры межпоколенческих связей:

- развить уважение к богатому культурному наследию, традициям и истории разных поколений;
- содействовать пониманию духовных ценностей другого поколения, уважению людей на всех возрастных этапах жизни на партнерских условиях;
- помочь потенциалу одного поколения удовлетворить потребности другого через объединение ресурсов;

- предоставить возможность для взаимодействия людям, занимающим различные позиции в обществе, имеющим разный возраст и опыт;
- обучать людей для того, чтобы решать проблемы разных поколений посредством взаимодействия;
- предотвратить возрастную сегрегацию в обществе;
- объединить и актуализировать вопросы социальной политики, которые касаются всех поколений;
- дополнить усилия социальных служб для таких категорий граждан, как инвалиды, немощные старики, молодые люди из группы риска;
- разрушить сложившиеся стереотипы о молодых и пожилых.

Социализация пожилых людей является одним из сложных типов социализации взрослых. Ограничение психофизических возможностей, финансовые трудности вызывают чувства беспомощности, зависимости, восприятия себя предметом обузы для окружающих и близких людей ведут к снижению социальной активности и жизнеспособности. Сложности этой социализации состоят в том, что адаптация к старости не приводит к росту и развитию. Подавляющее большинство пожилых людей мучают психологические проблемы: нарушение привычного образа жизни, отсутствие внимания со стороны общества и близких, одиночество. Неслучайно концептуальные взгляды мирового сообщества на место и роль пожилых людей в обществе нашли выражение в Принципах ООН «Сделать полнокровную жизнь лиц преклонного возраста» и составили пять групп: независимость, участие, уход, реализация внутреннего потенциала, достоинство.

Для успешного развития общества необходимо объединить опыт, знания и мудрость пожилых людей с жизнерадостностью, активностью и оптимизмом молодых, необходимо взаимодействие, взаимопомощь поколений. Использование ресурсов социальной политики, СМИ и социального окружения необходимо для формирования позитивного отношения к пожилым людям. Устранение дискриминации по возрастному признаку, сокращение социальной дистанции между поколениями должно стать приоритетными направлениями социальной политики российского государства.

Литература

1. Анурин В.Ф. Некоторые проблемы социологии старости // Психология старости и старения: хрестоматия / сост. Краснова О.В., Лидерс А.Г. М., 2003.
2. Вдовина М.В. Регулирование межпоколенческого конфликта в российской семье: Монография. М., 2009.
3. Парсонс Т. Человек в современном мире. М., 1996.
4. Рыбакова Н.А. Феномен старости. М., 2000.
5. Спасибенко С.Г. Поколения как субъекты общественной жизни // Социально-политический журнал. 1995, № 4.
6. Шапиро В.Д. Социальная активность пожилых людей в СССР. М., 1983.

Сведения об авторах

- Абдуллаева И.Д.*** – Филиал МГУ им. М.В. Ломоносова в г. Ташкенте
inaba2@yandex.ru
- Азаренок Н.В.*** – БГПУ им. Максима Танка, Минск, Беларусь
azarionoknv@mail.ru
- Айсина Р.М.*** – ФГАОУ ВПО СКФУ, Ставрополь, Россия
reiner@bk.ru
- Акулова М.В.*** – БФ «Гуманитарное действие», Санкт-Петербург
tarakul@inbox.ru
- Александрова О.В.*** – СПбГУ, Санкт-Петербург, Россия
al-ov@bk.ru
- Алехнович Е.Ч.*** – Белорусский государственный университет культуры и искусств, Минск, Беларусь
- Анисимова О. М.*** – Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург, Россия
olga-anisimova@yandex.ru
- Антонова А.Н.*** – ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
antonova_sasha92@mail.ru
- Антонова Е.А.*** – Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург, Россия
antonova.prof@yandex.ru
- Арпентьева М.Р.*** – КГУ им. К.Э. Циолковского, Калуга, Россия
- Ахунова И.Г.*** – Филиал РГСУ в г. Минск, Минск, Беларусь
irina_ahunova@mail.ru
- Бабылева О.Н.*** – УВО БарГУ, г. Барановичи, Беларусь
babylyova_olga@mail.ru
- Барабанова Е.В.*** – ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
alenagloss@yandex.ru
- Барцалкина В.В.*** – ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
bartsalkina50@mail.ru
- Бачурина О.В.*** – магистрант ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
- Белановская М.Л.*** – Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка, Минск, Беларусь
belanovskaya.marina@gmail.com
- Белановская О.В.*** – БГПУ им. М.Танка, Минск, Беларусь
olgabel06@gmail.com

- Беловол Е.В.** – канд. психол. наук, доцент, профессор кафедры психологии развития МПГУ, Москва, Россия
- Богатов В.В.** – ГБОУ ВПО МГОУ, Москва, Россия
v_bog_v@mail.ru
- Бойко З.В.** – канд. психол. наук, доцент, доцент кафедры управления сестринской деятельностью, РУДН, Москва, Россия
- Болдинова Т.Н.** – ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
boldinovatn@mail.ru
- Беляева Т.Б.** – ФГБОУ ВПО НовГУ имени Ярослава Мудрого, Великий Новгород, Россия
tatjana_belyaeva@mail.ru
- Борисова Н.М.** – ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
bonamivita@gmail.com
- Ботяновская И.В.** – ГУО МОИРО, Минск, Беларусь
irina_psy@rambler.ru
- Быкова Е.А.** – ФГБОУ ВПО «ШГПИ», Шадринск, Россия
elbykova80@mail.ru
- Вайберт М.И.** – доцент, к.п.н. Чувашский государственный университет им. И.Н. Ульянова, Чебоксары, Россия
- Васецкая Е.Н.** – ГКОУ ВПО «Российская таможенная академия» Санкт-Петербургский имени В.Б. Бобкова филиал Российской таможенной академии, Санкт-Петербург, Россия
vasetskaya@mail.ru
- Василенко В.Е.** – Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург, Россия
vasilenko_v@list.ru
- Войцехович Е.В.** – Филиал Российского государственного социального университета в г. Минске, Беларусь
- Волкова Е.В.** – ФГБУН ИПРАН, Москва, Россия
volkovaev@mail.ru
- Волкова О.О.** – ГБПОУ ТК № 21, Москва, Россия
olvolkov@hotmail.com
- Волченков В.С.** – УО «БГПУ им. М. Танка», Минск, Беларусь
v.vol@tut.by

- Воюшина Е.А.** – Северный (Арктический) федеральный университет им. М.В. Ломоносова, Архангельск, Россия
e.voyushina@mail.ru
- Гаврилюк Н.Э.** – ГБУ ТЦСО «Можайский», Москва, Россия
csomojai@mail.ru
- Галасюк И.Н.** – МГОУ, Москва, Россия
igalas64@gmail.ru
- Галуза А.В.** – Филиал РГСУ в г. Минске, Минск, Беларусь
agaluz@mail.ru
- Ганжа В.В.** – ГБУ ТЦСО «Бибирево», Москва, Россия
Webobon@yandex.ru
- Гапонова С.А.** – ФГБОУ ВПО НГПУ, Нижний Новгород, Россия
sagar@mail.ru
- Гаюрова Ю.А.** – ФГБОУ ВО «Самарский государственный институт культуры», г. Самара, Россия
yuliko9@yandex.ru
- Головина Г.А.** – ГБПОУ ТК №21, Москва, Россия.
ggolovina@mail.ru
- Гонта А.В.** – Белорусский государственный педагогический университет им. М. Танка, Минск, Беларусь
saved77@gmail.com
- Гудзовская А.А.** – ГБОУ ВПО СГОАН, Самара, Россия
aag_1@rambler.ru
- Гурова Е.В.** – ГБОУ ВПО МГППУ, АНО ВПО МосГУ, Москва, Россия
- Давыдова Ю.А.** – МНИИ психиатрии (филиал ФГБУ «ФМИЦПН им. В.П. Сербского» Минздрава России, ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия)
- Данилова М.В.** – Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург, Россия
dan_m@mail.ru
- Денисова В.Г.** – Институт психологии РАН, Москва, Россия
tolohekva@mail.ru
- Дерманова И.Б.** – Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург, Россия
dermanova@mail.ru

- Долныкова А.А.** – МНИИ психиатрии (филиал ФГБУ «ФМИЦПН» Минздрава России)
alexandra-dolnykova@yandex.ru
- Дробышева Т.В.** – Институт психологии РАН, Москва, Россия
tdrobysheva@mail.ru
- Егоров Р.Н.** – ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
roego@yandex.ru
- Елизаров А.Н.** – ФГБОУ ВПО «Московский государственный гуманитарный университет имени М.А. Шолохова», Москва, Россия
psychologia@yandex.ru
- Екимчик О.А.** – Костромской государственный университет имени Н.А. Некрасова, Костромской государственный технологический университет, Кострома, Россия
olga-ekimchik@rambler.ru
- Ермилова Е.Е.** – ФГБОУ ВПО РГПУ им. А.И. Герцена, Санкт-Петербург, Россия
ermilovaelena87@mail.ru
- Ефимова И.О.** – Студентка магистратуры факультета психологии образования, Московский городской психолого-педагогический университет, Москва, Россия
fina2000@mail.ru
- Ефремова Е.С.** – ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
efremova_e_s@mail.ru
- Жеребкина В.Ф.** – ГБОУ ВПО ЧГПУ, Челябинск, Россия
gerebkinavf@mail.ru
- Золотарева А.А.** – ФГБОУ ВПО «НИУ МГСУ», Москва, Россия
zoloalena@yandex.ru
- Зыкова А.В.** – ФГБОУ ВПО НГПУ, Нижний Новгород, Россия
sagar@mail.ru
- Иванов Д.В.** – факультет дистанционного обучения ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
ivanovdv@fdomgppu.ru
- Иванова Е.А.** – студент факультета клинической и специальной психологии ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
lenaiva@gmail.com
- Иванова Е.В.** – ГБОУ ВПО МГППУ, ГБОУ СОШ №364, Москва, Россия
gsssss@mail.ru

- Ивахненко О.Н.** – ГОУ ВПО МГОУ, Москва, Россия
muravina@inbox.ru
- Иосебадзе Л.Ш.** – аспирант Института дополнительного профессионального образования Департамента социальной защиты населения города Москвы, Россия
- Исенина Е. И.** – Ивановский государственный университет, Иваново, Россия
davese@mail.ru
- Кащева М.А.** – ФГБОУ ВПО «Брянский государственный университет имени академика И.Г. Петровского», Брянск, Россия
maria.hoholchik@yandex.ru
- Каяшева О.И.** – Университет Российской академии образования, Москва, Россия
idst1230@yandex.ru
- Кибальченко И.А.** – ЮФУ, Таганрог, Россия
kibal-irina@mail.ru
- Кисель Д.В.** – Станция скорой медицинской помощи, Дружковка, Украина
dmitrii.kisel@mail.ru
- Клементьева М.В.** – ФГБОУ ВО «Тульский государственный университет», Тула, Россия
- Ковалева Е.В.** – ФГБОУ ВПО «КамГУ им. Витуса Беринга», Петропавловск-Камчатский, Россия
eevkov@mail.ru
- Колесникова Е.И.** – ФГБОУ ВПО Самарский государственный архитектурно-строительный университет, Самара, Россия
KolesnikovaEI@yandex.ru
- Колпачников В.В.** – НИУ ВШЭ, Москва, Россия
vkolpachnikov@hse.ru
- Колтачук Е.В.** – ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
- Комолов О.Е.** – ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
Komolov1993@yandex.ru
- Коньков С.А.** – самозанятый профессионал (бизнес-консультант), Москва, Россия
sl.konkov@gmail.com
- Кортнева Ю.В.** – ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
kortneva.jul@yandex.ru

- Котляр И.А. (Корепанова)** – Международный университет природы, общества и человека «Дубна», Дубна; ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
- Котова С.С.** – ФГАОУ ВПО «Российский государственный профессионально-педагогический университет», Екатеринбург, Россия
89193885388@mail.ru
- Косинова В.В.** – ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
wkosinowa@yandex.ru
- Кочетова Ю.А.** – канд. психол. наук, доцент кафедры возрастной психологии, факультета психологии образования ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
juliya25@mail.ru
- Крупнов Д.Ю.** – ГБОУ ВПО «Северо-Осетинский государственный педагогический институт», Владикавказ, Россия
- Крылова Н.Г.** – Костромской государственный университет им. Н.А. Некрасова, Кострома, Россия
- Кубанская Л.Л.** – преподаватель кафедры психологии Барановичского государственного университета, Барановичи, Беларусь
- Кузнецова О.В.** – ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
- Кукуев Е.А.** – ФГБОУ ВО ТюмГУ, Тюмень, Россия
eakukuev@gmail.com
- Курачев Д.Г.** – доктор философских наук. Академия при Президенте Российской Федерации, РАНХиГС. Брянский филиал Брянск, Россия
kyrachev@mail.ru
- Курачева Л.Г.** – ОАНО ВО «Московский психолого-социальный университет» Брянск, Россия
larisakuracheva@mail.ru
- Курилович М.А.** – ГУО ВПО РГСУ (филиал в г. Минске), Беларусь
marinaku05@mail.ru
- Курочкина И.А.** – ФГАОУ ВПО «Российский государственный профессионально-педагогический университет», Екатеринбург, Россия
- Лаврова З.И.** – ФГБОУ ВО СПбГЭУ, Санкт-Петербург, Россия
- Лебедева А.А.** – Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург, Россия
anka_leb@mail.ru

- Лебедева А.А.** – НИУ «Высшая школа экономики», Москва, Россия
aalebedeva@hse.ru
- Лебедева Н.В.** – ИДПО ДСЗН, Москва, Россия
Lebedeva1512@yandex.ru
- Лиознова Е.В.** – Государственный педиатрический медицинский университет, Санкт-Петербург, Россия
toana@yandex.ru
- Ловков С.Г.** – ФГБОУ ВПО НГПУ, Нижний Новгород, Россия
lovskom@yandex.ru
- Малиновский Е.Л.** – канд. психол. наук, доцент кафедры психологии образования Белорусского государственного педагогического университета им. Максима Танка, Минск, Беларусь
- Майорова И.А.** – ФГБОУ ВПО НГПУ, Нижний Новгород, Россия
lovskom@yandex.ru
- Максименко Ж.А.** – ФГАОУ ВПО СКФУ, Ставрополь
xlissa@yandex.ru
- Мартынова Л.А.** – ГУО «Минский областной институт развития образования», Минск, Беларусь
martyn.67@mail.ru
- Марченко Т.А.** – ГБОУ ВПО МУПОиЧ «Дубна», Дубна, Россия
- Матюшкина Е.Я.** – ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
elena.matyushkina@gmail.com
- Мищенко М.В.** – магистрант ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
- Молчанова О.Н.** – ФГАОУ ВПО НИУ ВШЭ, Москва, Россия
xariton8@yandex.ru
- Морева Г.И.** – Тюменский государственный университет, Тюмень, Россия
- Московская М.С.** – ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
mariya_moskovskaya@bk.ru
- Мышкина М.С.** – ФГБОУ ВПО СамГУ, Самара, Россия
pylaem@bk.ru
- Наумова В.А.** – ФГБОУ ВПО «Камчатский государственный университет им. Витуса Беринга» Петропавловск-Камчатский, Россия
naumovavalentina2011@mail.ru
- Никитина Л. Н.** – РГПУ им. А.И. Герцена, Школа «Динамика», Санкт-Петербург, Россия

- Нестерова А.А.** – лаборатория саморегуляции личности, Северо-Кавказский федеральный университет, Россия
anesterova77@rambler.ru
- Нурмуханбетова С.К.** – Филиал РГСУ в г. Минск, Беларусь
irina_ahunova@mail.ru
- Ожиганова Г.В.** – Институт психологии РАН, Москва, Россия
galinaozhiganova@rambler.ru
- Орешкина А.С.** – ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
ale-oreshkina@yandex.ru
- Осина А.И.** – ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
annushkao1978@yandex.ru
- Острик А.А.** – ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
ostrikaa@mail.ru
- Павловец Г.Г.** – ГБОУ ВПО «Северо-Осетинский государственный педагогический институт», Владикавказ, Россия
- Падун М.А.** – ФГБУН Институт психологии РАН, Москва, Россия
maria_padun@inbox.ru
- Пакулина С.А.** – Челябинский областной центр социальной защиты «Семья», Челябинск, Россия
Pakulinasa@mail.ru
- Паламонов И.Ю.** – ГБУ ТЦСО «Бибирево», Москва, Россия
ipalamonov@gmail.com
- Петрушова И.В.** – Магистрант факультета психология образования ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
gorani@mail.ru
- Подобина О.Б.** – ФГБОУВПО КГУ им. Н.А. Некрасова, Кострома, Россия
oxanpodobina@mail.ru
- Польская Н.А.** – НОУ ВПО «Московский институт психоанализа», Москва, Россия
polskayana@yandex.ru
- Пономаренко А.А.** – Международное научное общество психологической помощи населению и профилактики старения, Москва, Россия
msk.ponomarenko@gmail.com
- Пряжников П.Н.** – магистрант ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
redmen94@mail.ru

- Пряженикова Е.Ю.** – ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
ostrikaa@mail.ru
- Пуговкина О.Д.** – МНИИ психиатрии (филиал ФГБУ «ФМИЦПН им. В.П.Сербского» Минздрава России, ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
olgapugovkina@yandex.ru
- Радионова М.С.** – канд. психол. наук, ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
Radionova.m@list.ru
- Рагулина О.А.** – магистр факультета психологии образования ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
ragulina.olga2015@yandex.ru
- Рак О.В.** – Филиал Российского Государственного Социального Университета, Минск, Беларусь
- Резник А.В.** – ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
super.alla678@yandex.ru
- Резапкина Г.В.** – ГБОУ ВО МО «Академия социального управления», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», Москва, Россия
5233942@mail.ru
- Рудыхина О.В.** – Российский государственный педагогический университет имени А.И. Герцена, Санкт-Петербург, Россия
olga.rudykhina@yandex.ru
- Рыбкина О.Ю.** – РГППУ, Екатеринбург, Россия
gazettant@rambler.ru
- Сабельникова Е.В.** – ФГАОУ ВПО НИУ ВШЭ, Москва, Россия
esabelnikova@hse.ru
- Садовникова Н.О.** – ФГАОУ ВПО РГППУ, Екатеринбург, Россия
nosadovnikova@gmail.com
- Самаль Е.В.** – Филиал Российского государственного социального университета, Минск, Беларусь
- Самойлова Е.А.** – ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
lookless@gmail.com
- Сапего Е.И.** – Белорусский Государственный Университет, Минск, Беларусь
miltcom@tut.by
- Сапуз А.А.** – Костромской государственной университет имени Н.А. Некрасова, Кострома, Россия

- Семенов В.Н.** – ГКСЭ, Минск, Беларусь
- Семенова Г.В.** – РГПУ им. А.И. Герцена, Школа «Динамика», Санкт-Петербург, Россия
g-seменова@yandex.ru
- Сергеева В.В.** – НОУ ВПО «Московский институт экономики, политики и права» (МИЭПП) на базе: НИИ НДХиТ, Москва, Россия
leofox@mail.ru
- Силантьева Т.А.** – *tanyasilantieva@yandex.ru*
- Скрыльникова Н.И.** – ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
- Соколова М.В.** – Международный университет природы, общества и человека «Дубна», Дубна; ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
- Сомова Н.Л.** – Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена, Санкт-Петербург, Россия
- Сперанская Г.Л.** – Белорусский государственный университет культуры и искусств, Минск, Беларусь
Flora_07@list.ru
- Старовойтова Л.И.** – ГБОУ ВПО РГСУ, Москва, Россия
- Степаненко А.П.** – ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
stepanenkoap@gmail.com
- Суннатова Р.И.** – Филиал МГУ им. М.В. Ломоносова, Ташкент, Узбекистан
sunrano@mail.ru
- Суркова Н.Ю.** – НОУ ВО МСПИ, Москва, Россия
- Суслова Т.Ф.** – Институт фундаментальных и прикладных исследований ФГАОУ ВПО «Северо-Кавказский федеральный университет», Ставрополь – Москва, Россия
sibir812@mail.ru
- Сычева О.А.** – Читинский филиал Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте РФ, Чита, Россия
- Тихомирова Е.В.** – Костромской государственный университет им. Н.А. Некрасова, Кострома, Россия
tichomirowa82@mail.ru
- Толочек В.А.** – Институт психологии РАН, Москва, Россия
tolochekva@mail.ru

- Третьяк Э. В.** – ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
89035129681@mail.ru
- Трошихина Е.Г.** – Санкт-Петербургский государственный университет,
Санкт-Петербург, Россия
e.troshikhina@gmail.com
- Филоненко В.В.** – ГБОУ ВПО «Северо-Осетинский государственный
педагогический институт», Владикавказ, Россия
- Фокин В.А.** – ЧОО ВО – Ассоциация «Тулский университет
(ТИЭИ)», Тула, Россия
fokine@mail.ru
- Фролова С.В.** – ГБОУ ВПО РНИМУ им. Н.И. Пирогова, Москва,
Россия
frolova-s80@mail.ru
- Фронтов А.Ю.** – Архитектурное бюро «АФА», Москва, Россия
- Хаеи Л.Г.** – Служба помощи, Берлин, Германия
chef47@mail.ru
- Хазова С.А.** – Костромской государственный университет
им. Н.А. Некрасова, Кострома, Россия
hazova_svetlana@mail.ru
- Харитонов А.В.** – ФГАОУ ВПО НИУ ВШЭ, Москва, Россия
xariton8@yandex.ru
- Харламенкова Н.Е.** – ФГБУН Институт психологии РАН, Москва, Россия
- Хмелева Н.Л.** – ЧУ ВО ИГА, Москва, Россия
nlh2009@yandex.ru
- Ходорковская Г.Л.** – ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
galin904g@yandex.ru
- Цапина С.Ю.** – ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
tsapina@bk.ru
- Цветкова А.В.** – Костромской государственный университет
им. Н.А. Некрасова, Кострома, Россия
tichomirowa82@mail.ru
- Церковникова Н.Г.** – РГППУ, Екатеринбург, Россия
gazettant@rambler.ru
- Черемисова И.В.** – ФГАОУ ВПО ВолГУ, Волгоград, Россия
irinarusa@inbox.ru

- Черепко С.Е.** – аспирант факультета психологии образования ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
sveta_cherepko@mail.ru
- Чернобровкина С.В.** – ФГБОУ ВПО ОмГУ им. Ф.М. Достоевского, Омск, Россия
chernobrovkina_s@list.ru
- Шаповаленко А.А.** – Российский государственный социальный университет, Москва, Россия
artem.shapovalenko@gmail.com
- Шаповаленко И.В.** – канд. психол.наук, доцент ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия.
- Шарендо Е.А.** – ЦПР «Равновесие», Москва, Россия
ieliena.shariendoshustova@mail.ru
- Шеманов А.Ю.** – ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
ajshem@mail.ru
- Широкова Т.М.** – УО БГПУ им. М. Танка, Минск, Беларусь
krapiva3@yahoo.com
- Шишкина Е.В.** – ФГБОУ ВО СПбГЭУ, Санкт-Петербург, Россия
- Шубникова Е.Г.** – ФГБОУ ВПО «ЧГПУ им. И. Я. Яковлева», Чебоксары, Россия
ivsuf@rambler.ru
- Шурупова Е.Ю.** – психолог, директор центра психолого-педагогического сопровождения детей и подростков «Веселые шаги», Москва, Россия
- Эйдельман А.Б.** – ГБОУ ВПО МГППУ, Москва, Россия
eydelman94@gmail.com
- Юрьева Л.А.** – ОАНО ВО «Московский психолого-социальный университет» Брянск, Россия
mospsh@yandex.ru
- Яковенко И.М.** – ФГБОУ ВПО «КамГУ им. Витуса Беринга», Петропавловск-Камчатский, Россия
Yakovenko.i.m@yandex.ru
- Янцен М.А.** – ГБУ ТЦСО «Беговой» филиал «Аэропорт», Москва, Россия
yancen.m@mail.ru

Содержание

<i>Предисловие</i>	3
--------------------------	---

Раздел I

На пути становления зрелости

Самоактуализация в связи с особенностями личностной рефлексии <i>Анисимова О.М.</i>	6
Удовлетворенность жизнью в период ранней зрелости <i>Антонова Е.А.</i>	9
Ценности мужчин и женщин с разным уровнем и типом личностной зрелости в ранней зрелости <i>Волченков В.С.</i>	10
Особенности когнитивного развития и профессиональная продуктивность химиков на этапе зрелости <i>Волкова Е.В.</i>	13
Развитие конкурентоспособности личности в период юношества как одно из условий жизнестойкости и психологического благополучия взрослой личности <i>Гапонова С.А., Зыкова А.В.</i>	16
Концепция психолого-педагогического сопровождения взросления молодых людей с ментальными и психическими нарушениями <i>Головина Г.А.</i>	20
Лонгитюдное исследование динамики социальной идентичности в период взросления <i>Гудзовская А.А., Мышкина М.С.</i>	24
Особенности ценностно-смысловых ориентиров личности в период ранней зрелости <i>Данилова М.В.</i>	28
Психологическое благополучие: предикторы и механизмы <i>Дерманова И.Б.</i>	32
Профессиональное самоопределение молодых взрослых–выпускников педузуа – актуальная психологическая проблема <i>Ермилова Е.Е.</i>	37
Зрелость личности и мотивация выбора волонтерской деятельности <i>Ефремова Е.С.</i>	41
Теоретический анализ концепции жизнестойкости в зарубежных и отечественных исследованиях <i>Иванова Е.В.</i>	43

Особенности социально-психологической адаптации у лиц с разным уровнем социального интеллекта <i>Иванов Д.В.</i>	48
Творческие возможности и креативность на разных этапах взросления <i>Ивахненко О.Н.</i>	51
Структура эмоционального интеллекта в юношеском возрасте <i>Кочетова Ю.А.</i>	55
Жизнестойкость и психологическое благополучие в юношеском возрасте <i>Кочетова Ю.А., Рагулина О.А.</i>	63
Особенности ценностно-ориентационной самореализации инвалидов <i>Курачев Д.Г.</i>	66
Рефлексия как необходимое условие становления профессиональной идентичности педагога-психолога <i>Кузнецова О.В.</i>	68
Особенности проявления самоактуализации личности: гендерный аспект <i>Курочкина И.А.</i>	73
Проявление зрелости в различных жизненных средах взрослого человека <i>Лаврова З.И., Шишкина Е.В.</i>	77
Обучение взрослых: актуальность современной психологии <i>Лебедева Н.В.</i>	80
Жизненные ценности студентов с разным уровнем субъективного экономического благополучия <i>Мищенко М.В., Шаповаленко И.В.</i>	84
Развитие самоэффективности как условие сохранения хорошего здоровья в зрелом возрасте <i>Пономаренко А.А.</i>	87
Студент в вузе: размышления о профессионализме <i>Пряжников П.Н.</i>	91
Особенности проявления субъектности у студентов разного профиля обучения <i>Рудыхина О.В.</i>	94
Социальная саморегуляция в ситуации инвалидности <i>Силантьева Т.А.</i>	98

К вопросу диагностики особенностей поведения молодых взрослых в социальных сетях интернета <i>Скрыльникова Н.И.</i>	103
Ингрупповая идентичность и отношение к аутгруппе в психологической безопасности образовательной среды: теоретический обзор <i>Чистовский Д.И.</i>	107
Взросление современных студентов <i>Чернобровкина С.В.</i>	109
Психологическая суверенность студенческой молодежи в виртуальной интернет-среде (на модели социальной сети ВКонтакте) <i>Шаповаленко А.А.</i>	114
Развитие жизнеспособности в период ранней взрослости: анализ моделей совладающего поведения будущих педагогов <i>Шубникова Е.Г.</i>	118

Раздел II Зрелость

Часть 1. Зрелость: новые жизненные стратегии

Эмпатия – один из факторов, предопределяющий эффективность управленческой деятельности <i>Абдуллаева И.Д.</i>	123
Человек ищущий: альтернативные формы профессиональной самореализации взрослой личности <i>Айсина Р.М., Коньков С.А.</i>	126
Психолого-педагогические вопросы образования людей в период взрослости <i>Алехнович Е.Ч.</i>	130
Временная перспектива жизни женщин периода перехода 30-летия с разным семейным положением <i>Бачурина О.В., Шаповаленко И.В.</i>	133
Субъективная готовность к браку и родительству у мужчин и женщин в возрасте ранней взрослости <i>Белановская М.Л.</i>	138
Становление родительского поведения в контексте гармонизации эмоционального развития ребёнка <i>Бабылёва О.Н.</i>	141
Возрастная динамика развития креативности в студенческом возрасте <i>Вайберт М.И.</i>	145

Психологическое время и саморегуляция поведения личности: гендерный и возрастной аспекты <i>Василенко В.Е., Лебедева А.А.</i>	148
К вопросу психофизиологических особенностей зрелого возраста и роли социальной активности <i>Ганжа В.В.</i>	153
Зрелое родительство в ситуации воспитания особого ребенка <i>Галасюк И.Н.</i>	159
Социально-психологическая компетентность современного человека: проблемы и перспективы развития <i>Гаярова Ю.А.</i>	163
Толерантность как критерий зрелости личности (на примере отношения к психически больным) <i>Долныкова А.А., Самойлова Е.А.</i>	168
Смыслжизненные ориентации и самоотношение женщин среднего возраста <i>Жеребкина В.Ф.</i>	170
«Краткий миг совершенства» между жизнью и творчеством <i>Золотарева А.А.</i>	174
Взаимосвязь жизнестойкости и временной перспективы личности в период зрелости <i>Ефимова И.О., Кузнецова О.В.</i>	175
Родительское отношение творческих матерей <i>Кибальченко И.А.</i>	178
Андрагогический аспект в обучении магистрантов <i>Колесникова Е.И.</i>	183
Особенности самоактуализации в современных условиях <i>Колпачников В.В.</i>	185
Гендерные особенности отдельных факторов внимания в период зрелости <i>Комолов О.Е.</i>	187
Самосознание женщин с разным стажем материнства <i>Котова С.С.</i>	193
Опыт психолого-педагогического проектирования игровой площадки для людей зрелых возрастов <i>Котляр (Корепанова) И.А., Соколова М.В., Фронтов А.Ю.</i>	198
Психологические детерминанты готовности к переменам в зрелом возрасте <i>Крупнов Д.Ю., Павловец Г.Г., Филоненко В.В.</i>	203

Удовлетворенность социальных потребностей педагога <i>Кукуев Е.А.</i>	206
Модель диалогического взаимодействия в области психолого-педагогической деятельности современного специалиста <i>Курилович М.А.</i>	210
Перспективы изучения психологического пространства личности родителя особого ребенка <i>Лебедева А.А.</i>	214
Коммуникативный компонент личностной зрелости <i>Лиознова Е.В.</i>	219
Виртуальная зрелость семейно-брачных отношений <i>Малиновский Е.Л., Кубанская Л.Л.</i>	224
Роль эмпатии в профессиональной деятельности специалистов социномических профессий <i>Максименко Ж.А.</i>	228
Проявление высших творческих способностей в разные возрастные периоды <i>Ожиганова Г.В.</i>	231
Когнитивные технологии на этапе освоения профессии <i>Острик А.А., Пряжникова Е.Ю.</i>	235
К психологическому портрету современного специалиста в области психолого-педагогической деятельности <i>Пакулина С.А.</i>	239
Взаимосвязь механизмов психологической защиты и временной перспективы в период средней зрелости <i>Петрушова И.В.</i>	242
Жизненные ценности работающего человека в провинции <i>Подобина О.Б.</i>	246
Самоактуализация родителей дошкольников с ограниченными возможностями здоровья <i>Резник А.В.</i>	249
Женское лицо педагогики. Опыт психологической диагностики <i>Резапкина Г.В.</i>	253
Родительство как особая сфера самореализации взрослой личности <i>Рябцева А.Ю.</i>	256
Роль организационной культуры в развитии ролевого экспансионизма у педагогов <i>Санего Е.И.</i>	258

Особенности самоактуализационного профиля личности педагогов с разным типом временной децентрации <i>Самаль Е.В., Рак О.В.</i>	263
Формирование качеств жизнестойкости взрослой личности в процессе усыновления детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей <i>Степаненко А.П.</i>	267
Понимание психологического благополучия личности в теории духовной эволюции человека <i>Суннатова Р.И.</i>	269
Страхи женщин на раннем этапе материнства и пути их преодоления <i>Тихомирова Е.В., Цветкова А.В.</i>	274
Профессиональное развитие субъекта (в стадии взрослости) <i>Толочек В.А.</i>	276
Риски профессионального становления субъектов педагогической профессии <i>Толочек В.А., Денисова В.Г.</i>	278
Психологическое благополучие и субъективное восприятие времени в период средней взрослости <i>Трошихина Е.Г.</i>	281

Часть 2

Отношения между поколениями

Изучение подвигов старшего поколения как основа патриотического воспитания молодёжи <i>Богатов В.В.</i>	286
Психологические аспекты семейных конфликтов между поколениями <i>Быкова Е.А.</i>	290
Взаимосвязь между формами межпоколенных взаимодействий и уровнями развития «акме» <i>Воюшина Е.А.</i>	294
Специфика родительской позиции по отношению к взрослым детям, проживающим отдельно или совместно с родителями <i>Егоров Р.Н., Шаповаленко И.В.</i>	296
Влияние экологии и личности матери в трудной жизненной ситуации на общение с ребёнком младенческого возраста <i>Исенина Е.И.</i>	299
Психологические компоненты доверия и мотивы обращения к педагогу-репетитору потребителей образовательных услуг <i>Крылова Н.Г.</i>	302

Пожилой человек как субъект межпоколенных отношений: социально-психологический ракурс проблемы <i>Микляева А.В.</i>	304
Конструкт «культурной» зрелости поколений <i>Пищик В.И.</i>	307
Особенности влияния физической травмы у ребенка на психологическое благополучие в диаде отношений «мать–ребенок» <i>Сергеева В.В.</i>	311
Типы речевого поведения у взрослых <i>Сперанская Г.Л.</i>	315
Особенности образа родительства у детей старшего подросткового возраста <i>Сычева О.А.</i>	320
Копинг-ресурсы и ресурсность социальной поддержки в период поздней взрослости <i>Харламенкова Н.Е.</i>	328
Влияние ухода за детьми с инвалидностью на занятость и психическое здоровье родителей в зарубежных исследованиях <i>Цапина С.Ю.</i>	333
Сравнительный анализ личностных особенностей родителей, воспитывающих детей с инвалидностью и условно здоровых <i>Черепко С.Е.</i>	336

Часть 3

Вызовы и ресурсы зрелого возраста

Отношение к деньгам и субъективное экономическое благополучие в зрелом возрасте <i>Азарёнок Н.В.</i>	341
Факторы формирования ответственного родительства в семьях, затронутых эпидемией ВИЧ-инфекции <i>Акулова М.В.</i>	345
Факторы оценки трудной жизненной ситуации <i>Александрова О.В.</i>	347
Жизнеутверждающий потенциал взрослой личности <i>Арпентьева М.Р.</i>	352
Особенности психоэмоционального состояния родителей, воспитывающих детей с аутичным спектром <i>Ахунова И.Г., Нурмуханбетова С.К.</i>	362

Психологическое благополучие взрослых с разным уровнем стигматизации <i>Барабанова Е.В.</i>	369
Сравнительный анализ отношения отцов к детям в алкогольных и неалкогольных семьях <i>Барцалкина В.В., Третьяк Э.В.</i>	373
Связь ряда характеристик личности и стилей совладающего поведения в среднем возрасте <i>Борисова Н.М., Шаповаленко И.В.</i>	376
Копинг-стратегии современного специалиста в области психолого-педагогической деятельности <i>Болдинова Т.Н.</i>	380
Проблема здоровья в зарубежных исследованиях <i>Ботьяновская И.В.</i>	384
Организация взрослой жизни молодых людей с тяжелыми ментальными нарушениями <i>Волкова О.О.</i>	386
Трудоголизм как профессиональная деформация у взрослых <i>Галуза А.В.</i>	390
Психологическое сопровождение взрослых женщин с трудностями брачного поведения <i>Гонта А.В.</i>	394
Кризисы жизненного пути взрослой личности в семейной сфере <i>Елизаров А.Н.</i>	396
Совладание со стрессом в близких отношениях и психологическое благополучие взрослой личности <i>Екимчик О.А., Сапыуз А.А.</i>	401
Исследование психологической устойчивости лиц помогающих профессий <i>Иванова Е.А.</i>	404
Модели поведения при прохождении «кризиса середины жизни» <i>Кащеева М.А.</i>	406
Влияние профессиональной деятельности в экстремальных условиях на психологические особенности личности <i>Кисель Д.В., Хаев Л.Г.</i>	409
Биографическая рефлексия взрослых мужчин в норме и патологии (на примере сравнения с результатами лиц, страдающих алкогольной и наркотической зависимостью) <i>Клементьева М.В.</i>	413

Гендерные особенности переживания неопределенности профессионального статуса <i>Колтачук Е.В.</i>	419
Адаптация к дому-интернату престарелых и инвалидов <i>Курачева Л.Г., Юрьева Л.А.</i>	423
Личностные ресурсы в совладании с профессиональным выгоранием у работников контактного центра <i>Матюшкина Е.Я.</i>	425
Связь развития синдрома эмоционального выгорания с ценностными ориентациями личности <i>Майорова И.А., Ловков С.Г.</i>	429
Синдром эмоционального выгорания как фактор, инициирующий профессиональные кризисы педагога <i>Мартынова Л.А.</i>	433
Особенности переживания кризиса «середины жизни» в условиях разных национально-религиозных культур <i>Морева Г.И.</i>	437
Алекситимия и способность к получению и оказанию социальной поддержки <i>Московская М.С.</i>	442
Этапы и механизмы модели оптимизации личностных ресурсов на этапе поздней зрелости <i>Наумова В.А.</i>	447
Субъективная картина жизненного пути как фактор жизнеспособности личности в ситуации потери работы <i>Нестерова А.А.</i>	452
Проблема инфантилизма современных взрослых <i>Осина А.И.</i>	455
Психологические детерминанты суицидального поведения в зрелом возрасте <i>Орешкина А.С.</i>	459
Регуляция эмоций при посттравматическом стрессовом расстройстве <i>Падун М.А.</i>	462
Эмоциональная саморегуляция у пациентов с пограничными психическими расстройствами <i>Польская Н.А.</i>	467
Когнитивная переработка межличностного стресса в норме и при эмоциональных расстройствах <i>Пуговкина О.Д., Давыдова Ю.А.</i>	469

Личностные факторы устойчивости ремиссии у зависимых от психоактивных веществ <i>Радионова М.С., Антонова А.Н.</i>	473
Субъективное психологическое благополучие зависимых от ПАВ в процессе реабилитации <i>Радионова М.С., Эйдельман А.Б.</i>	476
Интеграция травматического профессионального опыта и проблема выгорания у врачей-анестезиологов с различным стажем работы <i>Радионова М.С., Кортнева Ю.В.</i>	480
Гендерные аспекты изучения тревожности и коммуникативных способностей у следователей <i>Рыбкина О.Ю., Церковникова Н.Г.</i>	485
Переживание как деятельность по разрешению профессионального кризиса личности <i>Садовникова Н.О.</i>	489
Тенденции инфантилизма на примере данных программы международной оценки компетенций взрослых (PIAAC): опыт России <i>Сабельникова Е.В., Хмелева Н.Л.</i>	492
Психологические особенности профессиональной самореализации и психического выгорания у преподавателей творческих дисциплин <i>Самаль Е.В., Войцехович Е.В.</i>	497
Психологические аспекты изучения эмоционального выгорания педагогов детского сада и возможности его коррекции <i>Стажевская А.В., Церковникова Н.Г.</i>	504
Неоднородность структурной организации у преступников с диссоциальным расстройством личности <i>Семенов В.Н.</i>	508
Инклюзия глазами учителей специальной школы: проблема безопасности образовательной среды <i>Семенова Г. В., Никитина Л. Н.</i>	513
Особенности переживания кризиса середины жизни мужчинами и женщинами возраста 35–45 лет <i>Сомова Н.Л.</i>	516
Стресс безработицы как актуальная проблема современной России <i>Суркова Н.Ю.</i>	521
Особенности реагирования на стресс специалистов экстремального профиля <i>Фролова С.В.</i>	524
Взрослость: жизненные трудности и ментальные ресурсы <i>Хазова С.А.</i>	527

Социокультурные последствия отклонений в развитии и потенциал искусства в их преодолении <i>Шеманов А.Ю.</i>	528
---	-----

Раздел III Старение и старость

Старение и старость как предмет психологического исследования <i>Белановская О.В.</i>	533
Обучение лиц «третьего возраста» как способ предупреждения когнитивного старения <i>Беловол Е.В., Шурупова Е.Ю., Бойко З.В.</i>	537
Развитие коммуникативной компетентности пожилых людей <i>Беляева Т.Б.</i>	540
Психологические последствия переживания экономической нужды у пожилых лиц: пилотное исследование <i>Быховец Ю.В., Тарабрина Н.В.</i>	545
Оптимизм как ресурс. Ресурсы оптимизма в старости <i>Васецкая Е.Н.</i>	548
Актуальные проблемы старения и обеспечения активного долголетия <i>Гаврилюк Н.Э.</i>	551
Супружество на заключительном этапе развития человека <i>Гурова Е.В.</i>	557
Репрезентации бедности в группах пожилых людей с разным образом жизни <i>Дробышева Т.В.</i>	561
Диалогичность мышления пожилого человека: проблема «третьего возраста» <i>Иосебадзе Л.Ш.</i>	565
Представления о старости в японской поэзии <i>Каяшева О.И.</i>	569
Психологические особенности эмоциональной сферы пожилых людей, определяющие их образ жизни <i>Косинова В.В.</i>	572
Теории ресурсного потенциала и практика их реализации в работе с пожилыми людьми <i>Марченко Т.А.</i>	575
Личностные корреляты отношения к старости <i>Молчанова О.Н., Харитонов А.В.</i>	579

«Гражданин онлайн» – программа повышения социальной активности пожилых людей <i>Паламонов И.Ю.</i>	582
Проблемы жизнеустройства социума стареющих людей <i>Старовойтова Л.И.</i>	586
Адаптация пожилых мигрантов к условиям принимающей страны <i>Суслова Т.Ф.</i>	590
Сущность понятия старость <i>Фокин В.А.</i>	594
К вопросу о проблемах поздней зрелости <i>Ходорковская Г. Л.</i>	597
Вторичная музыкальная личность: психологические условия развития на этапе поздней взрослости <i>Черемисова И.В.</i>	599
Проблемы изменения социальной роли в поздней взрослости. Особенности социально-психологической поддержки <i>Шарендо Е.А.</i>	604
Поздний возраст: исторический контекст <i>Широкова Т.М.</i>	607
Социально-педагогическое сопровождение людей «третьего возраста» в современной отечественной образовательной практике <i>Яковенко И.М., Ковалева Е.В.</i>	609
Межпоколенческое взаимодействие и социализация пожилых людей <i>Янцен М.А.</i>	613
Сведения об авторах	619

Горизонты зрелости.

Сборник тезисов участников Пятой всероссийской научно-практической конференции по психологии развития.

Редакторы-составители:

Л.Ф. Обухова,

И.В. Шаповаленко,

М.А. Одинцова

Отпечатано в Отделе оперативной полиграфии ГБОУ ВПО МГППУ

Подписано в печать 01.11.2015.

Формат: 60x88/16. Бумага офсетная.

Гарнитура Times. Печать цифровая.

Усл. печ. л. 41,4. Уч.-изд. л. 40,2.

Тираж экз.