

РУССКАЯ ХРИСТИАНСКАЯ ГУМАНИТАРНАЯ АКАДЕМИЯ



**PSYCHOLOGICAL RESEARCH:
CURRENT TRENDS AND PERSPECTIVES**

2021, Volume 2, № 2

Science articles and practical research of young scientists

РУССКАЯ ХРИСТИАНСКАЯ ГУМАНИТАРНАЯ АКАДЕМИЯ

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ:

**АКТУАЛЬНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ
И ПЕРСПЕКТИВЫ**

2021, Том 2, № 2

Сборник научно-практических исследований молодых ученых

Издается с 2020 года

Издательство
Русской христианской гуманитарной академии
Санкт-Петербург
2021

ББК ???
П86

Главный редактор
Преображенская К. В.

Отв. секретарь редколлегии:
Кулиев О. И.

Редакционная коллегия:

Бардиер Г. Л.
Вахрушева И. А.
Голуб Н. В.
Крылова Л. В.
Троицкая И. В.
Энгельке М. М.

П86 Психологические исследования: актуальные направления и перспективы: Сборник научно-практических исследований молодых ученых. — 2021. — Т. 2. — № 2. — СПб.: Издательство Русской христианской гуманитарной академии, 2021. — 184 с.
ISBN 978-5-907505-27-8

Кафедра́льный сборник теоретических, исследовательских и научно-практических работ включает статьи аспирантов, магистрантов, студентов старших курсов, выпускников РХГА — молодых ученых, специализирующихся в различных областях психологической науки. Сборник ориентирован на специалистов-психологов и специалистов смежных профессий, интересующихся психологией.

ББК ???

ISBN 978-5-907505-27-8

© Коллектив авторов, 2021
© Издательство РХГА, 2021

СОДЕРЖАНИЕ

Теоретические исследования

<i>Киреев С. И.</i> Агрессия: история изучения и концептуализации . . .	9
<i>Щапов О. В., Троицкая И. В.</i> Отношение детей к проблеме суицида	19
<i>Шинкова О. Н.</i> Феноменология подростковой девиантности	29
<i>Шевлякова Т. Ф.</i> Синдром эмоционального выгорания у медицинских сестер	34

Методический инструментарий

<i>Бардиер Г. Л.</i> Опросник «Человеческий, публичный, репутационный капитал организации» (ЧПРК)	42
<i>Берсенева Е. С.</i> Двухязычный пакет методик для российско-итальянских кросс-культурных исследований	51
<i>Киреев С. И.</i> Факторы и модели эмпирического исследования агрессии	69
<i>Антонов И. Е.</i> Модели, методология, методы исследования и коррекции когнитивных искажений	81

Эмпирические исследования

<i>Корюкова А. А.</i> Исследование самоотношения подростков с целью коррекции	89
<i>Нарушина Н. В.</i> Исследование аутоагрессии у воспитанников детских домов и интернатов	100
<i>Зоева С. М.</i> Особенности восприятия брака у современных подростков	108
<i>Зензина Г. В.</i> Исследование жизнестойкости волонтеров-зоозащитников	114

Практическая психология

<i>Фадеева Ю. В.</i> Психология школьной жизни и типология школьных трудностей современных учащихся	122
<i>Цыс В. А.</i> Применение метода христиански-ориентированной библиотерапии в консультировании трудных жизненных ситуаций для нахождения личностных ресурсов	130
<i>Доронкин В. К.</i> Отцы и дочери: функции, роли и семейные сценарии	142
<i>Струцкая Л. М.</i> Опыт психокоррекции пищевого поведения в малой группе в формате онлайн встреч	148

Психологический постскрипtum

<i>Протасов И. С.</i> Эскапизм и видеоигровая зависимость: сходство и различия	154
<i>Виноградова М. А., Комова О. В.</i> Быть или не быть: размышления бывшего старшеклассника о пользе высшего образования . . .	166
<i>Хюппенен Е. И.</i> Особенности психологии управления в негосударственном вузе	177

CONTENTS

Theoretical research

<i>Kireev S. I.</i> Aggression: history of study and conceptualization	9
<i>Shchapov O. V., Troitskaya I. V.</i> Children's attitude to the problem of suicide	19
<i>Shinkova O. N.</i> The phenomenology of adolescent deviance	29
<i>Shevlyakova T. F.</i> Burnout syndrome in nurses	34

Methodological tools

<i>Bardier G. L.</i> Questionnaire «Human, public, and reputation capital of an organization» (HPRC)	42
<i>Berseneva E. S.</i> Bilingual package of methods for Russian-Italian cross-cultural studies	51
<i>Kireev S. I.</i> Factors and models of empirical research of aggression . .	69
<i>Antonov I. E.</i> Models, methodology, methods of research and correction of cognitive distortions	81

Empirical study

<i>Koryukova A. A.</i> Research of teenagers' self-attitude for the purpose of correction	89
<i>Narushina N. V.</i> Study of autoaggression in children from orphanages and boarding schools	100
<i>Zoeva S. M.</i> Special aspects of marriage perception by today's teenagers	108
<i>Zenzina G. V.</i> Research on the resilience of animal welfare volunteers	114

Practical psychology

<i>Fadeeva Yu. V.</i> Psychology of school life and typology of school difficulties of modern students	122
<i>Tsys V. A.</i> Application of christian bibliotherapy method in counseling klients with hard life situations for finding personal resourses	130
<i>Doronkin V. K.</i> Fathers and daughters: functions, roles, and family scenarios	142
<i>Strutskaya L. M.</i> Online-psychocorrection of eating behavior in a small correction group	148

Psychological post scriptum

<i>Protasov I. S.</i> Escapism and video game addiction: similarities and differences	154
<i>Vinogradova M. A., Komova O. V.</i> To be or not to be: reflections of a former high school student on the benefits of higher education	166
<i>Khyuppenen E. I.</i> Features of management psychology in a non-state university	177

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

УДК 159.9

Киреев Сергей Иванович
магистрант кафедры психологии РХГА
iliziliz@yandex.ru

АГРЕССИЯ: ИСТОРИЯ ИЗУЧЕНИЯ И КОНЦЕПТУАЛИЗАЦИИ

Аннотация. В статье с различных точек зрения рассматривается понятие агрессии, история изучения этого феномена, приводятся концепции различных ученых, работавших как в области психологии, так и в области биологии.

Ключевые слова: агрессия, девиантное поведение, научение, стрессоры.

Kireev S. I.

AGGRESSION: HISTORY OF STUDY AND CONCEPTUALIZATION

Annotation. The article deals with the idea of aggression from differing perspectives, concerning the history of this phenomenon study, and defines the concepts of various scientists who worked both in the field of psychology and biology.

Keywords: aggression, deviant behavior, learning, stressors.

Агрессия является очень важным проявлением в поведении человека, и мы попробуем рассмотреть это понятие в контексте психологии и истории изучения данного понятия.

В многочисленных исследованиях, посвященных агрессии, даются разные определения агрессии. К примеру, К. Лоренц считает человеческую агрессию проявлением внутривидовой борьбы за жизненное пространство для сохранения вида, вызванную

инстинктом, доставшимся нам от животных. «Этот совсем просто физиологический механизм борьбы за территорию прямо-таки идеально решает задачу «справедливого», то есть наиболее выгодного для всего вида в его совокупности распределения особей по ареалу, в котором данный вид может жить. При этом и более слабые, могут прокормиться и дать потомство, хотя и в более скромном пространстве» [1, с. 9]. Если бы он при этом не замечал, что «в условиях цивилизации агрессивный инстинкт очень серьезно «сошел с рельсов» [1, с. 5], то получалось бы почти по Ницше... Это и понятно, будучи этологом, он отталкивается от изучения животных и «впадает» в своего рода «зооморфизм» — переносит на поведение человека механизмы, замеченные им у животных. А несоответствия поведения объясняет влиянием цивилизации как надстройки над «животностью» человека.

В отличие от К. Лоренц, Э. Фромм, отталкиваясь от подобного же утверждения, что «Механизм оборонительной агрессии «вмонтирован» в мозг человека и животного и призван охранять их жизненно важные интересы» [2, с. 8] приходит к несколько иным выводам: «Однако факт остается фактом, что человек часто ведет себя деструктивно даже в таких ситуациях, когда никакого перенаселения нет и в помине. Бывает, что жестокость вызывает в человеке чувство настоящего удовольствия, а неистовая жажда крови может охватить огромные массы людей. Индивиды и целые группы могут иметь такие черты характера, вследствие которых они с нетерпением ждут ситуации, позволяющей им разрядить свою деструктивную энергию, а если таковой не наступает, они подчас искусственно создают ее» [2, с. 9].

Интересным взглядом на понятие агрессии является понимание ее, как мотивированного деструктивного поведения, наносящего вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), приносящего физический и (или) моральный ущерб людям и (или) вызывающего у них психологический дискомфорт. При этом данное поведение зачастую противоречит нормам и правилам существования людей в обществе. Под агрессивностью мы будем понимать свойство личности, выражающееся в готовности к агрессии.

В случае нарушения норм и правил поведения агрессия подпадает под понятие девиации. «Понятие девиации подразумевает отказ или неспособность индивида или целой группы людей

следовать тем моральным нормам и правилам поведения, которые доминируют в обществе» [3, с. 17]

Согласно теории аномии Э. Дюркгейма, которая видит причину девиации в разложении системы ценностей, можно сказать, что в связи с этим нарушается и ясность понимания и желательность исполнения социальных норм, которыми руководствуется индивид в своем поведении. Можно предположить, что в зависимости от своего представления о ценностях индивид и «пристраивает» свое поведение к соответственно выбранным нормам, или, во всяком случае, стремится это сделать. А если наступает расхождение, пытается этот разрыв преодолеть или через стремление изменить поведение, или через оправдание обстоятельствами (что его поведение действительно нежелательно, но в данных обстоятельствах — допустимо и объяснимо). Этим, на наш взгляд, объясняется тенденция современного человека бесконечно размышлять о причинах своего поведения и находить ему оправдание и включаясь психологическая защита по типу рационализации снимает или снижает внутренний конфликт. Получается, что вроде бы и делать ничего уже не надо, и самооценка повышается.

Глядя на окружающий нас мир, может возникнуть впечатление, что именно сегодня, на данном этапе развития человечества, агрессивный инстинкт «сошел с рельсов», как считал К. Лоренц. Однако данные о проявлениях насилия и массовой жестокости в другие времена и в других местах заставляют усомниться в этом. Приведем некоторые примеры из книги Роберта Бэрона и Деворы Ричардсон, посвященной агрессии: «При взятии Трои в 1184 году до н. э. греки-триумфаторы казнили всех лиц мужского пола старше 10 лет... У бушменов племени Кунг, живущих на юге Африки, процент убийств в несколько раз превышает таковой же в США и, судя по сообщениям, часто жертвами становятся ни в чем неповинные люди. Более 45 % смертей среди представителей народности уарони, живущей на востоке Эквадора, составляют летальные исходы в результате копьевых ранений, полученных в ходе внутриплеменных стычек» [4, с. 23–24]. Глядя на эти и многие другие примеры, можно судить о неубедительности предположений о схожести человеческой и животной агрессивности.

Несколько раскроем смысл используемого нами определения человеческой агрессии. Это определение предполагает, что агрессия — это все-таки поведение, а не эмоция или установка. Эмоции

могут возникать вне зависимости от нас, но мы — если это не находимся в состоянии аффекта — решаем, давать или не давать им выход. То же и с установками, они являются мощным фактором, влияющим и зачастую определяющим наше поведение, но от поведения их все-таки надо отделить. Далее, поведение названо мотивированным и деструктивным. Другими словами, это предполагает, что мы должны иметь намерение причинить ущерб данному объекту или субъекту. Случайный вред, травмы, и даже смерть участника ДТП чаще всего не является следствием агрессии со стороны виновных. Или несчастные действия врача (хирурга, стоматолога и так далее), причиняющие страдания и даже прямой вред пациенту, но при этом производимые для избавления его от больших страданий или смерти, тоже не могут считаться проявлением агрессии. А действия солдата, убивающего или калечащего своего противника, являются агрессией? Несомненно, хотя и обусловлены социальными факторами: видом деятельности военнослужащего в момент проведения военных действий. То есть, для того, чтобы говорить об агрессии, надо, чтобы намерение причинить вред закончилось действием (иногда, впрочем, и пассивным: отказ разговаривать с целью обидеть или отомстить и так далее.)

Так как проявление агрессии у людей весьма разнообразно: «Весьма полезным, оказывается, ограничить изучение подобного поведения концептуальными рамками, предложенными А. Бассом. По его мнению, агрессивные действия можно описать на основании трех шкал: физическая-вербальная, активная — пассивная, прямая-непрямая. Их комбинация дает 8 возможных категорий, под которые подпадают большинство агрессивных действий» [4, с. 35–36].

Таблица 1

Категории агрессии по А. Бассу

Тип агрессии	Примеры
Физическая-активная-прямая	Нанесение другому человеку ударов, избивание, ранение при помощи огнестрельного оружия
Физическая-активная-непрямая	Закладка мин-ловушек, сговор с наемным убийцей.
Физическая-пассивная-прямая	Стремление физически не позволить человеку достичь желаемой цели (например, сидячая демонстрация)

Тип агрессии	Примеры
Физическая-пассивная-непрямая	Отказ от исполнения необходимых задач (например, забастовка).
Вербальная активная прямая	Словесное оскорбление или унижение другого человека.
Вербальная активная непрямая	Распространение злостной клеветы и сплетен.
Вербальная пассивная прямая	Отказ разговаривать, отвечать на вопросы.
Вербальная пассивная непрямая	Отказ дать словесные пояснения, нежелание высказаться в защиту человека.

Кратко остановимся на основных теоретических подходах понимания агрессии человека. Первый по времени возникновения детально проработанный в психологии подход к пониманию агрессии — психоаналитический. В своих работах, написанных после Первой мировой войны З. Фрейд постепенно приходит к убеждению, что сущность агрессивности — в существовании танатоса, инстинктивного влечения к смерти, энергия которого и направлена на разрушение. И этот инстинкт входит в конфликт с эросом — инстинктом сохранения жизни. Сложные механизмы их взаимодействия и служат цели перенаправления импульсов танатоса вовне, от «Я». Это и порождает агрессию.

Уже упоминавшийся К. Лоренц придерживался эволюционного подхода. Согласно ему, агрессия берет свое начало из инстинкта борьбы за выживание, который у нас общий с другими животными (поэтому этот подход еще называют этологическим). Функциями данного инстинкта являются:

1. Отталкивание особей данного вида и их рассеяние по территории.
2. Улучшение генофонда за счет отсева слабых и больных.
3. Наиболее агрессивные животные лучше защитят и вырастят свое потомство.

Роберт Ардри, сценарист из Голливуда, предложил «охотничью гипотезу». Он считает, что вид «человек разумный» выходит на историческую сцену именно как вид охотников: «Мы нападали, чтобы не голодать. Мы пренебрегали опасностями, иначе бы

перестали существовать. Мы адаптировались к охоте анатомически и физиологически» [4, с. 41]. Вот эта самая привычка к охоте и есть основа нашей агрессивности.

Правда, Р. Ардри не объясняет два важных вопроса: во-первых, чем принципиально отличается охота стадных животных от человеческой? Орудийной деятельностью? Но высшие приматы тоже используют заостренные палки для охоты. «Например, члены одного из сообществ, обитающие в саванне, охотятся с помощью остроконечных палок. Это открытие вызвало переполох, так как орудия для охоты считались ещё одним уникальным достижением человека. Шимпанзе втыкают свои «копья» в дупла деревьев, чтобы добыть спящих галаго — небольших представителей отряда приматов» [5, с. 101]. И второе. Как охота объясняет внутривидовую и даже внутриплеменную агрессию? Ведь раздоры внутри клана, а именно это основное отличие человеческой агрессивности, явно вредит и охоте, и выживанию в целом.

Следующий подход — социобиологический. Его сторонники считают, что человек проявляет альтруизм к тем, у кого с ним есть схожие гены, и агрессию к тем, у кого с ним таковых нет или мало. Весьма оригинальная теория, но даже если предположить у человека наличие какой-то особой интуиции на общие гены, как тогда объяснить частые случаи агрессии против ближайших родственников (в частности, братьев, родителей, детей)?

Приведенные выше четыре подхода объединены одной общей идеей: агрессия является врожденным свойством, и никакие позитивные изменения в обществе не смогут предотвратить ее зарождения. Можно лишь временно не допускать проявлений агрессивности и надеяться каким-то образом ослабить их интенсивность.

Эта группа подходов к изучению агрессии отвергается большинством исследователей данного явления, в том числе из-за ее экспериментальной недоказуемости.

Следующий подход рассматривает агрессию как следствие фрустрации. Он был сформулирован Дж. Доллардом и выглядит следующим образом:

1. Фрустрация всегда приводит к агрессии (в разных формах).
2. Агрессия всегда является результатом фрустрации.

А. Бандура считал данные положения очень привлекательными благодаря их смелости и простоте (чтобы впоследствии от них отойти, но об этом чуть ниже).

Проведенные многочисленные исследования показали, что далеко не всегда фрустрация ведет к агрессии. «Фрустрация вызывает агрессию прежде всего у людей, которые усвоили привычку реагировать на фрустрацию и другие аверсивные символы агрессивным поведением. С другой стороны, люди, для которых привычны иные реакции, могут и не вести себя агрессивно, когда они фрустрированы» [4, с. 45].

Запомним это положение, выведенное из эмпирических исследований, оно нам еще пригодится. А пока вернемся к теории фрустрации. Дж. А. Миллер, одним из первых вместе с Дж. Доллардом, работавший в рамках данного подхода, решил спасти положение и быстро внес поправки в теоретический конструкт. Теперь, согласно Дж. А. Миллеру, первое положение теории выглядело так: фрустрация порождает различные модели поведения, и агрессия — одно из них. Но второе положение осталось неизменным. А к нему тоже есть вопросы. К примеру, хулиган на улице без разговоров избивающий прохожего, или киллер, убивающий жертву никак не подтверждают это положение.

Теория посылов к агрессии Л. Берковица — результат основательной ревизии и поправок, внесенных в предыдущую теорию. Суть данного подхода в том, что фрустрация является лишь одним из многих негативных стимулов, которые не приводят напрямую к агрессивным действиям, а создают готовность к агрессии.

То есть агрессивное поведение возникает только тогда, когда его подготовили средовые стимулы, связанные или с актуальными, или с предшествовавшими стимулами, провоцирующими злость. Такие стимулы Л. Берковец назвал посылами к агрессии. Причем на такие послы к агрессии индивид может и не реагировать агрессивным поведением.

Нетрудно заметить, что это настолько широкое объяснение, что оно по сути уже мало, что и объясняет. В итоге можно эту теорию выразить так: если агрессия проявляется, то это не просто так; но при таких «не просто так» она в принципе может и не проявляться.

Д. Зильманн предложил еще один подход: теорию переноса возбуждения. Он полагал, что агрессия обуславливается возбуждением. Удобство данного подхода в том, что возбуждение можно наблюдать и измерять. Недостаток, на мой взгляд, в том, что

возбуждение — это готовность к действию. Причем к любому, а не только агрессивному. Возбуждение не является механизмом запуска собственно агрессии.

Рассмотренные выше три подхода описывают агрессию как производную от влияний окружающей среды (фрустрирующих, аверсивных или возбуждающих событий и факторов).

В более поздних своих работах и Л. Берковиц, и Д. Зильманн дополнили свои теории на основе так называемых когнитивных моделей. Кратко сказать, суть этих уточнений такова: как человек будет внутренне оценивать происходящие события, так он и будет реагировать. В прямой зависимости от апперцепций, каузальных атрибуций находится наше поведение, в том числе и агрессивное. Если мы считаем, что кто-то нам намеренно причиняет вред и не имеет извинительных причин, уровень нашей агрессивности будет максимальным.

Следовательно, можно влиять на поведение людей, просто научая их по-иному смотреть на вещи. Проблема заключается в том, что аттитюды или социальные стереотипы, а также личностные черты характера вряд ли можно перестроить просто указанием на то, что накричавший начальник не имел в виду ничего плохого, просто у него были на это какие-то причины, но у него не было желания нас обидеть.

Во-первых, такое объяснение гипотетично (а потому и искусственно), а во-вторых, намерение — отнюдь не то, что можно увидеть или пощупать. А если поведение повторяется из раза в раз? А если человеку, считающему себя пострадавшим, субъективно представляется, что его видение правильно, а наше — ложно? Тогда появляется большая вероятность, что уровень его агрессивности не только не понизится, а даже повысится (он нас запишет в ряды врагов или непонимающих, несправедливо оправдывающих его оппонентов и таким образом косвенно обвиняющих его). Добавим, что часто агрессия бывает импульсивной, а психолога с объясняющей теорией научения может рядом не оказаться (что чаще всего и случается). Впрочем, предложение вырабатывать конструктивные привычки в ответ на провокации представляется важным и жизненным.

Достаточно интересная теория социального научения была предложена А. Бандурой в его поздних работах.

Положения теории социального научения А. Бандуры

Агрессия приобретает­ся посредством:	Биологических факторов (например, гормоны, нервная система). Научения (например, непосредственный опыт, наблюдение).
Агрессия провоцируется:	Воздействием шаблонов (например, возбуждение, внимание). Неприятным обращением (например, нападки, фрустрация). Побудительными мотивами (например, деньги, восхищение). Инструкциями (например, приказы). Эксцентричными убеждениями (например, параноидальные идеи).
Агрессия регулируется:	Внешними поощрениями и наказаниями (например, материальное вознаграждение, неприятные последствия). Викарным подкреплением (например, наблюдение за тем, как поощряют и наказывают других). Механизмами саморегуляции (например, гордость, вина).

Эти положения доказываются массой экспериментов.

А. Р. Бэрн и Д. Ричардсон в своей монографии, посвященной агрессии, отмечают, что «многие крайне агрессивные люди гордятся своей способностью причинить вред или нанести увечье другим.

Даже не склонные к насилию люди время от времени могут испытывать удовлетворение от того, что отплатив сполна за нанесенное оскорбление, они «не ударили лицом в грязь» и «не уронили своего достоинства» [4, с. 35].

От себя замечу, что причина этих самопоощрений (или само­наказаний) лежит в ценностных установках индивида, в том, что он признает для себя желательным и нежелательным, а при столкновении мотивов — более предпочтительным.

Подведем итог исследованию теорий агрессии.

В зависимости от той парадигмы, в которой работает исследо­ватель, одни и те же факты одних и тех же экспериментов он за­частую описывает, исходя из собственных предпочтений.

Так, к примеру, Х. Хекхаузен в огромной по объему монографии «Мотивация и деятельность» в главе, посвященной агрессии, описывая вышеозначенные подходы, в определении агрессии цитирует Корнаута: «Мы полагаем, что мотивом агрессии является такое нанесение вреда другим, или интересам других, которое устраняет источники фрустрации, в результате чего ожидается благоприятный эмоциональный сдвиг. Достижение такого сдвига представляет собой цель мотивированного агрессией поведения» [6, с. 274].

А Р. Бэрн и Д. Ричардсон в своей монографии «Психология человеческой агрессивности» описывают те же самые подходы (зачастую используя примеры тех же самых экспериментов), убедительно показывают преимущества теории социального научения.

ЛИТЕРАТУРА

1. Лоренц К. Агрессия. М.: Смысл, 1994.
2. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности. М.: Мир, 1994.
3. Руденко Л. Д. Девиантология. Ярославль: ЯрГУ, 2007.
4. Бэрн Р., Ричардсон Д. Агрессия. СПб.: Речь, 1997.
5. Франс де Вааль. Достаточно ли мы умны, чтобы судить об уме животных? М.: Альпина нон-фикшн, 2017.
6. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность. М.: Мир, 2007.

УДК 159.96

Щапов Олег Владимирович
магистрант кафедры психологии РХГА
nestor.geristalsky@mail.ru

Троицкая Ирина Владимировна
кандидат психологических наук,
доцент кафедры психологии РХГА
ivtroitskaya@yandex.ru

ОТНОШЕНИЕ ДЕТЕЙ К ПРОБЛЕМЕ СУИЦИДА

Аннотация. В настоящей статье рассматривается проблема детских и подростковых суицидов через призму психологических характеристик. Цель статьи состоит в привлечении внимания к этой теме, ее актуализации, выявлению причин подростковых суицидов, а также причинно-следственных связей между суицидальными попытками подростков и климатом микро-социумов (семьи и школы).

Ключевые слова: суицид, суицидальная попытка, подростки, причины, страх.

Shchapov O. V., Troitskaya I. V.

CHILDREN'S ATTITUDE TO THE PROBLEM OF SUICIDE

Annotation. This article examines the problem of child and adolescent suicides through the prism of psychological characteristics. The purpose of the article is to draw attention to this topic, its actualization, identify the causes of adolescent suicides, as well as cause-and-effect relationships between suicide attempts of adolescents and the climate of micro-societies (families and schools).

Keywords: suicide, suicide attempt, adolescents, causes, fear.

Сегодня проблема суицидов в целом и попытки самоубийств (в том числе завершённые) среди детей и подростков в частности, является весьма актуальной. Учитывая факт высокой податливости детской психики влиянию извне, а также ее трансформации под действием собственных глубоких переживаний, нужно отметить,

что тема исследования психологии детских самоубийств не просто требует пристального внимания, но и представлена в виде некоего ключа к здоровью и развитию всего социума.

Однако прежде чем классифицировать причины детских и подростковых суицидов, необходимо выделить и дать определение основным видам самоубийств.

Так, суицид может быть истинным, демонстративным или скрытым (непрямым). При этом именно истинный вид суицида представляется в виде осознанных и обдуманых действий, последствием которых должно стать лишение себя жизни.

Такое самоубийство в любой возрастной группе не бывает спонтанным, как, например, при демонстративном самоубийстве, которое само по себе не имеет прямой связи с желанием человека (подростка, ребенка) умереть, а является способом обращения на себя внимания, своеобразным протестом или инструментом психологического шантажа. Непрямой суицид правильнее назвать косвенным самоубийством. Он проявляется в склонности индивида к «саморазрушению», направленному на существенное сокращение продолжительности его жизни.

При этом осознание наносимого вреда здоровью или высокий риск такового — это позиция человека, играющего со смертью, определенный азарт, по сути, имеющий малое количество точек соприкосновения с психологией развития истинного суицида.

Стоит отметить, что от природы каждый психологически-стабильный человек наделен инстинктом самосохранения, поэтому суицидальные попытки априори являются неестественными, то есть, связаны с теми или иными психическими отклонениями индивида. Так, изучение феномена суицида Э. Дюркгеймом, привело ученого к выводу о том, что ослабление инстинкта самосохранения представляет собой мощную детерминирующую силу в совершении самоубийств.

При этом Дюркгейм указывал на факт более слабого укоренения «инстинкта самосохранения в человеческом сознании, чем основ нравственности, ибо под действием одних и тех же сил первый оказывается менее способным к сопротивлению» [3, с. 55]. Таким образом, можно утверждать, что инстинкт самосохранения может существенно сглаживаться под влиянием принятого поведения в окружающем микро-социуме, личных интересов, религиозных убеждений и т. п.

Причины, приводящие ребенка к суициду (и предварительная «заинтересованность» самим процессом самоуничтожения), весьма многочисленны. Интересно в настоящей статье привести научную позицию Е. М. Вроно, который утверждает, что подросток, обладающий суицидальными намерениями, подчиняется определенному правилу:

«подросток часто переживает проблемы трех «н»: непреодолимость трудностей, нескончаемость несчастья, непереносимость тоски и одиночества. При этом он должен бороться с тремя «б»: беспомощностью, бессилием, безнадежностью» [2, с. 39]

Доктор психологических наук Н. Ю. Синягина, в одной из своих научных работ указывает на самоутверждение, желание «получить репутацию исключительной личности», как на одну из основных причин завершенных и незавершенных суицидальных попыток в подростковом возрасте [7].

При этом Синягина отмечает, что предрасположенность к суицидам имеют дети с ранимым и инфантильным характером, обладающие повышенной чувствительностью и склонностью к самоанализу, неуверенные в себе и, что важно, легко поддающиеся чужому влиянию [7].

Стоит отметить, что детские суициды весьма редко являются истинными (примерно 10 %). Как правило, попытка самоубийства сводится к демонстрации, «крику о помощи», в первую очередь, психологической.

Ребенок, совершающий попытку суицида, в силу отсутствия у него достаточного жизненного опыта, инфантильно стремится умереть «не до конца», временно устранившись, напугать близких людей. Причинами такого способа привлечь к себе внимание часто являются различные формы домашнего насилия, отсутствие любви и понимания со стороны взрослых членов семьи, излишняя строгость родителей (например, применение наказаний за неудовлетворительную учебу), насмешки и т. п.

При этом, ошибочно было бы утверждать, что самоубийства совершаются исключительно детьми из неблагополучных семей. Так, весьма часто, родительская забота и, необходимое ребенку, эмоциональное взаимовлияние, в силу различных обстоятельств заменяется материальными благами.

Стоит отметить, что в подобных случаях, подростки через суицидальную попытку демонстрируют наличие у них таких качеств, как мужественность и романтизм. Особенно характерно такое представление для детей, в чьих семьях уже случались завершённые или незавершённые суициды (например, смерть отца через повешенье в доме, где проживает ребенок).

Нередко суицидам предшествуют кратковременные семейные или школьные конфликты, которые с позиции взрослого человека не несут в себе какой-либо «существенности». В то же время, максимализм, свойственный подростковому возрасту, усугубляет психологическое значение каждого сказанного слова, любой неосторожной реплики в адрес ребенка. Стоит отметить, что дети крайне редко совершают попытки суицида без предупреждения.

Независимо от причины возникновения желания лишиться себя жизни, ребенок дает возможность себя остановить, сообщает о своих намерениях друзьям, родственникам и т. п. В этот момент для предотвращения детского суицида важно услышать ребенка, принять его слова «всерьез». При этом особое значение имеет верная психологическая оценка степени серьезности намерений и, соответственно, уровня эмоционального кризиса. Таким образом, демонстрация, протест и аффект в детском и подростковом суициде являются основными причинами.

Однако встречаются и истинные случаи самоубийств, когда ребенок сознательно подготавливает себя к прерыванию жизни. Диагностика таких намерений проста и сложна одновременно.

Важно обращать внимание на следующие аспекты поведения подростка:

- резкая смена настроения от депрессии к эйфории и наоборот;
- замкнутость и нежелание вступать в какую-либо коммуникацию с окружающими;
- потеря аппетита, плохой, прерывающийся сон;
- побеги из дома;
- внезапная смена имиджа и внешности;
- агрессия или апатия;
- невозможность сосредоточиться на чем-либо;
- нездоровый интерес ко всему, что связано со смертью, разговоры о смерти;

- чувство вины, самобичевание;
- резкая отстраненность от учебы (снижение успеваемости, прогулы, отказ от участия в жизни класса и т. п.);
- безвозмездная раздача или продажа собственных вещей;
- употребление алкоголя, никотина, наркотических веществ;
- потеря интереса к занятиям, которыми ранее ребенок был увлечен;
- увлечение интернет-группами, призывающих к самоубийствам, членство в таких группах, а также в запрещенных сектах и группировках [7].

В настоящей статье особое внимание следует уделить последнему пункту настоящей классификации поведенческих характеристик, предшествующих подростковым суицидам, а именно большое число т. н. «клубов самоубийц» в сети интернет, рассчитанных на несформированную детскую психику.

Так, например, большую популярность получила группа «Синий кит».

Первые шаги в этой группе — игровые, что, естественно, привлекало к себе большое число детей. Требования выполнить то или иное простое задание, за которые участнику группы начислялись баллы, постепенно сменялись более сложными (ребенка поощряют за выполнение, и у него появляется ложное чувство самоутверждения), вплоть до лишения себя жизни.

Стоит отметить, что не каждый ребенок, состоящий в группе «Синий кит», легко и безоговорочно соглашался на совершение акта самоуничтожения, поскольку основную роль играл фактор наличия инстинкта самосохранения, благополучие в семье, нежелание умирать и т. п. В этом случае организаторы группы применяли методы угрожающего воздействия на ребенка и его психику через фразы «если ты не убьешь себя, твоя мама умрет», «ты трус», «мы убьем твоих родных» и прочее. Естественно, что дети с нарушением коммуникации, у которых отсутствовала возможность рассказать о требованиях группы взрослому окружению, совершали суицидальные шаги.

Таким образом, в длинный список суицидальных причин можно включить страх за жизнь своих близких людей, самопожертвование.

По сведениям РИА «Новости» иногда кураторов подобных групп удается вычислить при помощи правоохранительных

органов и привлечь их к ответственности по уголовной статье 110 УК РФ «Доведение до самоубийства».

Однако «кураторы», предупреждая возможные последствия, перед финальным заданием, требуют от подростка полного удаления переписки из социальных сетей, что существенно осложняет, а иногда делает невозможным, преследование виновных в детских и подростковых суицидах лиц [4].

Стоит отметить, что детские страхи имеют весьма разнообразную природу и часто бывают утрированными. Своевременное их обнаружение и обращение к специалистам позволяет помочь ребенку справиться со своими переживаниями и отказаться от желания совершить суицид.

Среди основных страхов, представляющих потенциальную опасность в формировании суицидальной наклонности подростка, можно выделить следующие:

- Страх перед будущим — как правило, характерен для подростков, лишенных попечения родителей, детей сирот, проживающих в детских домах. Такие дети, не приспособленные к самостоятельной жизни за стенами государственного учреждения, сталкиваются с мыслями об угрозе окружающего мира, о неизбежности страданий и бедствий, что часто провоцирует к суицидальным шагам (лучше умереть, чем встречаться с трудностями).
- Страх ребенка об отказе от него родителей — встречается как в родных, так и в приемных семьях, особенно, если ребенка уже брали под опеку из детского дома ранее и, по каким-либо причинам, вернули обратно. Вместе с тем, довольно распространена необдуманная угроза биологических родителей за мелкие детские проступки, выраженная в эмоционально-фоновой фразе «ты мне больше не нужен, я отдаю тебя в детский дом».
- Страх физической потери близких людей (особенно, если между ребенком и родителями существует тесная эмоциональная связь, о чем сообщалось выше при описании психологического воздействия кураторов группы «Синий кит»).
- Страх школы. Возможен как в раннем детском возрасте (смена привычной обстановки, отсутствие навыков коммуникации со сверстниками ранее), так и в подростковом воз-

- расте (смена места жительства и учебного заведения, неумение «постоять за себя», издевательства одноклассников).
- Страх перед наказанием. При этом стоит заметить, что домашнее насилие, практикуемое родителями наказание за определенные проступки ребенка, способны спровоцировать настолько сильный страх, что суицид кажется более легким решением проблем: «если я умру, то меня не накажут».
 - Страх смертельного заболевания. Характерен для подростков, начавших раннюю половую жизнь, а также употребляющих наркотические средства. Пропаганда здорового образа жизни, распространенная в школьном образовании, указывает на риск приобретения таких опасных болезней, как ВИЧ и СПИД.

Проблема детских и подростковых страхов представляется автору настоящей статьи весьма серьезным провокационным фактором в развитии и формировании стойкого убеждения ребенка в бессмысленности дальнейшей жизни и, как следствие, в совершении суицидов. Однако сам по себе страх, каким бы сильным он ни был, может являться лишь косвенной причиной самоубийства.

На первый план при этом стоит вывести проблему одиночества и депрессивные состояния детей, которые часто развиваются из-за невозможности рассказать своему близкому окружению о тревогах.

Дело в том, что утрированное восприятие, свойственное детской инфантильной психике, рассматривает диалог со взрослым человеком на темы, волнующие ребенка, в качестве еще одного стресса.

При этом дети, особенно в подростковом возрасте, боятся не столько непонимания, сколько публичного осуждения [6].

Важно отметить, что ребенок в предсуицидальном состоянии нуждается не только в понимании, но и в поиске решения той или иной проблемы, вызывающей детский страх. Автор настоящей статьи согласен с утверждением А. В. Бруга и Ю. В. Попова, которые указывают на подростковый суицид, как на некий способ решения проблем, если ребенок длительное время пребывает в состоянии стресса и негативного семейного климата, а также не имеет позитивного опыта выхода из стрессовых ситуаций [1].

Стоит отметить, что значительное воздействие на формирование суицидальной направленности у подростков оказывают психические расстройства ближайших родственников (особенно, с попытками суицида в анамнезе) [9]. С таким утверждением соглашаются многие исследователи, в т. ч. А. Рой, который выделяет семейную суицидальную историю в один из ведущих факторов, влияющих на повышение риска суицидальных попыток другими членами семьи, в частности детьми и подростками [10].

Многие авторы, исследуя «семейственность» в развитии суицидальных намерений, делают логичные выводы о том, что риск самоубийства у родственников человека, совершившего суицид, выше в пять раз, чем у людей, в семейном анамнезе которых есть незавершенные суицидальные попытки [8].

Таким образом, можно утверждать, что риск суицида у подростка прямо-пропорционален уровню психопатического отягощения в семье ребенка. При этом суицидальные попытки (в т. ч. завершенные) у подростков часто проявляются в форме острых аффективных, психогенных реакций.

Установление причинно-следственных связей, в данном случае, затрудняется включением в процесс множества факторов, таких как: психологический климат в семье и школе, успеваемость и личная состоятельность, успешность коммуникаций и т. п. [5].

Таким образом, резюмируя вышеизложенное, отношение детей и подростков к суицидам представляется в виде инфантильного способа решения проблем, которые представляются ребенку настолько весомыми, что уход из жизни кажется ему «хорошим вариантом». При этом подростковая психика такова, что смерть не осознается как что-то реальное и достигаемое в ближайшем будущем.

По статистике лишь 10 % подростков идет к суициду осознанно, продумывая его до мелочей. Основное же количество завершенных и незавершенных суицидальных попыток представляют собой некий вызов социуму, шантаж, демонстрацию и крик о помощи.

При этом такой вид суицида часто происходит после явных намеков или прямой угрозы ребенка, сообщающего взрослым о своих намерениях.

Причинами суицидальных попыток, как правило, являются детские и подростковые страхи в совокупности с невозможностью

рассказать о них близким родственникам, когда сам страх усугубляется тревогой перед непониманием и осуждением.

Детские и подростковые суициды можно предупредить, поскольку все они сопровождаются изменениями в поведении ребенка.

Так, родителям стоит обращать особое внимание на резкую смену настроения от депрессий и агрессии до эйфории, потерю аппетита и интереса к любимому занятию, снижение успеваемости, употребление подростком наркотических средств и алкоголя, несвоевременность половых контактов и т. п.

Особому контролю должны подвергаться дети и подростки из семей, в анамнезе которых есть завершенные и незавершенные суицидальные попытки.

Таким образом, детальное исследование психологии детского и подросткового суицида позволяет не просто определить его причины, но и, опираясь на отношение детей к самому понятию «смерть», проводить профилактику суицидальных попыток.

То есть, важно учитывать тот факт, что психика ребенка весьма податлива к сторонним негативным воздействиям.

Одиночество и неготовность к борьбе со своими страхами самостоятельно воспринимается инфантильным подростком намного острее, чем взрослым человеком.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бруг А. В., Попов Ю. В. Аддиктивное суицидальное поведение подростков // Обзорные психиатрии и медицинской психологии им. В. М. Бехтерева. 2005. № 1. С. 24–26.
2. Вроно Е. М. О возрастном своеобразии аутоагрессивного поведения у психически здоровых подростков [Текст] / Е. М. Вроно, Н. А. Ратинова // Сравнительно-возрастные исследования в суицидологии: сб. науч. тр. / Моск. НИИ психиатрии ; отв. ред. В. В. Ковалев. М., 1989. С. 38–46.
3. Дюркгейм Э. Самоубийство: Социологический этюд / Пер. с фр. с сокр.; под ред. В. А. Базарова. М.: Мысль, 1994. 399 [1] с.
4. Петров С. «Синий кит»: почему ужесточение закона не останавливает «группы смерти» // РИА «Новости». — 20.06.2020. [Электронный ресурс] Режим доступа: <https://ria.ru/20200620/1573186152.html> (дата обращения: 05.10.2020).

5. Подросток и депрессия. Межличностная психотерапия [Текст]: [пер. с англ.] / Л. Мафсон, Д. Моро, М. Вейсман [и др.]. М. : ЭКСМО, 2003. 315 с.
6. Равочкин Н. Н. Проблема подросткового суицида как объект междисциплинарных исследований // Молодой ученый. 2016. №20. С. 651–654.
7. Синягина Н. Ю. Психологическая характеристика детского суицида и его профилактика // Народное образование. 2013. № 3. С. 235–341.
8. Baldessarini R. J., Hennen J. Genetics of suicide: an overview // Harvard Review of Psychiatry. 2004. Vol. 12. P. 1–13.
9. Brent D. A. Familial risk factors for adolescent suicide: a case-control study [Text]. 1994. Vol. 89, is. 1. P. 52–58.
10. Roy A. Genetic and biologic risk factors for suicide in depressive disorders // Psych. Quart. 1993. Vol. 64. № 4. P. 345–358.

УДК 159.9

Шинкова Ольга Николаевна
магистрант кафедры психологии РХГА
olga970121@yandex.ru

ФЕНОМЕНОЛОГИЯ ПОДРОСТКОВОЙ ДЕВИАНТНОСТИ

Аннотация. В статье раскрывается тема девиантного поведения подростков. Анализируются дефиниции, феноменология, методология и методы исследования подростковой девиантности.

Ключевые слова: девиантное поведение, агрессивность, психологические особенности девиантного поведения.

Shinkova O. N.

THE PHENOMENOLOGY OF ADOLESCENT DEVIANCE

Annotation. The article deals with the topic of deviant behavior of adolescents. The definitions, phenomenology, methodology and methods of studying adolescent deviancy are analyzed.

Keywords: deviant behavior, aggressiveness, psychological features of deviant behavior.

Традиционно под девиантным (отклоняющимся) поведением принято понимать действия, противоречащие установленным социальным нормам.

Википедия дает более широкое определение: девиантное поведение — это устойчивое поведение личности, отклоняющееся от общепринятых, наиболее распространённых и устоявшихся общественных норм [1].

Отклонения от социальных норм, несмотря на их большое разнообразие, имеют некоторые общие причины, поддерживающие их существование, рост и распространённость. По своей сути эти причины сводятся к объективным и субъективным противоречиям общественного развития, которые нарушают взаимодействие

личности с социальной средой и приводят к формированию отклоняющегося поведения.

Общей закономерностью отклоняющегося поведения является факт относительно устойчивой взаимосвязи между различными формами девиаций. Эти взаимосвязи могут быть как прямыми (алкоголизм и хулиганство), так и обратными (убийство и самоубийство).

Существует и зависимость всех форм проявления девиации от экономических, социальных, демографических, культурных и других факторов.

В связи с противоречивыми возрастными закономерностями психического развития подростков именно в этом возрасте возникает наибольшая опасность формирования тех или иных вариантов девиантного поведения и девиантных отклонений.

Выделяют несколько стадий девиантных отклонений у подростков [2].

1. Порицаемое поведение — вызывает более или менее резкое осуждение окружающих педагогов, родителей (эпизодические нарушения дисциплины, случаи драчливости, грубости, дерзости, лживости, нечестности).
2. Девиантное поведение — его основу составляют отрицательные действия и поступки, которые становятся для подростков привычными (нечестность, лживость, притворство, ложь, лицемерие, эгоизм, эгоцентризм, конфликтность, агрессивность, кражи и т. д.).
3. Неодобряемое поведение — наблюдается у большинства детей и подростков, связано с шалостями, озорством, непослушанием, непоседливостью, упрямством и т. д.
4. Предпреступное поведение — несет в себе зачатки криминального и деструктивного поведения (эпизодические умышленные и требования, регулирующих поведение и взаимоотношения людей в обществе: хулиганство, избиения, вымогательство, распитие спиртных напитков, злостные нарушения дисциплины и общепринятых правил поведения и т. д.)
5. Противоправное или преступное поведение — различные правонарушения и преступления.

Психологические проблемы, склоняющие подростков к девиантному поведению также разнообразны. Это могут быть и отношениями в семье, например, насилие, со стороны родителей, избыточная критика, навязывание подростку принципов жизни, неблагоприятная ситуация дома (раздоры между родителями, давящая атмосфера).

Причины девиантного поведения могут быть связаны с тремя уровнями факторов: биологическим, социальным и психологическим [3].

Обращают на себя внимание следующие подходы к объяснению причин девиантного поведения [4]:

1. Культурологический подход. В рамках этого подхода причина девиации рассматривается как конфликт между нормами субкультуры и господствующей культуры. Имеется в виду, что подростки одновременно входят в разные этнические, культурные, социальные, политические группы с несовпадающими ценностями.
2. Теория социальной аномии Р. Мертона. В рамках этой теории предполагается, что девиантное поведение обусловлено аномией — рассогласованием между провозглашенными данной культурой целями и средствами их достижения. Например, провозглашается ценность высшего образования, однако не все реально могут его получить. То же касается ценностей престижной работы, условий жизни и т. п.

В соответствии с возрастными особенностями поведения, современные подростки пытаются выделиться из социального окружения, показать себя, проявить свои «взрослые» качества.

Однако зачастую они это делают не самыми правильными, социально-одобряемыми способами.

С одной стороны, подростки пытаются показать, что они могут самоопределяться без помощи взрослых, хотят завоевать у взрослых особый авторитет, с другой стороны, они все еще дети, поскольку не готовы к тому, чтобы в полной мере нести социальную ответственность за свои поступки.

В связи с этим профилактика девиантного поведения в молодежной среде должна быть направлена, прежде всего, на создание

гибкой и разветвленной системы социальной помощи, включающей государственные, общественные, благотворительные и иные структурные звенья.

Эффективными в этом плане являются общественные организации, функционирующие по принципу «самопомощи» (группы анонимных алкоголиков, наркоманов или освобожденных из мест лишения свободы).

К сожалению, подобных групп, в которых бы обсуждались девиантные проявления подростками и у подростков, крайне мало.

Наверное, надо подростку совершить что-то глобальное, граничащее с преступностью, чтобы его поставили на учет в правоохранительных органах, а уже затем только начали проводить с ним «профилактическую» работу. На более ранних стадиях девиаций родители обычно проявляют психологический защитный механизм отрицания. Школьные социальные педагоги работают с теми, кого надо ставить или уже поставили на учет. А школьные психологи любят работать с социально-нормативными детьми. С ними удобно и легко проводить тренинги, нескончаемую психодиагностику, консультировать вопросы учебы и школьной карьеры, всякого рода социально-одобряемые мероприятия, заниматься профориентацией.

На наш взгляд, данная проблема ранней профилактики девиантного поведения является актуальной, т. к. подростки могут неожиданно легко, не особо задумываясь, навредить как самим себе, так и окружающим.

Примерами тому является получивший уже широкое распространение школьный буллинг [5], а также вызвавшие большой общественный резонанс школьные события криминального характера (вооруженные нападения, публичные оскорбления и Интернет-травля учителей, жестокие драки с тяжкими телесными повреждениями и летальными исходами).

Учителей, педагогов, родителей, членов ближайшего социального окружения (одноклассников, соседей, дворовых сверстников) нужно психологически готовить к разным ситуациям — например, проводить в школах, подростковых кризисных центрах, общественных организациях или муниципалитетах встречи, беседы, тренинги, на которых рассказывать о причинах, формах прояв-

ления девиантности, приводить примеры соответствующих ситуаций, объяснять, как себя в подобных ситуациях вести).

Методов подобной работы много, но все они должны подбираться адекватно.

Методы и средства социального контроля также должны быть адекватными по отношению к конкретным видам асоциального поведения.

ЛИТЕРАТУРА

1. <https://ru.wikipedia.org>
2. Кон И. С. Психология старшеклассника: Пособие для учителя. М.: Просвещение, 1980.
3. Лисина М. И. Проблемы общей, возрастной и педагогической психологии. М., 1978.
4. Обухова Л. Ф. Детская психология: теории, факты, проблемы. М.: Тринвола, 1995.
5. Кон И. С. Школьное насилие: буллинг и хейзинг. URL: http://rumagic.com/ru_zar/sci_psychology/kon/1/j62.html

Шевлякова Татьяна Федоровна
магистрант кафедры психологии РХГА
tatyana.shevlyakova.74@mail.ru

СИНДРОМ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У МЕДИЦИНСКИХ СЕСТЕР

Аннотация. Обсуждается проблема синдрома эмоционального выгорания у медицинских сестер. Рассматриваются особенности профессиональной деятельности, способствующие развитию синдрома выгорания.

Ключевые слова: синдром эмоционального выгорания, нервное истощение, средний медицинский персонал, профессиональная заболеваемость.

Shevlyakova T. F.

BURNOUT SYNDROME IN NURSES

Annotation. The problem of burnout syndrome in nurses is discussed. The features of professional activities that contribute to the development of burnout syndrome are considered.

Key words: burnout syndrome, nervous exhaustion, nurses, occupational morbidity.

Впервые термин «burnnout», что дословно означает «сгорание» или «выгорание» применил американский психиатр Х. Френденбергер в 1974 г. при описании психических состояний, связанных с усталостью от долговременного общения с людьми в системе профессий «человек — человек», т. е. так называемых «помогающих» профессий [8]. Кстати, это были как раз медицинские сестры одного из госпиталей. Они жаловались, что эмоционально насыщенный труд с оказанием помощи, особенно тяжелым больным, приводит их в изнеможение и создает чувство бесполезности, никчемности, провоцирует депрессию и соматические недомогания [11, 12].

В дальнейшем эти состояния у лиц помогающих профессий, к которым также относятся врачи, педагоги, психологи, были квалифицированы как долговременная стрессовая реакция или совокупный хронический стрессорный синдром вследствие продолжительных профессиональных стрессов средней интенсивности. Фактически, речь идет о профессиональном стрессе, который вызывает личностную деформацию [4, 7, 8, 11, 12, 13].

Существует несколько моделей СЭВ. Одна из них была предложена Б. Перлманом, Е. Хафтманом и включает личностные и организационные переменные, обусловленные выгоранием [цит. по 13]. Эта модель имеет когнитивно-перцептивный фокус с интерпретацией окружающей среды и личностными переменными в своей основе. Три измерения выгорания здесь отражают основные симптоматические категории стресса:

а) физиологическую, сфокусированную на физических симптомах (физическое истощение);

б) аффективно-когнитивную, сфокусированную на установках и чувствах (эмоциональное истощение, деперсонализация);

в) поведенческую, сфокусированную на симптоматических типах поведения (дезадаптация, сниженная рабочая продуктивность).

Как следует из модели, личностные характеристики, профессиональное и социальное окружение определяют восприятие и воздействие стрессогенных факторов, а в итоге — выгорания, вместе со способами совладания со стрессом.

К. Р. Маслач (1982 г.), одна из ведущих специалистов по изучению синдрома выгорания, определила его разрушительные симптомы: ощущение эмоционального изнеможения и истощения, упаднические или агрессивные чувства, формирование отрицательного и неприязненного отношения к пациентам и клиентам — что обозначается как дегуманизация и деперсонализация, отрицательное самовосприятие в профессиональном плане — появление неуверенности в себе, страх совершения ошибки, чувство недостатка профессионального мастерства [9, 11, 12].

В. Пико (2006) на основе обобщения данных, описанных многими авторами, оставил перечень симптомов выгорания [13]:

- усталость, утомление, истощение;
- психосоматические недомогания;
- бессонница;

- негативное отношение к клиентам;
- скудность репертуара рабочих действий;
- злоупотребление химическими агентами: табаком, кофе, алкоголем, наркотиками;
- отсутствие аппетита или, наоборот, переедание;
- негативная «Я-концепция»;
- агрессивные чувства (раздражительность, напряженность, тревожность, беспокойство, взволнованность до перевозбуждения, гнев и др.);
- упадническое настроение и связанные с ним эмоции — цинизм, пессимизм, апатия, депрессия, чувство бессмысленности и безнадежности;
- переживание чувства вины и зависимости.

Разные исследователи по-разному представляют себе синдром эмоционального выгорания, но сходятся они в основных дефинициях: СЭВ — это формирование личностных деформаций в связи с трудными, стрессорными и напряженными ситуациями на работе, причем непременно в системе общения «человек — человек». Личностные деформации могут касаться не только эмоциональной, но и когнитивной сферы, мотивационных установок, а также психосоматических взаимоотношений. СЭВ — это синдром системного нарушения психоэмоционального и психосоматического здоровья личности, который не имеет нозологического оформления, но доставляет много неудобств его обладателю и опасен для тех, с кем по роду службы вынужден взаимодействовать носитель СЭВ.

Особенно часто СЭВ встречается среди среднего медицинского персонала — медицинских сестер.

С развитием медицины, появлением новых технологий в профилактике, диагностике и лечении различных заболеваний возросла и роль сестринского персонала. В настоящее время задачи, возложенные на медицинскую сестру, делают ее работу чрезвычайно многогранной и очень сложной. В связи с этим, усиливается влияние целого ряда факторов, связанных с условиями и характером труда сестринского персонала, которые негативно влияют на состояние его здоровья [1].

В настоящее время отмечается рост профессиональной заболеваемости среди медицинских сестер, которая за последние

10 лет имеет стойкую тенденцию к увеличению. В ее структуре 80 % занимают хронические формы патологии.

Медицинские работники занимаются своей профессиональной деятельностью в условиях лечебно-профилактических учреждений, которые по сути представляют сложные экологические системы, оказывающие разнообразное воздействие на находящихся в них людей (и пациентов, и медицинских работников). В последние годы в научной литературе появился такой термин, как «безопасная больничная среда» и выяснено, что профессиональный труд медицинских работников сталкивается с воздействием многих опасных факторов, оказывающих неблагоприятное влияние на здоровье сестринского персонала [2].

Всемирная организация здравоохранения выделяет прежде всего следующие агрессивные факторы больничной среды — это:

- Физические перегрузки.
- Воздействие токсических веществ.
- Инфекция (ВБИ).
- Радиация.
- Психоэмоциональные перегрузки.

Из всех вышеперечисленных факторов наиболее изученным является воздействие ВБИ. Но и остальные факторы вносят свой существенный вклад. Так, например, отсутствие элементарной механизации труда, а зачастую и просто нерациональной его организации определяет те чрезмерно высокие, существующие в настоящее время физические нагрузки на сестринский персонал. Так установлено, что в некоторых подразделениях, работающих с наиболее тяжелыми пациентами, лишенными возможности ухода, только за одну смену медицинская сестра поднимает от 600 до 900 кг. Это уже через несколько лет приводит к заболеваниям опорно-двигательного аппарата, особенно позвоночника [6].

Осуществляя свою профессиональную деятельность, медицинские сестры находятся в постоянном контакте с высокоактивными химическими веществами. Это лекарственные препараты, дезинфицирующие средства, химические реактивы, используемые в лабораториях и т. д. Мы редко задумываемся, какое влияние могут оказывать даже таблетки, воздействуя на руки медицинской сестры, при ежедневном, многолетнем контакте с ними. Воздух процедурных кабинетов, лишенных специальной вытяжной

вентиляции, насыщен лекарствами. Много ли знает медицинский работник о воздействии наркоза, цитостатических препаратов и т. д.? К сожалению крайне мало [6].

Остановимся на воздействии психоэмоциональных перегрузок, так как им уделялось и уделяется крайне мало внимания.

Во многих научных исследованиях отечественных и зарубежных ученых отмечено влияние отрицательных эмоций па развитие так называемых болезней «адаптации», однако, проблема воздействия негативных эмоциональных состояний на здоровье медицинского работника, в частности на медицинскую сестру, изучена мало и считается на сегодняшний день крайне актуальной [1, 2].

Проведенные исследования показали, что медицинские сестры в своей профессиональной деятельности очень часто подвергаются развитию нервного истощения (НИ) и входят в группу риска ранней смертности [6].

Существует классификация профессий по критериям «трудности и вредности», где медицина относится к социономическим профессиям, то есть работающим в сфере «человек-человек». Это профессии высшего типа, требующие постоянных: ответственности, повышения мастерства и личностного развития [5].

На медицинских сестер практически ежедневно влияют психоэмоциональные воздействия больничной среды (по сути своей являющиеся стрессорами). Это может приводить к развитию дистресса, а в дальнейшем и к нервному истощению [6].

Основными факторами, вызывающими нервное перенапряжение сестринского персонала являются:

- Ежедневное противостояние боли, страданиям и смерти.
- Невозможность качественного выполнения своих обязанностей из-за профессиональных перегрузок.
- Рутинная, однообразная, неквалифицированная работа.
- Дефицит взаимопомощи в коллективе.
- Отсутствие достойной оценки своего труда обществом.
- Боязнь невозможности освоить постоянно меняющиеся новые медицинские технологии.

К дополнительным факторам, влияющим на женский персонал, можно отнести:

- Различное положение в обществе мужчины и женщины.
- Необходимость сочетания профессиональных обязанностей с работой по дому, воспитанием детей.

- Недостаток времени для личностного роста и полноценного отдыха.
- Культурные и религиозные обычаи, требующие от женщин повышенного сочувствия, деликатности и понимания по отношению к окружающим.
- Интересные данные были получены в результате анкетирования, проведенного среди медицинских сестер. Выявлено, что психоэмоциональное перенапряжение крайне широко распространено среди сестринского персонала. Причем в возрастных группах от 25 до 30 лет особую сложность вызывают ночные и суточные дежурства, в группе 50–60 лет — высокое чувство ответственности, и во всех группах — наиболее значимым является слишком большое количество пациентов [6].

Нервное истощение (НИ) — это состояние, характеризующееся повышенной возбудимостью нервной системы в сочетании с быстрой истощаемостью и эмоциональной неустойчивостью, расстройством сна и вегетативными нарушениями. Это гораздо больше, чем просто проявления стресса.

Нервное истощение приводит к снижению способности мыслить критически, решать проблемы и принимать адекватные решения, что может иметь пагубное последствие для нормального выполнения своих профессиональных обязанностей, в том числе и для безопасности пациента.

Труд средних медицинских работников относится к наиболее сложным и ответственным видам профессиональной деятельности. Для него характерны значительные интеллектуальные нагрузки а в определенных случаях — и большие затраты физических усилий.

Кроме того, данный вид деятельности требует выносливости, внимания и высокой трудоспособности, зачастую в экстремальных условиях и при жесточайшем дефиците времени [2, 5, 6].

Интенсификация и плохая организация с высокой требовательностью к профессиональной деятельности медсестер отражается на состоянии их здоровья — способствует увеличению уровня общей заболеваемости и хронизации имеющейся патологии.

К этому необходимо добавить, что медицинская сестра вынуждена общаться зачастую с лицами, злоупотребляющими алкоголем, наркотиками; ей необходимо следить за учетом лекарств

и наркотических препаратов; ее нагрузки очень часто превышают нормативы.

Общение с пациентом наедине также может вызывать напряжение и определенные риски. Эмоционально напряженный контакт с пациентами, которые находятся в состоянии стресса, испытывают боль, разочарование от болезни или услуг здравоохранения, продолжительное время ожидают помощи и испытывают фрустрацию вследствие ее отсутствия [1].

На СЭВ медицинских сестер оказывают воздействие и такие неблагоприятные факторы:

- высокие психоэмоциональные нагрузки при работе с пациентами пожилого и старческого возраста;
- низкие материальные возможности многих сотрудников для сохранения здоровья (нерациональное и невитаминизированное питание);
- неудовлетворительные бытовые условия;
- дорожно-транспортные проблемы.

Таким образом, рассмотрев все факторы, влияющие на здоровье медицинской сестры, можно предположить, что медицинский фактор имеет большое влияние на формирование эмоционального выгорания.

Медицинские сестры, имеющие хроническую патологию, плохо справляются с эмоциональными нагрузками, свойственными их профессиональной деятельности, у них повышена эмоциональная нестабильность.

Основными факторами риска в целом являются условия труда, которые сложились в современном здравоохранении в последнее время.

ЛИТЕРАТУРА

1. Абрамова Г. С. Психология в медицине: учебное пособие для вузов по медицинским специальностям: рек. М-вом общего и проф.
2. Бергий М. А. Особенности развития профессионального стресса у врачей разных специализаций: Дис. ... канд. психол. наук. М.: Юнити, 2014. 162 с.
3. Бодров В. А. Информационный стресс: учебное пособие для вузов. М.: ПЕР СЭ, 2010. 352 с.
4. Водопьянова Н. Е., Старченкова Е. С. Синдром выгорания [Электронный ресурс]. 2-е изд. СПб.: Питер, 2008. 336 с.

5. Маклаков А. Г. Профессиональный психологический отбор персонала: теория и практика. СПб.: Питер, 2008. 480 с.
6. Рогозин А. Б. Психологические ресурсы индивидуального стиля преодоления стресса (на примере личности медицинских работников): Дис. ... канд. психол. наук. Краснодар, 2005. 159 с.
7. Трифонов С. В., Третьяков Н. В., Авхименко М. М. Особенности труда медицинских работников в чрезвычайных ситуациях и методы коррекции нарушенного функционального состояния // Медицинская помощь. 2015. № 4. С. 33–37.
8. Freudenberger H. J. Staff burnout // Journal of Social Issues. 1974. № 30 (1). P. 159–165.
9. Maslach C. Burnout. The cost of caring. New Jersey: Prentice-Hall Inc., 1982.
10. Maslach C., Jackson S. E. Burnout in organizational settings // Applied Social Psychology Annual. 1984. № 5. P. 133–153.
11. Maslach C., Jackson S. E., Leiter P. M. Maslach Burnout Inventory manual 3rd ed. Palo Alto, California: Consulting Psychologists Press, 1996.
12. Maslach C., Schaufeli W. B., Leiter M. P. Job Burnout. Annual Review of Psychology. 2001. № 52. P. 397–422.
13. Piko B. F. Burnout, role conflict, job satisfaction and psychosocial health among Hungarian health care staff: A questionnaire survey // International Journal of Nursing Studies. 2006. № 43. P. 311–318.

УДК 159.9

Бардиер Галина Леонидовна

доктор психологических наук,
профессор кафедры психологии РХГА
galinabardier@yandex.ru

ОПРОСНИК «ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ, ПАБЛИЦИТНЫЙ, РЕПУТАЦИОННЫЙ КАПИТАЛ ОРГАНИЗАЦИИ» (ЧПРК)

Аннотация. В статье представлены данные первичной апробации и текст опросника, включающего шкалы: человеческий, публицитный репутационный и общий показатель социального капитала организации. В основе разработки опросника лежит концептуальное положение о том, что структура социального капитала организации включает три его подвида — человеческий, публицитный и репутационный капитал.

Ключевые слова: социальный капитал организации, человеческий капитал, публицитный капитал, репутационный капитал, средние групповые показатели.

Bardier G. L.

QUESTIONNAIRE «HUMAN, PUBLIC, AND REPUTATION CAPITAL OF AN ORGANIZATION» (HPRC)

Annotation. The article presents the data of the initial testing and the text of the questionnaire, which includes the following scales: human, public, reputation and General indicator of the social capital of the organization. The development of the questionnaire is based on the concept that the structure of the organization's social capital includes three sub-species — human, public and reputation capital.

Keywords: social capital of the organization, human capital, public capital, reputation capital, the average group indicators.

Социальный капитал — понятие в психологии относительно новое.

В соответствии с предметом социальной психологии логично в структурном плане изначально выделять социальный капитал личности, малой группы (организации), большой социальной группы (политической партии, этноса, профессионального объединения, общества в целом).

При этом следует отметить, что применительно к личности социальный капитал достаточно подробно описан, обозначены его содержательные компоненты — это отношения, ценности и нормы [1].

Мы предлагаем выделять три вида социального капитала личности — эмоциональный, когнитивный и коммуникативный (сетевой) капитал [2].

А вот применительно к большим группам в психологии это понятие пока еще не устоялось.

Для характеристики социальных накоплений больших групп психологи используют, в частности, понятия устная история; народное достояние; национальная, традиционная, бытовая культура.

В более узком контексте можно встретить и такие понятия: политическая культура, политические активы, профессиональные накопления и заделы, научный вклад и др.

Все эти понятия по смыслу созвучны с социальным капиталом, но концептуально описанных соответствий мы в литературе не встречали.

Например, можно предположить, что в качестве содержательного наполнения социального капитала большой группы могут быть социальные представления, социальные стереотипы, традиции, стихийные массовые коммуникации, установки массового сознания и др.

По-иному обстоит дело с психологическим подходом к определению социального капитала организации. В литературе применительно к организациям используют термины когнитивный капитал и сетевой капитал. Вместе с тем, применительно к организациям в управленческом контексте прочно устоялись такие термины как человеческий, публицитный и репутационный капитал.

Основываясь на этом, мы предлагаем на концептуальном уровне рассматривать социальный капитал организации как конструкт, включающий в себя человеческий, публицитный и репутационный капитал.

Составляющими человеческого капитала в нашей концепции являются, в первую очередь, персонал-технологии, обеспечивающие состояние здоровья, знания, умения, навыки, способности и мотивацию работников.

С этой позиции человеческий капитал организации — это и основа, и результат развития способностей ее работников к осуществлению трудовой, инновационной и творческой деятельности, их мотивация, направленная на повышение квалификации, всестороннее применение имеющегося опыта, их лояльность и приверженность ценностям организации, в которой работают.

Публичный капитал — это качественная и количественная совокупность всей известной информации об организации, которая, если речь идет о бизнес-организации, может измеряться в денежном эквиваленте.

Понятие «публичный капитал», или капитал публичности, в некотором смысле приближается к понятию «нематериальные активы» организации. Популярная организация с раскрученным брендом обладает в большей степени нематериальными активами.

Публичный капитал представляет собой особый вид капитала, которым обладает организация или предприятие как рыночный субъект, функционирующий в пространстве публичных коммуникаций. Увеличение объема публичного капитала означает для организации возрастание общественного доверия к ней, развитие и укрепление позитивного имиджа, формирование все более благоприятного общественного мнения и пр. Эти результаты обладают экономическим эквивалентом.

Репутационный капитал организации представляет собой совокупность ее устойчивых характеристик, которые сформировались в ходе ее деятельности и воспринимаются заинтересованными сторонами как, например, «компания — ответственный товаропроизводитель и работодатель», «социально ответственная компания», «экологически ответственная компания», «надежный деловой партнер» и т. п.

Формирование и накопление репутационного капитала организации находится исключительно в сфере ее ответственности и становится результатом ее непосредственной деятельности. На формирование репутационного капитала компании оказывают влияние многие факторы, особую роль среди которых играют корпоративная социальная ответственность и деятельность компании [3].

Для измерения перечисленных трех видов социального капитала организации нами был сконструирован опросник, для краткости названный ЧПРК — Человеческий, Публицитный, Репутационный социальный Капитал организации.

Опросник включает четыре шкалы:

Шкала «Человеческий капитал» отражает степень важности кадров для организации и вклада в них (вопросы 1–5).

Шкала «Публицитный капитал» показывает степень узнаваемости и популярности организации (вопросы 6–10).

Шкала «Репутационный капитал» выражает степень социальной значимости организации (вопросы 11–15).

Четвертой шкалой выступает общий показатель по трем предыдущим.

Опросник ЧПРК организации (человеческий, публицитный, репутационный капитал организации)

Инструкция. Оцените, пожалуйста, в какой степени, на Ваш взгляд, каждое из приведенных ниже утверждений характеризует организацию, в которой Вы работаете. Ваши ответы вполне могут не совпадать с ответами Ваших коллег, это ведь Ваша личная точка зрения и Ваше видение реальной ситуации, зависящее от многих факторов: Вашей должности и Ваших должностных обязанностей, Вашего стажа работы в данной организации, Вашей личной позиции, мотивации, отношений, карьерной ориентации, наблюдательности, умения делать выводы и т. п.).

	«В данной организации...»	Согласен	Скорее согласен, чем не согласен	Затрудняюсь с ответом	Скорее НЕ согласен, чем согласен	НЕ согласен
1	Практически нет текучести кадров: люди не увольняются и людей ценят, не увольняют					
2	Есть персонал-менеджер (или штатный психолог, работающий как с руководством, так и с персоналом)					
3	Есть премии и иные материальные поощрения (причем, людям известны правила их достижения)					

	«В данной организации...»	Согла-сен	Скорее согласен, чем не согласен	Затруд-няюсь с ответом	Скорее НЕ согла-сен, чем согласен	НЕ согла-сен
4	Есть бонусы и иные социальные стимулы (условия труда, спорт, отдых, образование, карьера, здоровье...)					
5	Проводятся досуговые и иные корпоративные мероприятия (уделяется внимание развитию корпоративной культуры)					
6	Организация узнаваема (по данным опросов, СМИ, личных сведений)					
7	Есть PR-менеджер, отвечающий за работу со СМИ и обеспечивающий известность организации					
8	Продуманная реклама					
9	Ведется работа с целевыми группами потребителей (клиентов)					
10	Активное участие в публичных мероприятиях					
11	Есть VIP-партнеры					
12	Продуманный имидж					
13	Социальная ответственность					
14	Высокие рейтинги					
15	Востребованность (спрос, популярность, прочное положение на рынке товаров и услуг)					

Первичная апробация опросника была проведена на примере сравнения социального капитала двух российских банков в комплексном эмпирическом исследовании выпускника кафедры психологии РХГА В. А. Вертинского [4].

В исследовании приняли участие 43 менеджера из двух разных банков, с разными системами управления. В первом случае речь шла о западной модели управления, которая в научном мире квалифицируется как американская модель (банк «А»), во втором случае банк был ориентирован на российский вариант японской модели (банк «Б»). Ориентация банков на разные модели управления была подтверждена на эмпирическом уровне с помощью авторского опросника, составленного на основе зафиксированных в литературе характеристик этих двух моделей [5].

Результаты исследования показали достаточную выраженность всех рассматриваемых видов социальных капиталов в обоих изучаемых банках, причем более выраженным оказался публицитный капитал, а менее выраженным — человеческий (рис. 1).

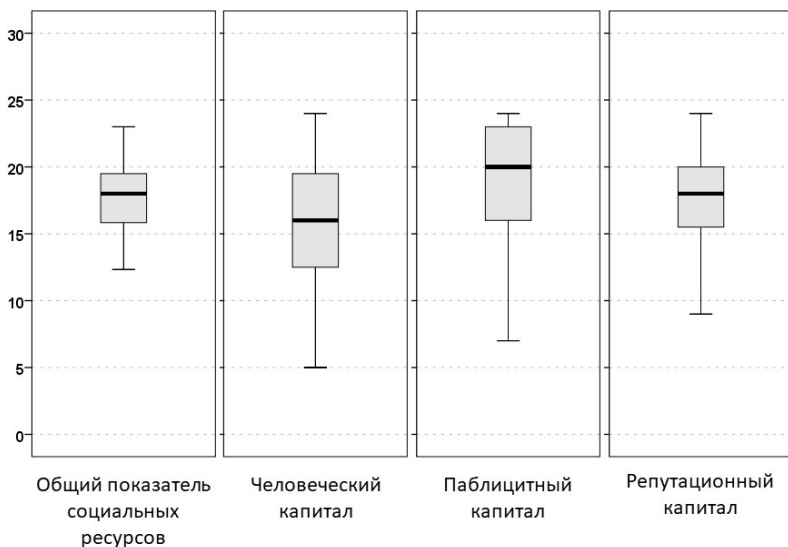


Рис. 1. Распределения показателей по результатам опросника ЧПРК

Чтобы установить шкальные различия по сравниваемым банкам был проведен многомерный дисперсионный анализ (рис. 2), по результатам которого были установлены значимые различия по общей шкале ($p = ,001$; $pL = ,24$) и шкале Человеческий капитал ($p = ,001$; $pL = ,35$).

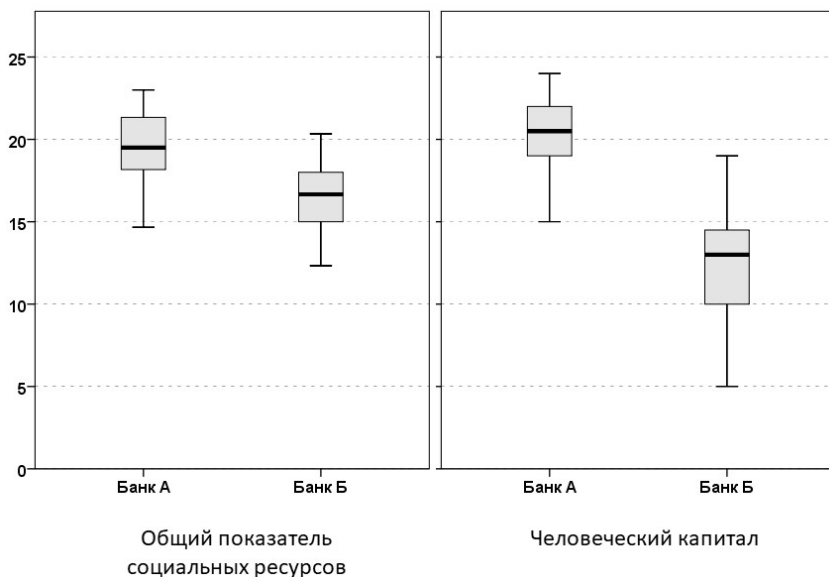


Рис. 2. Различия групп в оценке социальных капиталов исследуемых банков

Анализируя средние показатели по всем шкалам опросника, можно на уровне тенденции отметить, что не только человеческий, но и репутационный капитал в банке А выше (рис. 3). А показатели публичного капитала, напротив, оказались выше у банка Б — также только на уровне тенденции, хотя надо отметить, что действительно банк Б более известен и узнаваем на территории России (как банк, наиболее приближенный к структурам власти и обеспечивающий все основные решения власти).

	гр	N	Среднее	Средне кв. отклонение	Средне кв. ошибка среднего
ЧПРК_Ч	Банк А	20	20,25	2,511	,561
	Банк Б	23	12,43	3,382	,705
ЧПРК_П	Банк А	20	18,95	4,651	1,040
	Банк Б	23	19,70	3,698	,771
ЧПРК_Р	Банк А	20	18,75	3,640	,814
	Банк Б	23	16,96	4,436	,925
ЧПРК_О	Банк А	20	19,32	2,439	,545
	Банк Б	23	16,36	1,909	,398

Рис. 3. Сравнение средних показателей двух банков по шкалам опросника

Таким образом, можно констатировать, что первичная апробация опросника ЧПРК прошла успешно: выявлены различия между выраженностью показателей социального капитала в целом и по шкалам как на общей выборке по обоим банкам, так при их сравнении. Исходя из того, что сравниваемые банки изначально были подобраны как тяготеющие к применению в своей деятельности разных моделей менеджмента, гипотезой исследования было предположение о том, что и показатели разных видов социального капитала в этих банках будут различаться. С помощью опросника ЧПРК эта гипотеза была доказана.

ЛИТЕРАТУРА

1. Социальный капитал личности. Коллективная монография. М.: Изд-во ИНФРА-М, 2014. 230 с. Авторский коллектив: Почебут Л. Г., Свенцицкий А. Л., Марарица Л. В., Казанцева Т. В., Кузнецова И. В.
2. Бардиер Г. Л. Социальные потребности и социальный капитал: аспекты личности и организации // Ученые записки Санкт-Петербургского государственного института психологии и социальной работы. 2019. Т. 32. № 2. С. 22–30.
3. Федоров П. М. Социальный капитал организации как фактор конкурентоспособности // Профессиональная ориентация. 2019. № 1. С. 106–109.

4. Вертинский В. А. Социально-психологические детерминанты профессионального выгорания банковских работников. Выпускная квалификационная работа по направлению подготовки 37.03.01 Психология. РХГА, 2020.
5. Рохмина Е. Б. Сравнительный анализ американской и японской моделей менеджмента // Экономика и менеджмент инновационных технологий. 2014. № 2 [Электронный ресурс]. URL: <http://ekonomika.snauka.ru/2014/02/3788> (дата обращения: 18.10.2020).

УДК 159.9

Берсенева Екатерина Сергеевна
магистрант кафедры психологии РХГА
morimela@mail.ru

ДВУЯЗЫЧНЫЙ ПАКЕТ МЕТОДИК ДЛЯ РОССИЙСКО-ИТАЛЬЯНСКИХ КРОСС-КУЛЬТУРНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ

Аннотация. Одной из наиболее серьезных методических трудностей кросс-культурных исследований является разработка двуязычного исследовательского инструментария. В статье предлагается инструментарий для психологических кросс-культурных российско-итальянских исследований.

Ключевые слова: кросс-культурный исследования, двуязычные психологические тесты, опросники, ассоциативный метод.

Berseneva E. S.

BILINGUAL PACKAGE OF METHODS FOR RUSSIAN-ITALIAN CROSS-CULTURAL STUDIES

Annotation. One of the most serious methodological difficulties of cross-cultural research is the development of bilingual research tools. The article offers tools for psychological cross-cultural Russian-Italian studies.

Keywords: cross-cultural studies, bilingual psychological tests, questionnaires, associative method.

Кросс-культурные исследования — это исследования, направленные на изучение социального поведения и проверку гипотез о культурных различиях народов. Кросс-культурные исследования относятся к области антропологии, социологии, психологии, экономики.

Отличием кросс-культурных исследований от сравнительных, где рассматриваются похожие характеристики нескольких обществ, является работа с более широкой выборкой, которая дает

возможность проводить статистический анализ исследуемых объектов и подтверждать или отрицать существование корреляции между изучаемыми параметрами.

Методические трудности проведения психологических кросс-культурных исследований заключаются в необходимости разработки тех методов и методик проведения исследования, в которых будет одинаковая смысловая нагрузка для каждой из исследуемых культур.

Для того чтобы подготовиться к проведению кросс-культурного российско-итальянского исследования, нами был решен ряд задач:

1. изучение литературы по кросс-культурным исследованиям на русском, английском и итальянском языках,
2. симметричный подбор и обоснование референтных тестовых методик, которые переведены на русский и итальянский языки, параллельно, адаптированы и валидизированы на российской и итальянской выборках,
3. подбор, разработка и перевод на итальянский язык русско-язычных опросников, проведение с привлечением носителей языка проверки смысловой эквивалентности российской и итальянской версий опросников,
4. выбор качественных методик исследования и перевод их инструкций на итальянский язык,
5. разработка и перевод на итальянский язык авторских опросников, направленных на выявление особенностей социокультурной адаптации россиян в Италии и итальянцев в России,
6. формирование методологических принципов проведения исследования и определение его дизайна.

Для решения первой задачи нами были изучены как научные работы, так и материалы, выложенные в Интернете [1, 4, 5, 6, 7, 8].

В соответствии со второй задачей нами была проведена большая работа, связанная с поиском одноименных тестовых методик, адаптированных как в России, так и в Италии. Это сделать оказалось непросто, поскольку психологические тесты большей частью находятся в закрытом доступе. Кроме того, оказалось, что довольно мало тестов переведено с английского языка и адаптировано одновременно и на итальянской, и на российской выборках.

Тем не менее, такие тесты были найдены.

Ими оказались: методика определения стрессоустойчивости и социальной адаптации Холмса и Раге [15, 16, 17], шкала тревожности Спилбергера STAY [18, 20, 21], шкала самоуважения Розенберга (Rosenberg's Self-Esteem Scale) [3, 22, 23], стратегии совладания и стрессоустойчивость COPE (авторы К. Карвер, М. Шейер и Дж. Вейнтрауб) [13, 14]. Последняя методика, как стало понятно из содержания вопросов, в России известна как методика исследования стратегий совладания или копинг-стратегий.

Для решения третьей задачи с учетом специфики кросс-культурных исследований мы отобрали тест «Культурно-ценностные ориентации» Таусенда-Почебут [23] и опросник, составленный отечественными авторами Латфуллиной Г. Р. и Громовой О. Н. по пяти измерениям культуры Герта Хофстеде [2, 9, 12]. Учитывая тот факт, что Хофстедом позже было предложено шестое измерение культур, мы дополнили опросник самостоятельно.

Все отобранные методики были переведены на итальянский язык с последующей их проверкой на смысловое соответствие носителем языка — итальянцем, который вместе с тем и хорошо владеет русским языком.

В числе качественных методик (4-я задача) была выбрана методика КШ (культурный шок), разработанная Г. Л. Бардиер [10] на основе характеристик культурного шока, описанных Ч. Моррисом [11], и составлена методика «Ассоциации». Инструкции к обоим методикам также были переведены на итальянский язык и одобрены носителем языка.

Для решения пятой задачи были составлены: социально-демографический опросник и авторский опросник «УЖ» — удовлетворенность жизнью. Оба опросника изначально были опробованы русскоязычными психологами-экспертами, затем переведены и проверены на смысловое соответствие русскоговорящим итальянцем.

Таким образом, изначально наш исследовательский пакет методик включал 10 методик.

В соответствии с шестой задачей были сформулированы методологические принципы проведения исследования, одним из которых стал принцип «временной экологичности», предполагающий, что временные затраты испытуемых должны быть минимизированы.

Дизайн исследования предполагал, что тестовые задания испытуемые будут выполнять единожды, а опросники и качественные

методики заполнять дважды — для российской (русской) и итальянской культур. Выполнять все задания испытуемые будут на родном языке.

В соответствии с принципом временной экологичности после пилотажного исследования из пакета были исключены методика СОРЕ (из-за ее громоздкости — 60 вопросов) и авторский опросник УЖ (из-за большого количества в нем открытых вопросов, на которые в пилотажном исследовании мало кто ответил).

Был также значительно сокращен демографический опросник.

Затем за счет сокращения тестовых методик (исключили тесты Холмса-Раге и Розенберга как близкие по содержанию методике Спилбергера) объем пакета уменьшился до пяти двуязычных методик, тексты которых приводятся ниже.

1. Тест культурно–ценностных ориентации Дж. Таусенд, вариант Л. Г. Почебут [23]

Инструкция к тесту. «Отметьте, пожалуйста, то утверждение в каждом разделе, которое наилучшим образом описывает культурную ориентацию вашего народа. При этом постарайтесь вспомнить, чему вас учили ваша семья, школа, религия. Просьба при ответе не руководствоваться вашими современными взглядами в том случае, если они отличаются от того, чему вас учили». (Вторая инструкция предлагала по этим же утверждениям оценить итальянскую культуру россиянам и русскую культуру итальянцам)

1. В моей культуре важнейшим фактором при принятии решений люди считают:
 - а. прошлое;
 - б. настоящее;
 - с. будущее.
2. В моей культуре люди обычно считают, что они:
 - а. жертвы природных сил;
 - б. живут в гармонии с природой;
 - с. управляют многими природными силами.
3. В моей культуре считается, что если людьми не управлять, то они, вероятно, будут совершать:
 - а. плохие поступки;
 - б. как плохие, так и хорошие поступки;
 - с. хорошие поступки.

4. В моей культуре люди считают самым основным в своих взаимоотношениях:
 - a. наследство и происхождение;
 - б. большую семью;
 - с. индивидуальность, самобытность личности.
5. В моей культуре люди полагают, что:
 - a. существование само по себе достаточно для жизни;
 - б. рост и развитие личности является самой важной целью в жизни;
 - с. практическая деятельность и достижение совершенства — лучшая цель.

Итальянский вариант

Orientamenti culturali. Scegliere l'opzione più appropriata che descriva la cultura in cui Lei vive o conside la sua patria.

1. Nella mia cultura, le persone considerano come fattore più importante nel processo decisionale il:
 - a. passato;
 - b. presente;
 - с. futuro.
2. Nella mia cultura, le persone di solito credono di essere:
 - a. vittime delle forze naturali;
 - b. vivere in armonia con la natura;
 - с. gestire molte forze naturali.
3. Nella mia cultura, si ritiene che se le persone non sono governate, allora probabilmente si impegneranno:
 - a. cattive azioni;
 - b. azioni sia cattive che buone;
 - с. buone azioni.
4. Nella mia cultura, le persone considerano il più fondamentale nelle loro relazioni:
 - a. eredità e origine;
 - b. individualità, identità dell'individuo
 - с. famiglia numerosa;
5. Nella mia cultura, la gente crede che:
 - a. l'esistenza stessa è sufficiente per la vita;
 - b. la crescita e lo sviluppo della personalità è l'obiettivo più importante nella vita;
 - с. praticare e raggiungere la perfezione è l'obiettivo migliore.

Ключ к тесту: преобладание ответов а — ориентация на традиционную (ТК), б — на современную (СК), с — на динамически развивающуюся культуру (ДРК), интерпретация шкал опубликована [23].

2. Опросник «Культура моего народа»

(этот опросник по пяти измерениям культур Герта Хофстеде был взят из книги Латфуллиной Г. Р. и Громовой О. Н. [12], шестая шкала в соответствии с шестым измерением, предложенным Хофстеде позднее, добавлена нами).

Инструкция: Перед вами ряд утверждений, которые помогут определить некоторые особенности культуры Вашего народа. Здесь не может быть ответов «правильных» или «ошибочных». Люди различны, и каждый может высказать свое мнение. Баллы 1, 2, 3, 4, 5 помогут Вам выразить степень своего согласия с каждым из утверждений. (Вторая инструкция предлагала по этим же утверждениям оценить итальянскую культуру россиянам и русскую культуру итальянцам)

	Характеристики		Характеристики
1	Детей в стране учат, что их мнение столь же весомо, что и мнение родителей	12345	Детей в семье учат, что авторитет родителей не должен ставиться под сомнение
2	Детей в семье учат, что ничего нельзя принимать на веру	12345	Детей в семье учат, что всему, что говорят старшие или более авторитетные люди, нужно подчиняться безоговорочно
3	Подчинённые должны сами определять круг своих рабочих обязанностей и свое положение в фирме	12345	Обязанности каждого сотрудника четко определены
4	Подчиненные постоянно спорят с руководством, и иногда трудно разобраться, кто начальник, а кто подчиненный	12345	Старший решает все и строго контролирует подчиненных, а те принимают такое положение, потому что уважают старшего
5	Преобладает мнение, что политическую систему лучше изменять постепенно, путем дискуссий и демократического голосования	12345	Преобладает мнение, что политическую систему лучше менять радикальным путем

	Характеристики		Характеристики
6	Люди сочувствуют менее удачливым, а более удачливым завидуют	12345	Люди обожают удачливых и презируют неудачников
7	Мотивация на рабочем месте создается приятным окружением, теплотой и дружелюбием	12345	Мотивация на рабочем месте создается четким определением целей и большой долей ответственности, которые приводят к успеху
8	Люди на рабочем месте стараются достичь согласия и не конкурируют друг с другом	12345	Конфронтация считается позитивным явлением, залогом достижений: или вы выдержите конкуренцию, или вы никто
9	Как мужчины, так и женщины могут быть скромными и сочувствующими, заботиться о качестве жизни	12345	Мужчины должны стремиться к материальному успеху, а женщины должны быть более скромными и сочувствующими
10	Любовь означает интимность	12345	Любовь означает эмоциональную поддержку
11	Люди поддерживают прочные и продолжительные связи внутри своей группы	12345	Люди выбирают друзей в зависимости от сходных интересов и взаимной симпатии
12	Доминируют общинный дух и солидарность	12345	Доминируют одиночество и свобода
13	Люди заботятся прежде всего о том, чтобы не потерять лицо, и стараются помочь в этом другому члену группы	12345	Люди заинтересованы прежде всего в том, чтобы придерживаться своих собственных взглядов и стандартов
14	Продвижение осуществляется в зависимости от степени лояльности и возраста	12345	Продвижение осуществляется в зависимости от достижений, а не от возраста
15	Использование служебного положения для помощи члену семьи в нахождении работы не считается аморальным	12345	Злоупотребление служебным положением для помощи члену семьи в нахождении работы считается аморальным
16	Детей в семье учат, как жить в условиях хаоса и неопределенности	12345	Детей в семье приучают создавать стройные структуры и избегать неопределенных ситуаций
17	Уважают людей, обладающих общими знаниями, потому что они понимают, что делать, практически во всех ситуациях	12345	Очень уважают специалистов и компетентных лидеров

	Характеристики		Характеристики
18	Вам НЕ нужно везде носить с собой удостоверение личности	12345	Вам нужно везде носить с собой удостоверение личности
19	Вы не должны показывать свои чувства на людях	12345	Вы можете показывать свои чувства на людях (в нужное время и в нужном месте)
20	В обществе существует немного общепринятых правил, которым все должны подчиняться	12345	В обществе существует множество общепринятых правил, которым все должны подчиняться
21	Люди четко разделяют добро и зло	12345	Люди подчиняются достижению общей цели, не задумываясь о добре и зле
22	На первом месте стоят сбалансированность и постоянство	12345	Подчеркивается, что все относительно и может измениться в любой момент
23	Детей учат спрашивать «Почему?»	12345	Детей учат спрашивать «Что?» и «Как?»
24	Люди часто обращаются к своим корням и своему прошлому	12345	Люди могут работать ради цели, которая может быть достигнута только через сто лет
25	Люди хотят, чтобы различная информация хорошо сочеталась	12345	Люди могут жить среди противоречивой информации
26	Культура допускает относительно свободное удовлетворение основных и естественных человеческих желаний	12345	В обществе принято контролировать удовлетворение потребностей людей
27	Люди могут позволить себе простые радости жизни	12345	Люди, удовлетворяя свои желания, должны считаться со строгими социальными нормами
28	У людей преобладает собственный контроль над своей жизнью и эмоциями	12345	На жизнь и эмоции людей оказывают влияние преимущественно внешние факторы
29	Люди рассчитывают на себя, не ждут и не дают советов, не оценивают окружающих	12345	Люди привыкли вмешиваться в жизнь окружающих, давать и принимать советы, ждать, что их действия будут оценивать
30	Родители не навязывают свое мнение ребенку по вопросам выбора будущей профессии	12345	Дети выбирают будущую профессию под контролем родителей и с учетом их мнения

Итальянский вариант

1. Completa la tabella, tracciando per ogni parametro il numero che più è conforme alle specifiche del paese in cui hai vissuto in precedenza, i Numeri 1 e 5 indicano che questa caratteristica corrisponde pienamente ai tuoi desideri, e i numeri — che nella vostra presentazione sul paese in misura diversa combinazione di entrambe le caratteristiche.

2. Completa la tabella, tracciando per ogni parametro il numero che più è conforme alle specifiche del paese in cui si vive ora i Numeri 1 e 5 indicano che questa caratteristica corrisponde pienamente ai tuoi desideri, e i numeri — che nella vostra presentazione sul paese in misura diversa combinazione di entrambe le caratteristiche.

Due tabelle:

1. «nel paese in cui ho vissuto(a)/ sono nato(a)....»

2. Mi sembra che in Russia.../L'esperienza di vivere in Russia c'è lì ho. E lì...

Nº	Caratteristica	Punteggio	Caratteristica
1	Ai bambini nel paese viene insegnato che la loro opinione è tanto significativa quanto quella dei genitori	12345	Ai bambini in famiglia viene insegnato che l'autorità dei genitori non dovrebbe essere messa in discussione
2	Ai bambini in famiglia viene insegnato che nulla può essere preso per fede	12345	Ai bambini in famiglia viene insegnato che tutto ciò che le persone più anziane o più autorevoli dicono deve essere obbedito incondizionatamente
3	I subordinati devono determinare da soli la gamma delle loro responsabilità lavorative e la loro posizione nell'azienda	12345	Le responsabilità di ciascun dipendente sono chiaramente definite
4	I subordinati discutono costantemente con la direzione, ea volte è difficile capire chi è il capo e chi è il subordinato	12345	L'anziano decide tutto e controlla rigorosamente i subordinati, e quelli accettano questa posizione perché rispettano l'anziano
5	L'opinione prevalente è che il sistema politico è meglio cambiare gradualmente, attraverso il dibattito e il voto democratico	12345	L'opinione prevalente è che il sistema politico è meglio cambiare radicalmente
6	Le persone simpatizzano con i meno fortunati e i più fortunati sono gelosi	2345	Le persone adorano i fortunati e disprezzano i perdenti

№	Caratteristica	Punteggio	Caratteristica
7	La motivazione sul posto di lavoro è creata da un ambiente piacevole, calore e cordialità	12345	La motivazione sul posto di lavoro è creata da una chiara definizione degli obiettivi e da una grande quantità di responsabilità che portano al successo
8	Le persone sul posto di lavoro cercano di raggiungere un accordo e non competono tra loro	12345	Il confronto è considerato un fenomeno positivo, un pegno da pagare per ottenere grandi risultati: o sopravviverai alla competizione, o non sei nessuno
9	Sia gli uomini che le donne possono essere modesti e empatici, comprensivi prendersi cura della qualità della vita	12345	Gli uomini dovrebbero sforzarsi per il successo materiale e le donne dovrebbero essere più modeste e comprensive
10	Amore significa intimità	12345	Amore significa supporto emotivo
11	Le persone mantengono legami forti e duraturi all'interno del loro gruppo	12345	Le persone scelgono gli amici in base a interessi simili e simpatia reciproca
12	Dominano lo spirito della Comunità e la solidarietà	12345	La solitudine è la libertà dominante
13	Le persone si preoccupano soprattutto di non perdere la faccia e cercano di aiutare un altro membro del gruppo in questo	12345	Le persone sono interessate principalmente ad aderire alle proprie opinioni e ai propri criteri
14	La promozione viene effettuata in base al grado di lealtà e all'età	12345	La promozione viene effettuata in base ai risultati, non all'età
15	L'uso della posizione lavorativa per aiutare un familiare a trovare un lavoro non è considerato immorale	12345	L'abuso di posizione per aiutare un membro della famiglia a trovare un lavoro è considerato immorale
16	Ai bambini in famiglia viene insegnato come vivere in mezzo al caos e all'incertezza	12345	Ai bambini in famiglia viene insegnato a creare strutture snelle ed evitare situazioni incerte
17	Le persone rispettano altre persone che hanno una conoscenza comune perché capiscono cosa fare, in quasi tutte le situazioni	12345	Molto rispettato da professionisti e leader competenti
18	Non è necessario portare la carta d'identità ovunque	12345	Deve portare la tua carta d'identità ovunque

Nº	Caratteristica	Punteggio	Caratteristica
19	Non devete mostrare i tuoi sentimenti in pubblico	12345	Potete mostrare i tuoi sentimenti alle persone (al momento giusto e nel posto giusto)
20	Nella società, ci sono poche regole generalmente accettate a cui tutti devono obbedire	12345	Nella società ci sono molte regole generalmente accettate a cui tutti devono obbedire
21	Le persone condividono chiaramente il bene e il male	12345	Le persone si sottomettono al fine del raggiungimento di un obiettivo comune, senza pensare al bene e al male
22	Equilibrio e costanza sono in primo luogo	12345	Si sottolinea che tutto è relativo e può cambiare in qualsiasi momento
23	Ai bambini viene insegnato a chiedere “perché?”	12345	Ai bambini viene insegnato a chiedere “cosa?” e “come?”
24	Le persone spesso si rivolgono alle loro radici e al loro passato	12345	Le persone possono lavorare per un obiettivo che può essere raggiunto solo in cento anni
25	Le persone vogliono che le varie informazioni si uniscano bene	12345	Le persone possono vivere tra informazioni contrastanti
26	La cultura consente la soddisfazione relativamente libera dei desideri umani fondamentali e naturali	12345	Nella società è consuetudine controllare la soddisfazione dei bisogni delle persone
27	Le persone possono permettersi le semplici gioie della vita	12345	Le persone, soddisfacendo i loro desideri, devono fare i conti con severe norme sociali
28	Le persone dominano il proprio controllo sulla propria vita ed emozioni	12345	La vita e le emozioni delle persone sono influenzate principalmente da fattori esterni
29	Le persone contano su se stesse, non aspettano e non danno consigli, non valutano gli altri	12345	Le persone sono abituate a interferire con la vita degli altri, a dare e ricevere consigli, ad aspettare che le loro azioni vengano valutate
30	I genitori non impongono la loro opinione al bambino sulla scelta della futura professione	12345	I bambini scelgono la professione futura sotto la supervisione dei genitori e tenendo conto delle loro opinioni

Обработка:

- Шкала 1. Power Distance – дистанция власти (ответы Б – длинная, А – короткая) – пункты 1–5
- Шкала 2. Masculinity/Femininity – маскулинность (ответы Б) – фемининность (ответы А) – пункты 6–10
- Шкала 3. Individualism – коллективизм (ответы А) – индивидуализм (ответы Б) – пункты 11–15
- Шкала 4. Uncertainty Avoidance – толерантность к неопределенности – пункты 16–20
- Шкала 5. Long-term Orientation – стратегические ориентации во времени (ответы А – ориентации на краткосрочную перспективу, Б – на долгосрочную перспективу – пункты 21–25
- Шкала 6. Indulgence – допущение (ответы А – свободное удовлетворение потребностей и желаний) или сдерживание, индугенция (ответы Б – внешний контроль, строгие социальные нормы) – пункты 26–30.

3. Методика КШ (CSH): культурный шок Морриса (*авторский вариант Г. Л. Бардиер*)

Известно, что обычно чужая культура воспринимается нами как «иная», если ее нормы отличны от норм нашей собственной культуры. «Непохожее» зачастую понимается нами как «неправильное» хотя бы потому, что незнакомые модели поведения для человека просто неудобны. В этих случаях у нас часто возникает естественное чувство дискомфорта, так называемый, «культурный шок».

- **Пожалуйста**, опишите 3 или более примеров вашего культурного шока, случаев (в других странах), когда вы были удивлены или смущены, обнаружив, что люди «не делают этого здесь» или делают что-то по-другому в новой среде.
- Возможная тематика Ваших описаний: *предпочтения в еде и одежде, манеры, личностное пространство, выражение чувств, межличностная дистанция, типы взаимодействий, типы мышления, стили решения проблем, смешные жизненные истории и конфузы, базовые жизненные проявления и т. д.*

Случай 1. (Как бы Вы его кратко назвали?) ...
Случай 2. (Как бы Вы его кратко назвали?) ...
Случай 3. (Как бы Вы его кратко назвали?) ...

Итальянская версия

È noto che di solito la cultura di qualcun altro è percepita da noi come «diversa» se le sue norme sono diverse da quelle della nostra cultura. «Diverso» è spesso inteso da noi come «sbagliato», se non altro perché i modelli di comportamento non familiari per una persona sono semplicemente scomodi. In questi casi, spesso abbiamo un naturale senso di disagio, il cosiddetto «shock culturale»

- Per favore, descriva 3 o più esempi del suo shock culturale, casi (in Russia) in cui è rimasto o confuso nello scoprire che le persone «non lo fanno qui» o fanno qualcosa di diverso in un nuovo ambiente.

Tutti gli argomenti possibili sono: cibo e preferenze di abbigliamento
L'Elenco possibili argomenti delle tue descrizioni abitudini: alimentari e di abbigliamento,

- *maniera, spazio personale, espressione dei sentimenti, distanza interpersonale, tipi di interazioni, tipi di pensiero, stili di risoluzione dei problemi, storie di vita divertenti e confusioni, manifestazioni di vita di base, ecc.*

Caso 1. (Come lo chiameresti brevemente?) ...
Caso 2. (Come lo chiameresti brevemente?) ...
Caso 3. (Come lo chiameresti brevemente?) ...

4. Шкала тревоги Спилбергера

(методика достаточно хорошо известна в России [20], поэтому ее русскоязычный вариант и обработка здесь не приводятся)

Итальянский вариант

Valutazione Ansia di Stato (STAI-Y) Spielberg, Pedrabissi e Santinello, 1996 г.

Legga attentamente ciascuna delle 20 frasi elencate qui sotto: in che misura ciascuna di queste frasi descrive come *душ* si è sentito nel corso di quest'ultima settimana? Si è sentito così "quasi mai o raramente", "qualche volta", "spesso," "quasi sempre"

Per ogni frase scegli una variante che sembra la più appropriata a descrivere come si è sentito.

1. Mi sento piu' nervoso ed ansioso del solito
2. Mi sento impaurito senza alcun motivo
3. Mi spavento facilmente o sono perso dal panico
4. Mi sento a pezzi e mi sembra di stare per crollare
5. Mi sembra che tutto vada bene e che noncapiterà
6. Mi tremano le braccia e le gambe
7. Sono tormentato dal mal di testa e dai dolori ai collo e alla schiena
8. Mi sento debole e mistanco facilmente
9. Vi sento calmo e posso star seduto facilmente
10. Sento che il mio cuore batte veloce
11. Soffro di vertigini
12. Mi sembra di stare per svenire
13. Respiro con facilità
14. Ho sensazioni di intorpidimento e di formicolio alle dita delle mani e dei piedi
15. Soffro di mal di stomaco o di indigestione
16. Ho bisogno di urina spesso
17. Le mie mani sono in genere asciutte e calde
18. La mia faccia diventa facilmente calda e arrosata
19. Mi addormento facilmente e mi sveglio riposato
20. Ho degli incubi

State-Trait Anxiety Inventory

ISTRUZIONI: sono qui di seguito riportate alcune frasi che le persone spesso usano per descriversi. Legga ciascuna frase e poi contrassegni con una crocetta il numero che indica come lei si sente adesso, cioè in questo momento. Non ci sono risposte giuste o sbagliate. Non impieghi troppo tempo per rispondere alle domande e dia la risposta che le sembra descrivere meglio i suoi attuali stati d'animo.

1 = Per nulla 2 = Unpo' 3 = Abbastanza 4 = Moltissimo

-
21. Mi sento bene 1 2 3 4
 22. Mi sento teso e irrequieto 1 2 3 4
 23. Sono soddisfatto di me stesso 1 2 3 4
 24. Vorrei poter essere felice come sembrano essere gli altri 1 2 3 4
 25. Mi sento un fallito 1 2 3 4
 26. Mi sento riposato 1 2 3 4
 27. Mi sento calmo, tranquillo e padrone di me 1 2 3 4

28. Sento che le difficoltà si accumulano tanto da non poterle superare 1 2 3 4
 29. Mi preoccupo troppo di cose che in realtà non hanno importanza 1 2 3 4
 30. Sono felice 1 2 3 4
 31. Mi vengono pensieri negativi 1 2 3 4
 32. Manco di fiducia in me stesso 1 2 3 4
 33. Mi sento sicuro 1 2 3 4
 34. Prendo decisioni facilmente 1 2 3 4
 35. Mi sento inadeguato 1 2 3 4
 36. Sono contento 1 2 3 4
 37. Pensieri di scarsa importanza mi passano per la mente e mi infastidiscono 1 2 3 4
 38. Vivo le delusioni con tanta partecipazione da non poter togliermele dalla testa 1 2 3 4
 39. Sono una persona costante 1 2 3 4
 40. Divento teso e turbato quando penso alle mie attuali preoccupazioni 1 2 3 4
- 1 = Per nulla 2 = Un po' 3 = Abbastanza 4 = Moltissimo

5. Проективная методика «Ассоциации»

Задание: Ваши ассоциации про Россию и про Италию. Напишите свои ассоциации к словам ниже. Не бывает неправильных ответов. Не воспринимайте это серьезно.

ЦВЕТ. Какой цвет у Вас ассоциируется с Россией? Что для Вас значит это цвет?

А с Италией? Что для Вас значит это цвет?

ВОДОЕМ. Какой водоем у Вас ассоциируется с Россией? Может быть это океан, озеро, река, море или что-то еще. Опишите свой образ. Какой он?

А с Италией? Опишите свой образ

ДЕРЕВО. Если бы Россия была деревом, то каким? Опишите свой образ.

А Италия? Опишите

ДОМ. Если представить Россию как дом, то это будет какой дом? Опишите

А Италия? Опишите

ЖИВОТНОЕ. Если представить Россию в виде животного, то какое это будет животное? И почему? Опишите.

Итальянский вариант

Le Sue associazioni sulla Russia e sull'Italia. Scrive le sue associazioni alle parole seguenti. Non ci sono risposte sbagliate. Non le prenda sul serio.

COLORE. A che colore si associa alla Italia? Cosa significa il colore per Lei?

Le sue associazioni sulla Russia. A che colore è associato questo paese? Cosa significa questo colore per Lei?

BACINO IDRICO. Se L'Italia fosse un bacino idrico, sarebbe....? Descriva le sue immagine. Forse è un oceano, un lago, un fiume, un mare o qualcos'altro. Descriva le Sue immagine. Com'è'?

Se La Russia fosse un bacino idrico, sarebbe....? Descriva le sue immagine.

ALBERO. Se L'Italia fosse un albero, sarebbe....? Descriva le sue immagini

Se La Russia fosse un albero, sarebbe....? Descriva le sue immagine.

CASA. Se l'Italia fosse una casa, sarebbe.....? Descriva le sue immagini

Se La Russia fosse una casa sarebbe....? Descriva le sue immagini

ANIMALE. Se L'Italia fosse un animale sarebbe.....? Descriva le sue immagini

Se La Russia fosse un animale sarebbe....? Descriva le sue immagini

ЛИТЕРАТУРА

1. Berry John W., Purtinga A. H., Sigall M. H., Dasen P. R. Cross-Cultural psychology research and applications. Cambridge University press, 2002.
2. Hofstede G. Culture's consequences. Comparing values, behaviors, institutions and organizations across nations (2nded) // G. Hofstede — Thousand Oaks. CA: Sage Publications, 2001.
3. Rosenberg M. Self-Esteem Scale // Measures of Social Psychological Attitudes / Ed. Robinson J. P., Shaver P. R. Ann Arbor: Institute for Social Research, 1972. P. 98–101.
4. Triandis H. C. Introduction to Handbook of Cross-Cultural Psychology. Boston: Allyn and Bacon, 1980. Vol. 1: Perspectives.
5. Берри Джон В. Кросс-культурная психология. Исследования и применение / Джон В. Берри и др. М.: Гуманитарный центр, 2007. 560 с.
6. Лебедева Н. Введение в этническую и кросс-культурную психологию / Н. Лебедева. М.: Ключ-С, 1999. 224 с.

7. Мацумото Д. Психология и культура: Современные исследования / Дэвид Мацумото. 3. междунар. изд. СПб.: Прайм-Еврознак; М.: Нева, 2002. 414 с.
8. Почебут Л. Г. Кросс-культурная и этническая психология. 2-е изд., испр. и доп. Учебное пособие для бакалавриата и магистратуры. М.: Юрайт, 2017. 279 с.
9. Хофстеде Г. Межкультурное сотрудничество: культуры, организации, менеджмент. М., 1997.
10. Бардиер Г. Л. Бизнес-психология. СПб.: Изд-во РХГА, 2014.
11. Morris Charls G. Psychology. 8-th ed., 1993.

МЕТОДИКИ

12. Хофстеде Герт, опросник в русском переводе Латфуллина Г. Р., Громовой О. Н. Организационное поведение: Практикум. URL: <https://marketing.wikireading.ru/17877>
13. Рассказова Е. И., Гордеева Т. О., Осин Е. Н. (русская адаптация). Опросник совладания со стрессом COPE. Копинг-стратегии в структуре деятельности и саморегуляции. (К. Карвер, М. Шейер и Дж. Вейнтрауб) // Психология. Журнал ВШЭ. 2013. Т. 10. № 1 <https://psytests.org/coping/cope.html>
14. Sica C. et al. Coping Orientation to Problems Experienced-Nuova Versione Italiana (COPE-NVI): uno strumento per la misura https://www.academia.edu/14934515/Coping_Orientation_to_Problems_Experienced-Nuova_Versione_Italiana_COPE-NVI_uno_strumento_per_la_misura_degli_stili_di_coping_c.45
15. Holmes-Rahe Schedule of recente Experiences: "The Social Readjustment rating scale" // Journal of Psicosomatic Resaerch. 1967. Vol. 11. P. 213–218. Traduzione italiana di Giuseppe Maiolo www.giuseppemaiolo.it
16. La tabella dello stress secondo Holmes http://www.officina-benessere.it/wp-content/uploads/2012/10/la_tabella_dello_stress.pdf
17. Методика определения стрессоустойчивости и социальной адаптации Холмса и Pare <https://www.b17.ru/blog/43000/>
18. Тест Спилбергера (State-Trait Anxiety Inventory, STAI) <http://therapy.irkutsk.ru/doc/spilberg.pdf>
19. Lo State-Trate Anxiety Inventory (STAI-Y; Spielberger C., 1989; Pedrabissi e Santinello, 1996), <https://www.giuntipsy.it/catalogo/test/stai>
20. Шкала тревоги Спилбергера в адаптации Ю.Л. Ханина. URL: https://psylab.info/%D0%A8%D0%BA%D0%B0%D0%BB%D0%B0_%D1%82%D1%80%D0%B5%D0%B2%D0%BE%D0%B3%D0%B8_%D0%A1%D0%BF%D0%B8%D0%BB%D0%B1%D0%B5%D1%80%D0%B3%D0%B5%D1%80%D0%B0

21. Шкала Розенберга Versione Italiana: Prezza, Trombaccia, Armento, 1994. <http://www.riabilitazionepsicosociale.it/wordpress/wp-content/uploads/2016/04/Rosenberg-Self-Esteem-Scale.pdf>
22. Шкала Розенберга на русском языке, адаптирована А. А. Бодалевым, В. В. Столиным в 2000 году.
23. Тест культурно-ценностных ориентации (Дж. Таусенд, вариант Л. Г. Почебут) / Сонин В. А. Психодиагностическое познание профессиональной деятельности. СПб., 2004. С. 212–215. источник <https://vsetesti.ru/393/>

Киреев Сергей Иванович
магистрант кафедры психологии РХГА
iliziliz@yandex.ru

ФАКТОРЫ И МОДЕЛИ ЭМПИРИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ АГРЕССИИ

Аннотация. В статье анализируются причины возникновения агрессии и влияние как внешних, так и внутренних факторов на ее проявление.

Ключевые слова: Внешние и внутренние факторы агрессии, модели исследования.

Kireev S. I.

FACTORS AND MODELS OF EMPIRICAL RESEARCH OF AGGRESSION

Annotation. The article analyzes the causes of aggression and the influence of both external and internal factors on its manifestation.

Keywords: External and internal factors of aggression, research models.

Замечено, что исследования агрессии носили и носят характер не только теоретических изысканий с целью лучшего понимания человека, его природы и поведения, но и с целью вполне практической — выявления причин агрессии и выработки методов воздействия на эти причины, наиболее эффективных средств ее контроля.

Вне зависимости от подходов, исследователи стараются выявить факторы, связанные с проявлением агрессии. Сравнивая поведение людей, проводя экспериментальные исследования, ученые работают в двух направлениях:

1. Выявляют внешние факторы, при наличии которых одни и те же индивиды или группы людей показывают более высокий уровень агрессии.

2. Стремятся раскрыть роль индивидуальных параметров, наличие которых приводит к тому, что в одних и тех же условиях разные индивиды будут проявлять разный уровень агрессии. К этому направлению и относится наше исследование.

Первое направление изучает влияние таких факторов, как шум, колебания температуры окружающей среды, загрязнение воздуха, большое скопление людей, уменьшение жизненного пространства. Влияние употребления психоактивных веществ (алкоголя, наркотиков и других) хотя, на мой взгляд, и стоит на стыке обоих направлений — у людей склонных к употреблению психоактивных веществ личностные характеристики отличаются от людей, не склонных к таковому — традиционно относится сюда же.

Второе направление уделяет внимание рассмотрению влияния половых, расовых различий, генетической заданности, а также влияние личностных черт.

Влияние внешних факторов на проявление агрессии

Так Т. Г. Румянцева в своей работе, посвященной проблемам изучения агрессии на Западе, отмечает: «Было замечено, в частности, что загрязнение воды, воздуха, почвы, шум, дальнейшее увеличение числа больших городов отрицательно воздействует на умственное и физическое здоровье людей. Некоторые ученые попытались даже проследить влияние этих негативных факторов окружающей среды на обострение социальной напряженности, рост преступности, насилия и агрессии в современном мире, трактуя многие из этих явлений как болезни современной цивилизации» [7, с. 43].

Но и многочисленные эксперименты, и социальные наблюдения показывают, что вышеперечисленные факторы далеко не всегда провоцируют агрессию. Если в работах 60-х годов зачастую отмечалась прямая зависимость между агрессией и условиями окружающей среды, то уже в 70-е годы исследователи отходят от теории прямой зависимости и строят более сложные модели взаимодействия этих переменных. Рассмотрим наиболее распространенные из этих моделей.

1. Стрессоры среды вызывают состояние возбуждения, которое направляет последующее поведение. Но при этом возбуждение

запускает доминирующую, наиболее характерную для данного индивида реакцию. Проще сказать, если человек был настроен реагировать агрессивно, факторы среды «запускают» соответствующее поведение.

2. Стрессоры среды нарушают нормальную работу сознания индивида, который вынужден приспосабливаться к изменившимся условиям. Если адаптация проходит успешно — агрессивное реагирование не наступает. Если же адаптация идет с трудом — человек неадекватно реагирует на поступающие извне сигналы, это его раздражает и провоцирует агрессию.

3. Стрессоры мешают совершающемуся на данный момент действию, это угнетает индивида, вызывает у него ощущение «топтания на месте», безысходности, потери контроля над ситуацией. Все это воспринимается как угроза и стремление обрести свое влияние над происходящим часто приводит к агрессии.

4. Стрессоры среды создают ощущение дискомфорта, и человек хочет от этого чувства избавиться.

Представляется, что все описанные выше модели в реальности имеют место. В определенных случаях человек действительно хочет закончить начатое дело (модель 3), а в других — просто устал, скажем, от шума и ему некомфортно (модель 4), но при всем этом многое зависит от его личностных черт (модель 1). То есть, эти модели носят, скорее, описательный характер.

Несмотря на огромное количество материалов (как экспериментально полученных, так и выведенных из социологических наблюдений), упоминавшаяся выше Т. Г. Румянцева замечает: «Еще менее изученным является вопрос о влиянии на агрессию межличностных стрессоров, к которым относят: а) территориальное вмешательство, б) нарушение персонального пространства, в) высокую плотность населения» [7, с. 45]. Все эти три фактора напрямую связаны между собой и в данном случае под выражением «менее изучено» надо понимать необычайную сложность установления зависимости между агрессией и этими факторами.

В экспериментах с крысами, наблюдениях, проведенных в тюрьмах, прослеживается определенная зависимость агрессии с этими факторами, но, увы — остается очень много «почему». В частности, почему одни и те же люди в одной и той же тюрьме, а зачастую даже в одной и той же камере в похожих обстоятельствах ведут себя по-разному? Исследователи, работающие в данной области,

зачастую ссылаются на групповую природу межличностных стрессоров, что якобы и не позволяет описывать последствия их влияния на проявление человеком агрессивности. Но тогда, если мы до конца не понимаем, как эти факторы воздействуют, снимается вопрос о возможности контроля над проявлением агрессии. А то, что надо по-максимуму стараться улучшать условия проживания людей в целом и содержания заключенных в частности, так это и без экспериментов понятно всем даже на бытовом уровне.

Далее, если мы говорим о территориальном вмешательстве, в настоящее время специалисты признают, что люди вполне могут принимать других на своем пространстве, не прибегая при этом к агрессии. Также замечено, что каждый из нас способен добровольно делить свое личное пространство с другими.

Изучая территориальное поведение человека, такие исследователи как Л. Лефебр, М. Пассер, Б. Шварц, а следом за ними и другие, вводят и анализируют понятие первичной и вторичной территории. Первичная — принадлежит и используется личностью или первичной группой (например семьей). Вторичная — не столько принадлежит, сколько регулярно используется индивидом или группой, но используется ими преимущественно (спортивная площадка одной команды, аудитория группы, комната на работе и так далее).

Многие ссылаются на связь с агрессией такого понятия, как нарушение личного пространства, и при этом мало серьезных работ по изучению данной связи. Под личным пространством понимается зона свободного пространства вокруг индивида, очерченная воображаемой границей, несанкционированное проникновение за которую подсознательно будет восприниматься как угроза и может приводить к запуску механизмов «бей или беги». В разных культурах эта граница определяется по-разному. У народов, живущих более скученно, она меньше, чем у народов, проживающих на больших просторах и составляет от 30 см до метра и более.

Американский психолог Чарльз Мюллер считает, что нарушение границ личного пространства может привести к агрессии, если:

1. Доминанта «решение проблем» для данного индивида — враждебность.
2. Человек не может избавиться себя от дистресса никакими другими действиями. Это предполагает, что человек пробовал и старался, но его, что называется, «довели». Тогда и в целом миролюбивый человек может реагировать агрессивно. Далеко

не всегда подобные ситуации завершаются нападением, это лишь одна из возможных реакций.

Также Ч. Мюллер замечает, что склонные к враждебности люди отличаются завышенными требованиями в отношении личного пространства. Наверное, всем нам знакома ситуация в транспорте, когда находится человек, которому «все и всё мешает». Или на работе, когда, к примеру, во время переезда в другую комнату, один человек ведет себя гораздо более покладисто, другой выдвигает достаточно жесткие требования для предоставления ему «человеческих» условий. И как это не назови — толерантностью к неопределенности, дружелюбием, оптимизмом, или всем этим вместе взятым, первый человек выгодно отличается от второго в проживании стрессовой ситуации. Видимо здесь дело в том, что пока первый спокойно живет без особо сильных переживаний, второй тратит ресурс времени, сил и нервов на подготовку к жизни. В этой самой подготовке реальная жизнь и проходит.

«Спрашивается, ведет ли предрасположенность к враждебности, к появлению завышенных требований в отношении личного пространства, или же само наличие у человека этих кажущихся аномальными по сравнению с другими людьми территориальных границ вынуждает его прибегать к частым насильственным нападениям?»

Прямого ответа на этот вопрос мы так и не находим в работах по данной проблематике, хотя отдельные авторы высказывают ряд догадок и склоняются скорее в пользу первого предположения» [7, с. 58].

И последний фактор из этой группы, который мы рассмотрим — высокая плотность проживания людей. До начала 70-х годов в работах, посвященных данной проблеме проводилась однозначная связь данного явления с агрессивным поведением. Но очень показательно, что ученые в этих работах использовали данные, полученные в экспериментах на животных. Специалисты обнаружили, что высокая плотность проживания повышает уровень агрессии у крыс, мышей и некоторых видов обезьян. Такие авторы, как Дж. Кэлхоун, К. Саузвик, Р. Микитович стали рассматривать ряд явлений в обществе по принципу аналогии с этими данными и, как им казалось, обнаружили сходство с явлениями животного мира: детской смертностью, сексуальными отклонениями, проявлениями агрессии.

Но где-то с конца 70-х годов начался основательный пересмотр данных представлений. «Дж. Фридмен пишет: «Нам говорили в течение ряда лет, что скученность вызывает напряжение, агрессивность, умственную болезнь, преступления, и даже войну. Однако результаты последних исследований показывают, что это не так. Скученность, проживание или работа в условиях высокой плотности населения не всегда плохо воздействует на людей. Крысы, мыши, цыплята и другие животные испытывают ужасные последствия от скученности, но люди — нет» [7, с. 49].

Были внесены уточнения в исходные понятия. В частности, Д. Стоколз указывает на необходимость разграничить такие понятия, как плотность населения — объективный показатель, и скученность — субъективную психологическую реакцию на стресс. При этом высокая плотность не является необходимым, но недостаточным условием для возникновения состояния скученности.

Еще одно уточнение предложил К. Лоо, суть которого в том, что необходимо различать плотность территориальную — число индивидов на данном пространстве, и социальную — изменение числа индивидов в сторону роста. При этом появление новичков вызывает повышение агрессивности.

Даже с этими уточнениями прямолинейную зависимость данных переменных (агрессивности и плотности населения) проследить не удалось. Ученые решили обратиться к статистике и увидели поразительную картину: на данный момент большинство американских городов заселены гораздо менее плотно, а кривая правонарушений с проявлением агрессии стремительно растет. В качестве одного из примеров Дж. Фридмен приводит ситуацию, сложившуюся в Нью-Йорке на острове Манхэттен. (Максимальная для США плотность населения — около 70 тыс. человек на 1 кв. милю). «Этот остров был еще более перенаселен в 1900, в 1915, в 1920, в 1925 годах, чем сегодня. Плотность населения здесь на данный момент значительно ниже, а число преступлений — гораздо выше» [7, с. 51].

Фактор употребления психоактивных веществ

Систематические исследования по выявлению возможной зависимости между употреблением психоактивных веществ (в первую

очередь алкоголя) и насильственными преступлениями начинают проводить во многих странах с середины 20 века. В начале опирались главным образом на статистику и методы корреляционного анализа.

Такая связь была обнаружена: в более чем половине случаев убийств алкоголь присутствовал в крови убийцы и (или) жертвы. При этом прослеживается повышение жестокости при совершении преступления.

На сегодняшний момент по данным ВОЗ в мире совершается в состоянии опьянения около 50 % изнасилований, 72 % вооруженных нападений, 86 % убийств.

На первый взгляд, связь очевидна. Но возникает вопрос, почему немалое количество людей в состоянии опьянения ведут себя не агрессивно, а дурашливо, много смеются, и так далее? Кроме того, просто статистика, к тому же полученная из полицейских отчетов, не учитывает множество дополнительных факторов. К примеру, что человека в состоянии опьянения просто легче задержать. К тому же, если речь не идет о ДТП, не производятся замеры уровня алкоголя в крови.

Поэтому специалисты попытались провести ряд экспериментов с целью изучения влияния алкоголя на проявление агрессии. «Американцы А. Басс, Дж. Карпентер и другие не обнаружили такой связи в своих экспериментах. В противовес им Р. Шунтих и С. Тейлор сообщают о том, что пьяные субъекты ведут себя более враждебно по сравнению с трезвыми» [7, с. 53].

Однако несмотря на такую противоречивость данных, большинство последующих экспериментов показало вполне, что алкоголь следует рассматривать в качестве фактора, способствующего выражению агрессии.

Существует несколько попыток объяснения выявленной связи. Как и в целом подходы к объяснению проявлений агрессии, эти попытки весьма различаются и находятся в прямой зависимости от того, какого теоретического подхода придерживаются ученые. Рассмотрим кратко основные из них.

Сторонники модели фармакологического растормаживания утверждают, что при попадании алкоголя в кровь и последующем проникновении в мозг он угнетающим образом воздействует на кору лобных долей больших полушарий и, как следствие,

происходит псевдостимуляция более низких, примитивных центров мозга.

Очень близка к ним модель психодинамическая — алкоголь ослабляет цензуру, что способствует высвобождению подавленной агрессии. Так считают сторонники психоаналитического подхода. По их мнению, психоактивные вещества нарушают процессы торможения врожденных инстинктов в суперэго индивида.

Следующая модель тоже основана на фармакологическом действии алкоголя, но при этом делает акцент не на растормаживании, а на физиологически возбуждающем воздействии алкоголя. Данное объяснение было предложено ученым Р. Боятжизом. По его мысли, под воздействием алкоголя повышается кровяное давление, увеличивается содержание сахара в крови, происходит прилив крови к мускулатуре и человека «тянет на подвиги».

Эти три модели не отвечают на вопрос, почему если дело в физиологии, далеко не все индивиды под влиянием опьянения показывают в своем поведении повышение проявления агрессии.

Существует также модель, названная «обучающим растормаживанием». Смысл ее в том, что прием алкоголя или наркотиков является сигналом для индивида, что теперь он имеет моральное право вести себя непредсказуемо и агрессивно, ибо «до конца сам себе не принадлежит». В данной модели всячески возвышается роль факторов социального научения, делается упор на то, что общество в целом относится терпимее к неприемлемым поступкам людей, совершенных в состоянии опьянения. Это и помогает индивиду, с одной стороны, «выпустить пар», а с другой — сохранить самоуважение и избежать осуждения в обществе. Один из сторонников данной модели Р. Джеллес пишет: «Пьяница может использовать период времени, на протяжении которого он пьян, как перерыв, как средство нейтрализации и дезавуирования» [7, с. 56].

В этом есть доля правды, но лишь доля. Манипуляции с плацебо и малыми дозами алкоголя не дали повышения проявления агрессии. Да и сам факт неконтролируемого поведения (особенно если часто) под влиянием алкоголя снижает оценку индивида обществом. То есть к тем, кто часто делает такие, с позволения сказать, «перерывы», да еще и с последствиями, относятся резко негативно. Хотя, надо признать, к людям, способным употреблять

алкоголь без последствий, в целом общество относится весьма доброжелательно. Но в данном случае мы говорим все-таки про проявление агрессии.

Медики давно установили, что состояние опьянения характеризуется ослаблением основных нервных процессов. Ухудшаются мышление, память, речь. На этом сосредоточили внимание Э. Тейлор и Х. К. Леонард, сторонники модели когнитивного объяснения. По их мнению, в состоянии опьянения люди неадекватно воспринимают и перерабатывают сигналы окружающей среды и, как следствие, реагируют на изначально нейтральные сигналы как на опасные, проявлением агрессии со своей стороны с целью защитить себя. Далее, они предполагают, что из-за данных когнитивных нарушений субъект становится более связан внешними стимулами и менее способен к внутреннему контролю. Но тогда выходит, что если не будет таких провоцирующих внешних сигналов, то и не будет агрессивного ответа? Часть ситуаций вписывается в данную схему, а часть — нет. Бывает, и не так уж редко, что люди в состоянии опьянения (как в компаниях, так и в одиночку) сами ищут, к кому бы привязаться. Вот что пишет Х. Хекхаузен по поводу проявлений агрессивности в целом, не обязательно под влиянием алкоголя: «Решающим фактором является то, в какой мере та или иная ситуация воспринимается с точки зрения связанной с агрессивностью оценочной диспозиции... С этой точки зрения высокоагрессивные люди ищут ситуации, побуждающие их к агрессии, или создают их, преобразуя первоначально нейтральные ситуации в поводы для агрессии» [12, с. 297].

Роль половых и расовых различий

До недавнего времени не только на уровне обыденного сознания, но и в научной экспериментальной литературе традиционно считалось, что мужчина агрессивнее женщины, приводились данные о том, что мужчины в разы чаще выступают в роли нападающих. В качестве объяснения ссылались на высокий уровень концентрации в организме мужчины ряда гормонов.

Но уже к концу 70х годов эти предположения подверглись основательной ревизии, благодаря накопленным документальным

и экспериментальным данным. «Как утверждают многие ученые, женщины разделяют с мужчинами способность к овладению всеми видами причинения вреда их сотоварищам и почти везде участвуют женщины, которые также агрессивны, как и мужчины» [7, с. 32].

В настоящее время во многих странах наблюдается скачек женской преступности. К примеру: «В США по числу мошенничества, магазинных краж, драк, потребления наркотиков девушки в возрасте от 13 до 19 лет, как свидетельствует американский Институт по проблемам молодежи, вполне сравнялись с юношами» [7, с. 32].

Исследования, направленные на изучение влияния гормонов на поведение, тоже не показали прямой связи. Было выявлено, что тестостерон и эстроген влияют в первую очередь на активность при половом поведении, а не на агрессивность в целом.

И хотя у высших приматов лидерство зачастую включает в себя как обладание самками, так и доминирование над всеми особями данной группы, но, к примеру, у гиббонов мы не находим значимых различий в проявлении агрессии между полами.

Многие специалисты (в частности биолог А. Э. Майер) обращают внимание на специфику агрессивности животных. У самцов это в первую очередь — борьба за лидерство, у самок — охрана недавно родившегося потомства.

Самка очень часто нападает на любого, кто приближается к её детенышу, иногда включая и её самца, и проявляет при этом крайнюю степень агрессивности. Как пример приведу случай из жизни. Полгода назад у нас в районе кошка напала на свою любимую хозяйку, которая хотела взять на руки её недавно родившегося котенка. Женщина несколько минут буквально отбивалась от своей любимой кошки, получила сильные рваные раны, с большой кровопотерей была доставлена в стационар и 2 месяца находилась на излечении. «Возникая, таким образом, в ответ на малейшую угрозу потомству, этот вид враждебности свойственен почти всем позвоночным» [7, с. 33].

Генетический подход к проблеме половых различий при проявлении агрессивности мы упомянем лишь кратко. Суть его в том, что у большинства мужчин генетическая пара, определяющая пол, состоит из одной X и одной Y хромосомы, а у женщин — из двух X хромосом. В процессе клеточного деления могут произойти

отклонения от нормы. Иногда у мужчин встречается комбинация ХУУ. В 1965 году англичанка П. Джекобс, обследуя одну из тюрем Шотландии, пришла к выводу, что комбинация ХУУ у преступников встречается гораздо чаще, чем у не совершивших преступления. Не вдаваясь в подробности скажем, что на данный момент такая точка зрения полностью опровергнута.

Точно также была опровергнута и теория расовых различий: и белые, и черные, и цветные проявляли одинаково высокую аутгрупповую агрессию по отношению к другой расе. И в тех же ситуациях, происходящих с относящимися к ним принадлежащей расе, вели себя гораздо более сдержанно.

Однако бесспорным остается факт: мужчина в сознании подавляющего большинства ассоциируется с мужественностью и силой, а женщина — с женственностью, чуткостью и большей тонкостью восприятия. И, очевидно, следует признать, что роль половых различий в проявлении агрессивности во многом зависит от социализирующей практики, закладывающей социальные стереотипы поведения.

Необходимо также обратить внимание, что в современном обществе и мужественность, и феминизация порой воспринимаются как холодный культ права сильного суперчеловека, идущего к своим, зачастую сомнительным целям любыми путями. Часто в кино, интернет-блогах и других СМИ образцом предстает все сильный эгоист (будь то индивид или государство).

Мы находим данной точке зрения экспериментальные подтверждения. «Р. Бэрн в одном из своих экспериментов заставил часть испытуемых поверить в то, что применение тока высокой интенсивности служит признаком «мужественности» и «зрелости». При задании такого критерия внешней оценки испытуемые, даже ожидая сверхсильного ответного удара, действовали более агрессивно, чем представители контрольной группы. Усиливающий или тормозящий агрессию эффект оказывает уже само присутствие других лиц, которым субъект приписывает определенное отношение к агрессивности» [6, с. 294].

Завершая наш обзор факторов, связанных с проявлением агрессии человека, подведем итог. За время изучения агрессии выявлено несколько факторов, связанных с ее проявлением. Экспериментально было показано, что в большинстве своем не прослеживается прямой взаимосвязи между внешними

факторами и исследуемым феноменом. При этом нам представляется возможным согласиться с утверждением Х. Хекхаузена: «Процессы самооценки представляют собой решающий регулятор в агрессии» [6, с. 294].

ЛИТЕРАТУРА

1. Лоренц К. Агрессия. М.: Смысл, 1994.
2. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности. М.: Мир, 1994.
3. Руденко Л. Д. Девиантология. Ярославль: ЯрГУ, 2007.
4. Бэрн Р., Ричардсон Д. Агрессия. СПб.: Речь, 1997.
5. Франс де Вааль. Достаточно ли мы умны, чтобы судить об уме животных? М.: Альпина нон-фикшн, 2017.
6. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность. М.: Мир, 2007.
7. Румянцева Т. Г. Агрессия: проблемы и поиски в западной философии и науке. М.: Смысл, 1991.

Антонов Илья Евгеньевич
бакалавр кафедры психологии РХГА
antonov.iliya5445@gmail.com

МОДЕЛИ, МЕТОДОЛОГИЯ, МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И КОРРЕКЦИИ КОГНИТИВНЫХ ИСКАЖЕНИЙ

Аннотация. В статье приводятся определения когнитивных искажений, обсуждаются причины отсутствия единой классификации методов их изучения, описываются существующие методологические подходы, модели, методы их исследования и коррекции.

Ключевые слова: когнитивные искажения, эвристики, принятие решений, валидность диагностического инструментария.

Antonov I. E.

MODELS, METHODOLOGY, METHODS OF RESEARCH AND CORRECTION OF COGNITIVE DISTORTIONS

Annotation. The article provides definitions of cognitive distortions, discusses the reasons for the lack of a unified classification of methods for studying them, describes existing methodological approaches, models, methods of their research and correction.

Keywords: cognitive distortions, heuristics, decision-making, validity of diagnostic tools.

Под когнитивными искажениями принято понимать ошибки в мышлении, которые человек систематически и неосознанно совершает в определенных ситуациях.

Когнитивные искажения формируются еще в детстве, а затем корректируются в течение всей жизни в зависимости от воспитания, окружения и обстоятельств. Можно сказать, что когнитивные искажения являются рычагом, с помощью которого промежуточные и глубинные убеждения оказывают влияние на мышление человека.

С одной стороны, когнитивные искажения подобно стереотипам можно рассматривать как адаптационные механизмы, направленные на экономию психических ресурсов человека.

С другой стороны, более распространенной точкой зрения является квалификация когнитивных искажений как факторов, провоцирующих хроническую тревогу, беспокойство и раздражительность человека. Предполагается даже, что впоследствии они также способны провоцировать появление тревожного расстройства, невроза или даже развитие депрессии.

Кроме того, понятие когнитивных искажений является сравнительно новым в психологии, и как теоретическая, так и методологическая база данного явления на сегодняшний день сформирована недостаточно.

Понятие «когнитивные искажения» впервые было озвучено в начале 70-х годов (в 1972 году) израильскими психологами Амосом Тверски и Даниэлем Канеманом [1, 2, 3].

Исследователи заключили, что когнитивные искажения касаются в основном процессов принятия решения и некоторых других мыслительных процессов, таких как умозаключение и вынесение суждений.

Впоследствии само понятие когнитивных искажений часто стали использовать по отношению к довольно широкому классу явлений вплоть до зрительных иллюзий или ошибок памяти, хотя фактически к когнитивным искажениям они совсем не относятся, поскольку не связаны с рациональностью человека.

Надо полагать, что когнитивные искажения являются примером эволюционно сложившегося ментального поведения.

Некоторые из них выполняют адаптивную функцию, поскольку они способствуют более эффективным действиям или более быстрым решениям.

Другие, по-видимому, происходят из-за отсутствия соответствующих навыков мышления, или из-за неуместного применения навыков, бывших адаптивными в других условиях [4]. Но факт их существования неоспорим.

Под когнитивными искажениями в современной психологии понимаются систематические отклонения в поведении, восприятии и мышлении, обусловленные субъективными убеждениями (предубеждениями) и стереотипами, социальными, моральными

и эмоциональными причинами, сбоями в обработке и анализе информации, а также физическими ограничениями и особенностями строения человеческого мозга [5].

Современные специалисты в области психологии активно работают над созданием методик исследования и коррекции когнитивных искажений.

Общепризнанной структуры и классификации когнитивных искажений (эвристик), как и методов их исследования, на данный момент не существует. Можно выделить несколько причин этому.

Во-первых, классические исследования по этой проблеме фокусируются на отдельных феноменах, уделяя основное внимание причинам подобных явлений, а не их взаимосвязи.

Во-вторых, существует проблема валидного диагностического инструментария, способного объединить в единую структуру различные феномены принятия решения, проверить гипотетические модели на эмпирическом материале [6].

В-третьих, за десятилетия активного изучения иррациональных процессов мышления накоплено огромное количество эвристик, исчисляемое не десятками, а сотнями подобных феноменов. Вместе с тем, в некоторых исследованиях по проблеме индивидуальных различий когнитивных искажений встречаются достойные диагностические и теоретические разработки, но они единичны и не систематизированы.

В. Бруин де Бруин с коллегами (Bruine de Bruin, Fischhoff&Parker, 2007; Parker&Fischhoff, 2005) приняли основные навыки принятия решений за основу эмпирической модели теста диагностики когнитивных искажений.

Опираясь на классические модели нормативного принятия решения (Edwards,1954), авторы включили в эту модель следующие элементы: последовательность в принятии риска, сопротивление невозвратным издержкам (эффект статус-кво), сопротивление фрейму, применение правил принятия решений, самоуверенность, независимость.

В теоретической модели когнитивных искажений Д. Барона выделены три больших раздела когнитивных искажений. В первый раздел входят три блока феноменов:

1) искажения, при которых внимание человека оперирует яркой и доступной информацией;

2) искажения, связанные с неверным пониманием корреляций и использованием для объяснения события несвязанной с ним информации;

3) искажения, при которых внимание человека фокусируется на одном атрибуте, отрицая другие.

Второй и третий раздел описывают искажения, связанные с влиянием мотивации и психофизики на убеждения (Baron, 2008).

Однако надо понимать, что в процессе создания модели исследователь может столкнуться с некоторыми проблемами, которые необходимо учитывать.

Во-первых, некоторые эвристики нарушают сразу несколько оснований нормативных моделей. Даже в модели Д. Барона есть такие «пересечения».

Во-вторых, каждая из таких моделей нуждается в эмпирическом обосновании, для которого требуется, чтобы все элементы модели были диагностичны и, по возможности, одинаково шкалировались.

Диагностическая методика CDS (шкала когнитивных искажений)

Шкала когнитивных искажений (Cognitive Distortions Scale — CDS) позволяет определить, какие типы ошибочного мышления используют люди в двух сферах: в сфере межличностного общения и в сфере личных достижений.

Шкала была разработана канадскими авторами R. Covin, D. J. A. Dozois, A. Ogniewicz и P. M. Seeds, которые предоставили перечень из 10 видов когнитивных искажений и объяснили их суть следующим образом [7]:

1. Телепатия («чтение мыслей»). Люди часто считают, что окружающие плохо о них думают. Это происходит даже тогда, когда окружающие люди не говорят и не думают ничего плохого.

2. Катастрофизация (от слова «катастрофа»). У людей нередко бывают негативные представления о будущем. Когда для этого нет причин.

3. Мышление «Всё или ничего». Некоторые люди, оценивая что-либо, могут оценивать вещи только как «или-или». Другие могут видеть не только плохое, оценивая события.

4. Эмоциональные доводы (доказательства). Люди могут верить в то, что это правда, только потому, что они так «чувствуют».

5. Наклеивание ярлыков. Человек может причислять себя к определенному типу людей. Если это происходит после того, как случилось что-то плохое.

6. Психологический фильтр. Иногда люди фильтруют полученную информацию. Когда они воспринимают и позитивную и негативную информацию, то фокусируются только на негативной.

7. Сверх-обобщение. Когда с человеком происходит что-то плохое, он начинает думать, что с ним случится еще больше плохого. Он начинает верить, что одно плохое событие — это начало череды неудач.

8. Персонализация. Люди могут верить в то, что они ответственны за то плохое, что происходит вокруг, хотя они на самом деле не несут ответственности за это. Другими словами, они выбирают негативные события и начинают считать, что сами стали их причиной.

9. «Должен соответствовать». Иногда люди думают, что всё должно происходить определенным образом.

10. Сведение к минимуму или исключение хорошего. Люди иногда могут не замечать всё хорошее, что с ними случается.

Существует российская адаптация методики, проведенная коллективом авторов Костромского государственного университета [8].

В процессе адаптации приняли участие 295 человек (из них 104 мужчины и 191 женщина) в возрасте от 18 до 62 лет, средний возраст 28,5 стандартное отклонение — 10,2.

В ходе исследования респондентам была дана следующая инструкция:

«Мы хотим выяснить, какие типы мышления Вы используете. В этой анкете Вы читаете о 10-ти типах мышления. Вам даны описания каждого из них. Пожалуйста, прочитайте два примера, которые помогут понять каждый из типов. Всегда будет два примера: один относится к социальным отношениям (друзья, партнеры и семья), а другой будет относиться к личным достижениям (экзамен, отчет, тест, или трудности/неудачи в выполнении работы). Эти примеры помогут Вам понять, как каждый тип мышления выглядит в реальной жизни. Ваша задача — постараться

понять описанный тип мышления. Затем просим Вас оценить то, насколько часто Вы используете этот тип мышления. Также подумайте над тем, как часто Вы используете каждый из типов в выше описанных сферах (сфера отношений и сфера личных достижений). Просим Вас хорошо подумать над Вашими ответами».

Далее ответы переводились в семибалльную порядковую шкалу. После этого данные были подвергнуты психометрической проверке на надежность и валидность методики «Шкала когнитивных искажений».

Результаты проверки показали, что все пункты в указанной методике хорошо согласованы между собой и направлены на измерение одного феномена под названием «когнитивные искажения».

Проведенный факторный анализ данных, полученных на русскоязычных респондентах, подтвердил структуру методики лишь частично. В связи с этим авторы адаптации считают, что необходима дальнейшая ее проверка методики и выявление подлинной факторной структуры.

В целом же авторы утверждают, что, психометрические характеристики, полученные для данной методики в ее первичной русскоязычной адаптации, вполне удовлетворительные и методика может быть использована в психологическом консультировании или при проведении исследований.

Методы коррекции когнитивных искажений

На основе некоторых теорий и моделей делается неутешительный вывод: смысл всех когнитивных искажений (и иррациональных убеждений) в том, что в большинстве случаев они имеют разрушающий характер, являются барьером при понимании жизненных ситуаций, выборе конструктивного поведения в межличностных отношениях и характеристике собственных достижений, предвосхищении будущего поведения и мыслей других людей. Предполагается, что чаще всего когнитивные искажения влекут за собой высокую негативно окрашенную эмоциональную нагрузку.

В связи с этим когнитивные искажения получили существенную разработку и прикладное применение в когнитивно-поведенческой

психотерапии. В терапевтическом контексте они квалифицируются как патогенные искажения когнитивных процессов, которые способны запускать страдания, депрессию и т. д.

Конкретные ошибки, которые допускают люди при принятии решений в ситуации неопределенности, способствуют неполным, приблизительным решениям [5].

А. Эллис в рационально-эмотивной терапии (РЭТ) выявил двенадцать иррациональных идей, приводящих человека к саморазрушению и ошибочному поведению. В основе иррациональных идей находятся суеверия и бессмысленность. Они близки когнитивным искажениям Канемана, Бека и др. Согласно Эллису, людям свойственно придумывать для себя и других абсолютные требования. Данные требования делятся на две категории психологических проблем: проблему Эго и проблему дискомфорта [9]. В работах Гигеренцера (1996), Хезелтона и др. (2005) утверждается, что содержание и направление когнитивных искажений можно контролировать.

Устранение когнитивных искажений — это методики, которые имеют целью сокращение искажений, стимулируя людей использовать контролируемые процедуры, сопоставимые с автоматизированными. В экспериментах по снижению фундаментальной ошибки атрибуции, когда использовались денежные стимулы и участники были предупреждены, что они будут нести ответственность за свои атрибуции, было отмечено повышение точности атрибуции [7].

Понятие коррекции когнитивных искажений включает процедуры модификации когнитивных искажений у здоровых людей, а также относится к сфере психологических (немедикаментозных) терапий для снижения тревоги, депрессии и различных зависимостей, в англоязычной литературе называемой Cognitive Bias Modification Therapy (CBMT), встречается также термин Applied Cognitive Processing Therapies (ACPT).

CBMT является динамично развивающимся направлением психотерапии, в котором модификация когнитивных процессов используется для снижения психологического напряжения, депрессии, тревожности и различных зависимостей [10]. Методы CBMT — это психотерапевтические методы, которые применяются с помощью компьютера — как при участии психотерапевта, так и без него.

Коррекция когнитивных искажений, вызывающих проблемы эмоционального, личностного, социального характера, также является целью когнитивной психотерапии.

Коррекция когнитивных искажений опирается на такие концепции, как когнитивная модель тревоги, когнитивная модель внимания и другие достижения когнитивной нейронауки.

ЛИТЕРАТУРА

1. Щедровикий Г. П. Методологическая организация сферы психологии // Вопросы методологии. 1997. № 1–2.
2. Канеман Д. Думай медленно... решай быстро. М.: АСТ, 2014.
3. Канеман Д., Слови П., Тверски А. Принятие решений в неопределенности: Правила и предубеждения. Харьков: Изд-во Институт прикладной психологии «Гуманитарный Центр», 2005.
4. Толочек В. А. Стили деятельности: ресурсный подход. М.: Изд-во «Ин-т психол.РАН», 2015.
5. Бельских И. А., Плотников Д. В. Когнитивный стиль конкретная/абстрактная концептуализация как интегральный параметр индивидуальности // Курский науч.-практ. вестник «Человек и его здоровье». 2011. № 3.
6. Ребеко Т. А. Структура телесной репрезентации и когнитивные стили // Психологический журнал. 2016. Т. 37. № 6.
7. Волкова Н. Н., Гусев А. Н. Когнитивные стили: дискуссионные вопросы и проблемы изучения // Национальный психологический журнал. 2016. № 2 (22).
8. Крюкова Т. Л., Екимчик О. А., Хохлова Ю. А., Кирпичник О. В. Феномен когнитивных искажений субъективных оценок жизненных явлений и его измерение (первичная русскоязычная адаптация шкалы когнитивных искажений – CdS) // Педагогика. Психология. Социокинетика. № 4. 2018.
9. Меркулов И. П. Когнитивные способности; Книга по Требованию. М., 2013.
10. Величковский Б. М. Когнитивная наука: Основы психологии познания: в 2 т. Т. 1. М.: Смысл: Издательский центр «Академия», 2006.

УДК 371

Корюкова Анастасия Александровна
магистрант кафедры психологии РХГА
anastasiya@kingdomglobal.org

ИССЛЕДОВАНИЕ САМООТНОШЕНИЯ ПОДРОСТКОВ С ЦЕЛЮ КОРРЕКЦИИ

Аннотация. В статье раскрывается природа феномена самоотношения в подростковом возрасте, выявляется структура самоотношения и ее взаимосвязь с понятиями самосознания, «Я»-концепции. Проблема рассмотрения самоотношения подростков заключается в том, что в основных теоретических подходах выделяется уровень развития самоотношения взрослого человека как уже состоявшаяся концепция «Я»-образа и самосознания. При этом большинством исследователей практически не выделяются особенности самоотношения подростков и факторов его развития посредством коррекционной работы.

Ключевые слова: самоотношение, подростковый возраст, самосознание, «Я»-концепция, «Я»-образ, рефлексия.

Koryukova A. A.

RESEARCH OF TEENAGERS' SELF-ATTITUDE FOR THE PURPOSE OF CORRECTION

Annotation. The article reveals the nature of the phenomenon of self-relation in adolescence, reveals the structure of self-relation and its relationship with the concepts of self-consciousness, “I” — concept. The problem of considering the self-attitude of adolescents is that the main theoretical approaches highlight the level of development of adult self-attitude as an already established concept of “I” — image and self-consciousness. At the same time, the majority of researchers practically do not distinguish the features of self-attitude of adolescents and factors of its development through correctional work.

Keywords: self-attitude, adolescence, self-awareness, “I”-concept, “I”-image, reflection.

Данная статья посвящена рассмотрению одной из малоизученных и актуальных в психологии, а именно — особенностям развития самоотношения в подростковом возрасте. Согласно последним данным, самоотношение личности представляет собой сложное когнитивно-аффективное образование, зрелостью которого обуславливается согласованность его компонентов и качество взаимосвязи.

Структура самоотношения включает в себя два компонента. В качестве первого компонента выступает рациональное категориальное «Я» («образ — Я»), являющееся отношением к себе как субъекту социальной активности. В качестве второго компонента выступает рефлексивное «Я», являющееся эмоционально-ценностным отношением человека к себе, оценками и переживаниями собственной значимости как субъекта активности общества.

При взаимодействии перечисленных компонентов с потребностно-мотивационной сферой индивида, в личностную и деятельностную саморегуляцию включается отношение к себе. При этом происходит развитие личностной и познавательной субъектности человека [1].

Н. И. Сарджвеладзе рассматривает самоотношение личности как подструктурную единицу в общей системе отношений индивида, тесно взаимосвязанную в функциональном и содержательном конспекте с нюансами его отношения к социальному миру и внешне-предметному миру [8].

Следует отметить, что в классических философских трудах проблема самоотношения является тождественной проблеме самосознания. Так, в соответствии с утверждением Р. Декарта, собственное сознание человека является неоспоримым фактом, в центре которого находится собственное Я [4, с. 71]. С точки зрения И. Канта, человек характеризуется перманентным нахождением в различных нравственных, эмоциональных и физических состояниях, в которых он осознает себя и испытывает разнообразных ощущения [5, с. 126].

Здесь представляется целесообразным выделение мысли о способности человека к рефлексии и осознанию собственных состояний. Помимо этого, важно для нас является представление И. Канта о том, что нравственные принципы независимы от внешней среды. Иными словами, независимо от окружающих условий, должно оставаться положительным отношение индивида к само-

му себе. Нами, безусловно, учитывается данное обстоятельство, тем не менее, следует подчеркнуть, что оно расходится с нашим представлением относительно воздействия на самоотношение внешних обстоятельств.

Кроме того, на неоднозначность философских подходов к самоотношению указывает существование в постнеклассических трудах подхода, в котором Я утрачивает собственную самостоятельность. В частности, М. Фуко высказывался в пользу развития бессубъектной философии, доказав потерю самоидентичности и исчезновение Я [11, с. 71]. Этот подход свидетельствует о необходимости сбалансированного участия окружающих для воздействия на самоотношение.

Важная роль в развитии самоотношения принадлежит рефлексии, что прослеживается в трудах В. Франкла, подчеркивающих ценность переживания, творчества, любви и пр. Иными словами, для развития самоотношения является полезным применение развивающего потенциала эмоционально окрашенных отношений, творческой деятельности и пр. [10, с. 238].

Далее представляется целесообразным рассмотреть особенности феномена самоотношения, раскрывающихся в проведенных психологами исследованиях. Н. И. Сарджвеладзе ввел термин «самоотношение» в психологических исследованиях. По мнению указанного ученого, самоотношение является многогранным личностным качеством, включающим в себя саморегуляцию, самоконтроль, самооценку, самопознание и пр. Н. И. Сарджвеладзе разрабатывал концептуальную модель самоотношения [8], рассматривая его с точки зрения социальной установки.

Приведем мнения других исследователей относительно рассматриваемого термина:

- по мнению Л. Уэллса, К. Роджерса и Д. Марвела, самоотношение является самопринятием;
- по мнению О. А. Тихомарницкой, И. И. Чесноковой, С. Р. Панталева, самоотношение является эмоционально-ценностным отношением;
- по мнению И. С. Кон, Х. Маркуса, Х. Каплана, самоотношение является самоуважением;
- по мнению М. И. Лисиной, А. В. Захаровой, М. Розенберга, В. Н. Маркина, Е. Т. Соколовой, В. Ф. Сафина, Е. Ю. Худобиной, А. Г. Спиркина, самоотношение является самооценкой;

- по мнению В. В. Столина, Н. И. Сарджвеладзе, Р. Бернса, самоотношение является системой направленных на себя установок.

Формирование самоотношения, представляющего собой аспект внутреннего мира человека и ядро конкретной личности, происходит в процессе общения индивида с окружающими людьми. Самоотношением обуславливается эффективность и успешность социального взаимодействия индивида.

С. Р. Пантилеев, З. В. Диянова, В. В. Столин, К. Роджерс и Т. М. Щеглова выделяют в структуре самоотношения когнитивный и эмоциональный компоненты. И. С. Кон, Р. Бернс, Н. Н. Обозов, М. Е. Кошева, Н. И. Сарджвеладзе и пр., выделяют в самоотношении также поведенческую составляющую.

Как отмечает В. Н. Мясищев, развитие личностной и познавательной субъектности человека стимулируется вследствие взаимодействия между эмоционально-ценностным и рациональным отношением к личности себе и ее потребностно-мотивационной сферой. Данная мысль лишь подтверждает то обстоятельство, что стимулирование самоотношения является основой для последующего развития личности [6, с. 152].

Следует отметить, что наиболее исследованной в отечественной психологии является предложенная В. В. Столиным концепция самосознания. С точки зрения В. В. Столина, самоотношение выступает проявлением личностного смысла. В соответствии с этим мнением, личностный смысл является представленным в форме эмоций отражением отношения цели к мотиву деятельности. Помимо этого, в своих исследованиях В. В. Столин занимался изучением проблемы многомерности эмоционально-ценностного отношения, которое может быть ориентировано в виде самоотношения или межличностного отношения [9, с. 233].

Согласно позиции отечественного психолога С. Р. Пантилеева, самоотношение является иерархически-динамической системой [7, с. 62].

С. Р. Пантилеев считает самоотношение личностным образованием, возможность раскрытия содержания и строения которого присутствует у субъекта исключительно в контексте его реальных жизненных отношений, основанных на мотивах, которые связаны с самореализацией субъекта в качестве личности [7, с. 68]. Указанное может свидетельствовать о задании любой социальной

ситуацией развития иерархии ведущих видов деятельности, а также основных соответствующих им ценностей и мотивов, по отношению к которым человеком осуществляется осмысление собственного «Я» и наделение его личностным смыслом.

Различия между самоотношением и отношением к внешнему миру заключается в референтах. Так, в одном случае референт отношения — другие люди или внешний мир, а в другом случае — собственное тело или набор личностных и психосоциальных особенностей.

Для самоотношения личности характерна трехкомпонентная структура, включающая в себя когнитивный компонент, эмоциональный компонент, конативный компонент. Представляется целесообразным остановиться на указанных компонентах более подробно.

Исследование когнитивного компонента производится посредством изучения входящих в него когнитивных процессов (восприятия, мышления, воображения, памяти и пр.). В большой степени именно процесс восприятия предоставляет субъекту возможность получения необходимой, селективной, а также избыточной информации о самом себе. В жизни любого человека важная роль принадлежит самовосприятию собственной внешности. В ходе развития его личности (например, в пубертатном и постпубертатном периоде), происходит интенсификация соответствующей функции, обуславливающей содержание и форму жизнедеятельности индивида.

Представление о самом себе выступает в качестве необходимого звена самоконтроля поведения и саморегуляции на личностном уровне активности индивида. Представляемое «Я» можно отнести и соизмерить с задачей конкретной деятельности. Именно на основе этого происходит выработка субъектами определенной стратегии действия [3].

Следует отметить, что функция памяти имеет очень большое значение во внутриличностном опыте. Благодаря автобиографической памяти, предоставляющей материал для построения образа ретроспективного «Я», индивид имеет возможность вспомнить пройденный жизненный путь и собственные поступки.

Мыслительные процессы, реализующие в гностическом плане самоотношение, превращаются в «Я»-концепцию личности. Пособством анализа, обобщения, суждения, синтеза, умозаключения,

происходит выработка индивидом устойчивых концептов о самом себе, образующих определенную консистентную структуру. При наделении человеком самого себя конкретными свойствами, мотивировании собственного поведения, объяснении причин поступка себе и другим, происходит его включение в самопознание.

Следует отметить, что эмоциональная часть самоотношения характеризуется связью с разработанной В. В. Столиным концепцией, согласно которой выделяются следующие эмоциональные оси самоотношения, являющиеся диаметрально противоположными [9]:

- симпатия — антипатия;
- близость — отдаленность;
- уважение — неуважение.

Как продемонстрировал автор, вышеуказанными осями обуславливается также эмоционально-ценностное строение отношения индивида к другим людям. В данном случае отражением их представленности в самоотношении выступает переход в интрапсихическую сферу личности от интерпсихического отношения.

Конативный компонент представляет собой внутренние действия (или готовность к ним) в собственный адрес.

С. Р. Пантилеев выделяет в компонентах самоотношения ряд существенных характеристик, которые представляется целесообразным рассмотреть более подробно. С точки зрения указанного ученого, одна из характеристик самоотношений заключается в «дифференцированности», отвечающей за взаимосвязь между двумя противоположными модальностями самоотношений [9]. То есть возможность наличия у человека высокого показателя дифференцированности обуславливается необходимостью присутствия у него способности к различению переживания собственного «Я».

Следствием низкой дифференцированности эмоциональных и оценочных модальностей самоотношения может выступать сужение круга вероятных источников, обуславливающее повышение самоуважения и возможность порождения нереалистичных защитных представлений индивида о собственном «Я». В этом случае, в качестве основы самоуважения личности выступает фактор исключительно внутренней идеаторной переработки человеком собственных эмоциональных состояний, а не его реальные достижения.

Следует отметить, что низкая дифференцированность самоуважения и аутосимпатии, их зависимость друг от друга и слитность, является более характерной не для психически здоровых людей, а для невротиков.

После рассмотрения самоотношения в качестве самостоятельной единицы, представляется важным переход к изучению самоотношения сквозь призму самосознания. Как правило, самоотношение соотносят с самосознанием как компонент — целое или как целое — компонент.

Для зарубежной психологии характерна богатая история исследования самосознания личности. Зарубежные психологи используют для обозначения самосознания различные, близкие друг к другу по смыслу, хотя и не идентичные названия («Я», «образ Я», «Я-концепция», «самость» и пр.).

«Я»-концепция представляет собой итоговый продукт самопознания, являясь динамической системой представлений индивида о самом себе, включающей в себя наряду с осознанием собственных качеств (интеллектуальных, физических и пр.) и самооценкой, также субъективное восприятие внешних факторов, которые оказывают влияние на данную личность.

По мнению Р. Бернса, Я-концепция является совокупностью всех представлений индивида о самом себе, которая сопряжена с их оценкой. С точки зрения автора, у каждого индивида присутствуют оценки реального «Я» (собственные представления о самом себя), что и составляет «Я-концепцию» [2]. В качестве составляющих «Я»-концепции, Р. Бернс выделяет описательную составляющую (картину «Я» или образ «Я») и принятие себя (самооценку).

Л. С. Выготский называет подростковый возраст наиболее переменчивым и ненадежным периодом, который в неадаптивных ситуациях характеризуется стремлением к сокращению и образованию еле заметного контура между стадией завершения полового созревания и вступления в окончательную зрелость [3, с. 349]. Возрастными обозначениями всегда выражается не столько уровень биологического развития или возраст, а сколько социальный статус и положение лица в общественности.

В настоящее время подростковым (отроческим) периодом называется возраст от 11–12 до 15–16 лет. В широком значении, подростковый возраст всегда считался критическим. Развитие

разных психических свойств происходит по-разному: одни сохраняются на протяжении всей жизни относительно прежними, другие развиваются в ускоренном темпе.

Переходному возрасту принадлежит особая роль в самом общем процессе развития человека. Развитие личности подростка происходит в экстремальных ситуациях, когда на его психику воздействуют наряду с социально-экономическими сложностями также проблемы в общении и трудности в учебной сфере. Соответственно, крайне важно предоставить подрастающему индивиду возможность сориентироваться в окружающем мире. Лишь с адекватной самооценкой человек сможет лучше приспособиться в мире.

Результатом психического развития ребенка выступает формирование «Я»-концепции в ходе социализации и во взаимодействии с окружающими его людьми. «Я»-концепция с момента своего зарождения превращается в активное начало, которое выступает в следующих функционально-ролевых аспектах:

- «Я»-концепция в качестве средства обеспечения внутренней согласованности. Иными словами, для индивида как личности важную роль играет внутренний баланс, который гармонизирует состояние его удовлетворения от своих характеристик психики, а также их проявлений во внешнем мире;
- «Я»-концепция в качестве интерпретации опыта, который имеет особое значение в реализации личностью собственных психических качеств, благодаря чему появляется возможность формирования уверенности собственного «Я»;
- «Я»-концепция в качестве совокупности ожиданий, которые придают адекватность самооценке или реальной оценке собственной личности.

Подростковый возраст характеризуется становлением самоотношения и активным формированием «Я»-концепции. В данный период человек переосмысливает и осознает собственные способности, ценностные ориентации, происходит формирование собственного «Я» и развитие духовности. В процессе активного общения с другими детьми, подросток сравнивает себя и их, давая оценку собственного отношения к ним. Отношение подростка к самому себе и другим людям формируется благодаря коммуникативности, влияющей на установление новых знакомств и контактов, а также получаемого при этом опыта.

Итак, рассмотрение основных подходов к изучению самоотношения, предоставляет возможность сформулировать обобщающий вывод о рассмотрении самоотношения в его позитивном смысле в качестве жизненной потребности индивида, которая выражается в сохранении и повышении ценности собственного «Я», либо в качестве специфического, устойчивого и наиболее сильного мотива самосознания, придающего самой личности безопасности и уверенности.

Следует отметить, что формирование самоотношения является весьма тонким и многогранным процессом, начинать заложение которого следует с установления межличностных отношений, в которых личностные черты подростка оцениваются благосклонно, в прямом соответствии с осуществляемыми им действительными поступками.

Иными словами, возможность развития общественно-деятельной личности подростка с его положительным самоотношением обуславливается необходимостью оказания подростку помощи в построении хороших взаимоотношений с коллективом в комфортном психологическом климате, поскольку чем лучше психологическое самоощущение в коллективе, тем более высока склонность к более высокой оценке людьми друг друга, и тем более высоко самоотношение у каждого из их членов.

Таким образом, самосознание в подростковом возрасте характеризуется знаменательными переменами в сторону своего углубления, расширения усложнения, надежности и синтеза различных характеристик в целостную общую структуру.

Как крайне важный следует выделить факт интенсивного развития самосознания в подростковом возрасте, его систематизации, а также достижения равновесия с представлением о собственном «Я». При этом преимущественно ярко происходит процесс становления непосредственно самоотношения (эмоционального аспекта самосознания). Формирование самоотношения представляет собой непрерывный процесс определенных трансформаций процессуальных и структурных аспектов личности.

Учитывая указанный факт, представляется наиболее существенным проведение исследования самоотношения именно на подростковом этапе, поскольку данный возрастной период является наиболее чувствительным и важным для становления рассматриваемого психологического феномена.

В целях наиболее успешного формирования позитивного самоотношения следует развивать личностно значимые качества путем применения в индивидуальной и совместной деятельности разнообразных видов коррекционной работы (в частности, тренингов, арт-терапии и пр.). Цель подобного формата работы заключается в приобретении его участниками необходимых изменений в течение более короткого срока. Эффективность этого метода во многом обуславливается особенностями новообразований в сфере самоотношений в подростковом возрасте.

Основываясь на теоретическом анализе литературы по проблеме исследования, представляется возможным заключить, что самоотношение подростка является механизмом, позволяющим осуществлять встраивание в собственную жизнедеятельность своего «Я», выработку смысла собственного существования и развития навыков, присущих исключительно человеку (в частности, альтруизма).

В ходе рассматриваемого возрастного этапа у подростка возникают следующие формы самопознания: «Я-концепция», чувство взрослости.

Ощущения заинтересованности от других и взаимной искренности способствуют формированию у подростка в подростковом возрасте целостного представления о самом себе.

Возможность конструктивного завершения данного периода обуславливается необходимостью развития у подростка саморегуляции, основанной на терпении, настойчивости, здоровой критичности относительно референтных групп.

ЛИТЕРАТУРА

1. Абасова Б. А. Самоотношение личности: теоретический аспект / Б. А. Абасова // Актуальные вопросы развития территорий: теоретические и прикладные аспекты: сборник трудов научной конференции. Кемерово: Большая книга, 2017. С. 87–90.
2. Бернс Р. Я-концепция и Я-образы / Р. Я. Бернс // Самосознание и защитные механизмы личности. Самара: Бахрах-М., 2003. С. 133–211.
3. Выготский Л. С. Записные книжки Л. С. Выготского : избранное / под общ. ред. Е. Завершневой, Рене ван дер Веера. М.: Канон+, 2017. 606 с.
4. Декарт Р. Рассуждения о методе; Начала философии; Страсти души: [12+: перевод с французского] / Рене Декарт. М.: Эксмо, 2019. 559 с.

5. Кант И. Критика способности суждения : [16+] / Иммануил Кант ; перевод с немецкого Н. Соколова. СПб.: Азбука-Аттикус, 2019. 444 с.
6. Мясищев В. Н. Психотерапия отношений / В. Н. Мясищев, Е. К. Яковлева; [вступительная статья В. Ю. Слабинского, Н. М. Воищевой, с. 7–24]; Петербургская школа психотерапии и психологии отношений. СПб.: Невский архетип, 2018. 351 с.
7. Пантилеев С. Р. Самоотношение как эмоционально-оценочная система. М.: МГУ, 1991. 110 с.
8. Сарджвеладзе Н. И. Личность и ее взаимодействие с социальной средой. Тбилиси: Мецниереба, 1989. 256 с.
9. Столин В. В. Самосознание личности / В. В. Столин. М.: МГУ, 1983. 284 с.
10. Франкл В. Э. Доктор и душа: логотерапия и экзистенциальный анализ: [16+] / Виктор Франкл; перевод с немецкого [Л. Сумм]. 2-е изд. М.: Альпина нон-фикшн, 2018. 336 с.
11. Фуко М. Речь и истина: лекции о парресии (1982–1983) / под научной редакцией М. Маяцкого ; предисловие Ф. Гро; [Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации]. М.: Дело, 2020. 374 с.

Нарушина Наталья Витальевна
выпускница кафедры психологии РХГА
narushina-natalya@mail.ru

ИССЛЕДОВАНИЕ АУТОАГРЕССИИ У ВОСПИТАННИКОВ ДЕТСКИХ ДОМОВ И ИНТЕРНАТОВ

Аннотация. Целью исследования является изучение степени выраженности и особенностей психологических проявлений аутоагрессивного поведения у выпускников детских домов и школ-интернатов. Проблема аутоагрессивного поведения в последние годы все больше развивается в связи с описанием социально дезадаптированных групп молодежи. В настоящее время, несмотря на многочисленные существующие меры социальной защиты выпускников интернатных учреждений, усиление социальных механизмов реализации прав детей-сирот, существует проблема благополучия выпускников детских домов, связанная с особенностями их социального взаимодействия. В результате на психологическом прикладном уровне такие исследования помогут определить, какие способы разрешения трудных жизненных ситуаций и снятия внутреннего эмоционального напряжения могут быть использованы для профилактики и психокоррекции аутоагрессивного поведения.

Ключевые слова: аутоагрессия, аутоагрессивное поведение, дезадаптация, социальное взаимодействие.

Narushina N. V.

STUDY OF AUTOAGGRESSION IN CHILDREN FROM ORPHANAGES AND BOARDING SCHOOLS

Annotation. The aim of the study is to study the degree of severity and characteristics of psychological manifestations of auto-aggressive behavior in graduates of orphanages and boarding schools. The problem of auto-aggressive behavior in recent years is increasingly developing in relation to the description of socially disadapted groups of youth. At present, despite numerous existing measures of social protection

of graduates of residential institutions, strengthening of social mechanisms for the realization of the rights of orphans, there is a problem of well-being of graduates of orphanages, connected with the peculiarities of their social interactions. As a result, at the psychological applied level, such studies will help to determine what ways to solve difficult life situations and relieve internal emotional stress can be used to prevent and psycho-correct auto-aggressive behavior.

Keywords: aggression, self-injurious behavior, exclusion, and social interaction.

Проблема аутоагрессивного поведения в последнее время всё чаще получает развитие применительно к описанию социально дезадаптированных групп молодёжи. Так как аутоагрессивное поведение выражается в причинении себе вреда, в том числе, физического, вплоть до суицида, рассмотрение этой проблемы имеет острую социальную значимость. В связи с широким распространением суицидального поведения и отстроченного во времени саморазрушения в молодёжной и подростковой среде можно говорить о том, что аутоагрессия подростков и молодежи в последние годы приобретает всё большую выраженность.

Молодёжная аутоагрессия при этом может рассматриваться как обобщающее социально-психологическое понятие, включающее многочисленные виды девиантного и дезадаптивного поведения, в том числе, злоупотребление алкоголем, наркотическими и другими психотропными препаратами, нанесения себе телесных повреждений, занятие экстремальными видами спорта, неадекватное сексуальное поведение, нарушение пищевого поведения (анорексия, булимия).

При этом, несмотря на социальную значимость проблемы аутоагрессивного поведения, особенно среди молодёжи, конкретные специфические психологические проявления этого феномена в психологии в целом недостаточно подробно исследованы, особенно применительно к специфическим группам молодежи, находящейся в трудной жизненной ситуации, среди которых можно выделить выпускников детских домов и интернатных учреждений.

В настоящее время, несмотря на многочисленные существующие меры социальной защиты выпускников интернатных учреждений, укрепление общественных механизмов реализации прав сирот, существует проблема благополучия выпускников детских домов, связанная с особенностями их социальных взаимодействий.

Аутоагрессия или агрессия, направленная на самого, себя, как и многие другие вида агрессии, аутоагрессия сопряжена с негативными эмоциональными переживаниями гнева, злости, а также с проблемой социальной дезадаптации личности, и проявляется в саморазрушении, наказании себя как морально, так и физически, в чём и проявляет деструктивность аутоагрессии.

Ряд авторов выделяет различные формы проявления аутоагрессии, обозначает внешние и внутренние ее причины [3, 4, 8, 11, 12].

Аутоагрессия может проявляться в следующих видах самоповреждающего поведения:

- психическое,
- физическое,
- аутичное,
- виктимное.

Внешними факторам и условиями развития аутоагрессии являются:

- особенности семейного воспитания,
- дисфункциональность семьи,
- неудовлетворенность семейными отношениями и другими социальными взаимодействиями,
- наличие в биографии психотравмирующего опыта,
- включённость в деструктивные идеологические течения,
- средства массовой информации и молодежная псевдокультура.

Внутренними факторами являются:

- особенности функционирования совладающего поведения и выбора копинг-стратегий,
- специфика мотивации достижения,
- особенности самооценки и Я-концепции,
- психические и соматические нарушения,
- склонность к демонстративному поведению и т. п.

По причине депривации, проявляющейся на всех уровнях функционирования личности, ещё в интернатных учреждениях у воспитанников складывается комплекс специфических психологических характеристик, в результате которых в дальнейшем выпускники интернатных учреждений испытывают трудности интеграции в социум и формируют социально дезадаптированную группу молодежи.

Особенности социализации воспитанников интернатных учреждений, таким образом, способствуют развитию аутоагрессивного поведения, связанного с трудностями социальной адаптации, преодолеть которые конструктивно и самостоятельно молодые люди в трудной жизненной ситуации часто не могут.

Нами было проведено эмпирическое исследование, целью которого было изучение степени выраженности и особенностей психологических проявлений аутоагрессивного поведения у выпускников детских домов и интернатов.

В исследовании принимало участие 40 испытуемых, являющихся выпускниками детских домов и интернатов.

Возраст респондентов: от 18 до 28 лет.

Гендерный состав выборки: 14 девушек и 26 юношей.

Уровень образования и профессиональная занятость: 12 из обследованных респондентов обучаются в колледже, 6 респондентов — в университете, 22 респондента работают.

Все испытуемые в связи с разными ситуациями в детстве попали в детские дома, но каждый из обследованных респондентов имеет психотравмирующий жизненный опыт.

Все респонденты имеют разные взгляды на жизнь и на себя: от положительных и оптимистичных до негативных. Не все ставят себе цели и задачи в жизни.

При этом некоторые участники исследования ведут достаточно активную социальную жизнь. Четверо из участников исследования создали собственные семьи.

Социальные условия проживания и материальный достаток у всех разные. Так, среди участников исследования есть молодые люди, которые не имеют собственного жилья и до получения его временно проживают в «Доме «Шанс».

«Дом «Шанс» — это основной проект благотворительного фонда «Открытый мир», специализирующегося на помощи социально незащищенным детям и молодежи, в том числе выпускникам интернатных учреждений. Как учреждение «Дом «Шанс» представляет собой стационарную базу для временного проживания молодых людей — выпускников интернатных учреждений. На базе «Дома «Шанс» молодым людям оказывается социально-бытовое, социально-педагогическое, юридическое и психологическое сопровождение. В основном исследование было проведено на базе «Дома «Шанс».

В ходе исследования все диагностические методики проводились лично с каждым респондентом на условиях гарантии анонимности и конфиденциальности.

В качестве эмпирических методов исследования были использованы методы тестирования, опроса, проективный метод, интервью.

Для выявления особенностей аутоагрессивного и адаптационного поведения у выпускников интернатных учреждений в нашем исследовании применялись следующие методики:

1. Тест агрессивности (Л. Г. Почебут);
2. Опросник способов совладания, WCQ (авторы: Р. Лазарус, С. Фолкман, 1988; адаптация: Т. Л. Крюкова и др., 2004);
3. Опросник психологических потребностей (Э. Шнейдман);
4. Рисуночная методика «Я в детском доме — я после детского дома»;
5. Экспертный опрос (интервью) педагогов, сопровождающих выпускников интернатных учреждений.

Интервью для экспертного опроса педагогов, сопровождающих выпускников интернатных учреждений на базе «Дома «Шанс», было разработано специально для данного исследования.

Цель экспертного опроса: выявить особенности социально-педагогической и психологической работы с проявлениями аутоагрессивного поведения и поведения в трудных жизненных ситуациях у сопровождаемых выпускников интернатных учреждений.

Интервью включало 17 открытых вопросов. В ходе обработки интервью был использован качественный контент-анализ ответов педагогов, и представлена качественное описание информации, выявленной в ходе экспертного опроса.

Помимо выяснения возраста, профессиональных данных, мотивации и стажа работы социальным работникам и педагогам были заданы следующие вопросы:

1. Как много выпускников детских домов (ДД) под вашей опекой?
2. Чем именно вас привлекает работа с выпускниками ДД?
3. Чем вы помогаете выпускникам ДД?
4. Какую работу проводите с выпускниками ДД?
5. Какие выпускники ДД самые сложные и почему?
6. Как выпускники ДД попадают к вам?

7. Как вы можете повлиять на характер ваших подопечных?
8. Расскажите о своих подопечных, у которых проявлялось аутоагрессивное поведение...
9. Как ваши воспитанники справляются с аутоагрессивным поведением?
10. Часто ли ваши подопечные обращаются к вам с наболевшим? О чем они говорят, и как вы им помогаете?
11. Существует ли контроль за поведением? И какие санкции применяются?
12. Часто ли ваши воспитанники испытывают стресс? И как вы помогаете выходить из стрессовой ситуации?

Основная цель такого интервью — выявление направлений возможной психологической помощи сотрудникам интернатных учреждений.

Результаты исследования

По данным, полученным с помощью методики выявления агрессии, был сделан общий вывод о том, что выпускников интернатных учреждений достаточно распространен высокий уровень самоагрессии — он выявлен у 23 человек. Это более 50 % выборки.

Более детальный анализ позволил нам сформировать две равные по количеству группы испытуемых (по 20 человек) — с выраженной аутоагрессией и с невыраженной аутоагрессией.

Дальнейший сравнительный анализ показал, что в группе выпускников интернатных учреждений с выраженной аутоагрессией выявлена специфика предпочтения копинг-стратегий, заключающаяся в более частом и интенсивном использовании таких стратегий совладания, как «Дистанцирование» и «Самоконтроль», то есть мысленное недооценивание серьезности проблемы и подавление своих чувств и своих действий.

Также в данной группе выявлена специфика психологических потребностей, заключающаяся в том, что у выпускников интернатных учреждений с выраженной аутоагрессией понижены потребности в неприкосновенности себя и своего пространства, в упорядоченности внешнего и внутреннего мира, несколько снижена потребность в достижениях, повышена потребность в демонстративном поведении, а также несколько сниженная

потребность поддерживать других сочетается с несколько повышенной потребностью получать поддержку от других.

Анализ рисунков респондентов по теме «Я в детском доме — я после детского дома» позволил выявить общие сложности жизненного пути всех выпускников интернатных учреждений, а именно, слабо сформированный образ себя и трудности адаптации, включая ощущение потерянности.

Экспертный опрос педагогов, работающих в «Доме «Шанс», на базе которого созданы необходимые условия для оказания помощи выпускникам интернатных учреждений, позволил выявить, что многие молодые люди испытывают трудности адаптации и проявляют аутоагрессивное поведение, над коррекцией и преодолением которого специалисты активно работают.

В частности, психологам и социальным педагогам, работающим в системе сопровождения выпускников и воспитанников интернатных учреждений можно рекомендовать включать в программу сопровождения следующие направления работы: лекции, семинары и тренинги по развитию конструктивного копинг-поведения.

При этом важно особое внимание обратить на обучение выражению своих эмоций и чувств, так как повышенной самоагрессии сопутствует высокий самоконтроль.

Важно также обратить внимание на обучение конструктивному анализу возникших проблем, начиная с принятия факта их существования, так как повышенной аутоагрессии соответствует склонность дистанцироваться от проблемы, игнорируя её значимость.

Проводить тренинги, групповые и персональные консультации целесообразно с целью коррекции психологических потребностей личности, в частности, повышения уровня потребности в личной неприкосновенности и защите своего психологического пространства, повышения уровня потребностей в упорядоченности своих вещей и мыслей и в достижениях, снижения потребности в демонстративном поведении за счет поиска более эффективных способов социальных контактов.

ЛИТЕРАТУРА

1. Берковиц Л. Агрессия: причины, последствия и контроль. СПб., 2001. С. 512.
2. Ефремов В. О. Основы суицидологии. СПб.: Издательство «Диалект», 2004. С. 480.

3. Меннингер К. Война с самим собой. М.: Эксмо-Пресс, 2000. С. 480.
4. Панченко Е. А. Роль воспитания в родительской семье в формировании суицидального поведения // Вестник неврологии, психиатрии и нейрохирургии. 2011. № 7. С. 27–31.
5. Петрушина О. В. Образовательное пространство интернатного учреждения и психологическая безопасность его воспитанников: автореф. ... канд. псих. наук. Курск, 2011. 24 с.
6. Пилягина Г. Я. Аутоагрессия: биологическая целесообразность или психологический выбор // Таврический журнал психиатрии. 1999. Т. 3. № 3. С. 24–27.
7. Прихожан А. М., Толстых Н. Н. Психология сиротства. СПб.: Питер, 2005. 400 с.
8. Тихоненко В. А. Позиция личности в ситуации конфликта и суицидальное поведение // Российский психиатрический журнал. 1998. № 3. С. 21–24.
9. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности / Пер. с нем. Телятниковой Э. М.: Издательство АСТ, 2017. С. 736.
10. Шнейдман Э. С. Душа самоубийцы / Пер. с англ. М.: Смысл, 2001. С. 315.
11. ЩигOLEV И. И. Ретроспектива психических заболеваний в России // сайт Московского психологического журнала [Электронный ресурс]. — URL: <http://magazine.mospsy.ru/nomer3/shig01.shtml>
12. Юрьева Л. Н. Кризисные состояния. Днепропетровск, 1998. С. 155.

Зоева Светлана Михайловна
магистрант кафедры психологии РХГА
zoeva666@gmail.com

ОСОБЕННОСТИ ВОСПРИЯТИЯ БРАКА У СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ

Аннотация. В статье излагаются данные эмпирического исследования об особенностях восприятия брака у современных подростков. Были получены интересные результаты, которые описаны ниже. Целью данной статьи стоит изучение проблематики восприятия института брака у современных подростков.

Ключевые слова: подростки, влюблённость, любовь, брак, гендер, отношения.

Zoeva S. M.

SPECIAL ASPECTS OF MARRIAGE PERCEPTION BY TODAY'S TEENAGERS

Annotation. The article presents the data of an empirical study on the characteristics of the perception of marriage in modern adolescents. Interesting results were obtained, which are described below. The purpose of this article is to study the problems of perception of the institution of the marriage among modern adolescents.

Keywords: teenagers, love, amorousness, marriage, gender, relationships.

В данной статье показывается, как понимают институт брака разные авторы, какие различия и схожести в представлении о браке возникают у молодых людей и девушек, какие типы влюбленности бывают, определено отношение подростков к понятию влюбленности и брака, изучено различия понимания у подростков понятий «влюбленность» и «брак».

Данная тема может быть полезна и интересна для студентов-психологов, специалистов в этой области, родителям детей-под-

ростков, так как сможет объяснить, что волнует их чада в этот переломный период, а также самим подросткам.

Целью работы являлось изучение особенностей восприятия брака и отношение к чувству любви у старших подростков. И сравнение их между подростками разных полов. Объектом исследования выступали подростки, в возрасте 16–18 лет, а предметом исследования — восприятие брака.

Были составлены несколько гипотез:

1. Предполагалось, что подростки с положительным восприятием феномена любви больше склонны к положительному отношению к браку.

2. Следующей гипотезой являлось, что для брака больше подходят определенные стили любви.

3. Последняя гипотеза состояла в том, что молодые люди с повышенной маскулинностью и девушки с повышенной феминностью больше склонны к браку.

Методики, которые были использованы в исследовании следующие:

- Авторская анкета «Представление о браке»
- Методика незаконченных предложений «Для меня брак это...»
- Проективная методика. Рисунок «Любовь для меня»
- Методика «Стили влюбленности» Джона Алана Ли
- Полоролевой опросник С. С. Бем

Также были применены математико-статистические методы обработки данных, а именно — сравнительный анализ (критерий Манна-Уитни) и корреляционный анализ (критерий Спирмена). Вначале использовался критерий Колмогорова-Смирнова, чтобы проверить, отличается ли распределение в исследуемой выборке от нормального.

Было обнаружено, что распределение по большинству шкал отличается от нормального, в связи с этим для обработки данных использовались непараметрические методы — для корреляционного анализа использовался критерий ранговой корреляции Спирмена, а для сравнительного анализа — критерий Манна-Уитни.

Результаты исследования подтвердили только две из трех гипотез, которые ставились в начале исследования.

Исходя по результатам исследования были сделаны следующие выводы:

- Большинство подростков, как молодые люди, так и девушки верят в любовь, но к феномену брака относятся с осторожностью, хотя у них много примеров счастливых и крепких союзов. Подростки не ощущают себя счастливыми, что может сказываться на их скептическом отношении к супружеству, но еще это может быть просто влиянием подросткового кризиса и гормональных скачков.
- Молодые люди положительно относятся к сексу без любви, но удивительно, что также они положительно относятся к любви без секса. Это может говорить, что они считают настоящую любовь платонической и могут спокойно преодолевать свои потребности и ставить чувства выше сексуальных отношений.
- Молодые люди и девушки хотят вступить в брак в возрасте примерно после 28 лет, следовательно, можно предположить, что они хотят до этого построить свою карьеру, встать крепко «на ноги» и самореализоваться, как личность и профессионалы своей сферы деятельности.
- Интересен факт того, что подростки видят себя в браке, но не стремятся в него вступать. По сравнению с предыдущими поколениями ценность брака для них не является высшей или главной. Судить о том хорошо это или плохо мы не можем, поэтому оставляем это, как факт.
- Молодые люди и девушки испытывают положительно окрашенные эмоции, когда думают о браке, а семейные ценности для них обоих очень важны, но у девушек они стоят, в основном, на первом месте, а у юношей на первых местах чаще стоят карьерный рост и успешность.
- Для молодых людей в браке важна стабильность, забота, тепло и уют, а для девушек уверенность, финансовая обеспеченность и преданность.
- Молодые люди больше склонны и положительно относятся к сексу до брака, чем девушки.
- Молодые люди относятся равнодушно к обязательности вступления в церковный брак, однако и не настроены категорично против него, нежели чем девушки. Интересно, что и девушки, и юноши не воспринимают гражданский брак, как форму брака, а скорее, как сожитительство. Когда испытуемые задумываются о том, что им необходимо для вступления в брак, то чаще всего они задумываются о материальных составляющих — фи-

нансовая стабильность и независимость. У испытуемых, к сожалению, больше негативных примеров брачных союзов, чем позитивных и это может отразиться на их восприятии брачных союзов. Молодые люди и девушки одинаково боятся в браке предательства, измены и последующего развода.

- Любовь молодые люди и девушки видят весьма позитивно. У большинства преобладает позитивный характер рисунков, однотипность, проекция внутреннего мира испытуемых, нахождение рисунка в центре листа и схематичность. Использование стереотипных элементов и символики (например, сердечек).
- У молодых людей повышенная маскулинность и это может свидетельствовать о их принадлежности к мужскому полу и принятию социальной роли мужчины, как добытчика в семье. У девушек же феминность и маскулинность оказались на равных. Но все же принадлежность к женскому полу ярче выражена, то есть, в семейных отношениях они вероятно будут выбирать, как женскую роль, так и мужскую, если будет необходимость.
- Андрогинность обоих полов хорошо просматривается, но это можно объяснить скорее социальными факторами, которые заставляют молодежь примерять на себя обе роли, как мужскую, так и женскую. Но интересен тот факт, что молодые люди чаще проявляют повышенную феминность в тех моментах, где необходимо проявление маскулинности и мужского начала (вопросы отношений с противоположным полом, например).
- Ведущий стиль любви у молодых людей — любовь-Людус, юноши больше склонны к поверхностным чувствам, могут допускать измену любимому человеку, скорее не строят отношения, а «играют» в любовь, у них не часто появляются глубокие чувства, они стремятся к легким отношениям, редко испытывают ревность. В целом хотят беззаботных отношений.
- А у девушек ведущий стиль любви — любовь-Агапе, жертвенная, любовь-самоотдача — мягкая, бескорыстная, снисходящая к ближнему. Такой стиль полон альтруизма и обожания любимого человека. Любящий готов простить все, даже измену, готов отказаться от себя, жертвовать своим чувством, если это дает счастье другому, не требуя ответной жертвы. Это любовь тяжелая и трагическая (для того, кто любит). Для этого стиля

свойственна тревога, мучительная в то же время радостная, делающая человека духовно богаче. Любовь-Агапе характерна для первой любви, для робкого зарождающегося чувства. В этом стиле сексуальные отношения не доминируют, секса здесь фактически нет.

Хочется отметить интересный момент исследования.

В ходе корреляционного анализа была выявлена лишь одна значимая корреляция. Она показала, что у девушек и юношей, чем выше феминность, тем выше стиль любви-Агапе. Это положительная корреляция. А это значит, что чем ниже у них феминность, то тем выше стиль любви-Людус. Интересно, то что у молодых людей ведущим стилем любви является любовь-Людус и это значит, что чем выше маскулинность, то тем выше любовь-Людус. Отсюда следует вывод, что чем выше показатель феминности у юношей, то тем больше они настроены и готовы к вступлению в брак.

Стиль любви-Агапе подходит больше всего для вступления в брак и создания семьи (для обоих полов. У девушек же результаты вполне предсказуемы и гипотезы все подтверждаются. Девушки положительно относятся к феномену любви и, следовательно, положительно относятся к феномену брака.

В целом по результатам исследования важно отметить, что подростки положительно воспринимают феномен любви и положительно относятся к феномену брака, но вступать в него они не торопятся. Для них на первом месте стоит самореализация и карьерный рост. Для вступления в брак больше подходит стиль любви-Агапе, также он является ведущим стилем у девушек. А у молодых людей ведущий стиль любви-Людус, но юноши с повышенной феминностью, а, следовательно, с ведущим стилем любви-Агапе больше склонны к браку. Можно сделать вывод, что повышенная феминность у обоих полов благотворно влияет на принятие решения вступить в брачный союз.

ЛИТЕРАТУРА

1. Божович Л. И. Концепция личности. Фундаментальные проблемы общей психологии / под редакцией Н. И. Чуприкова, И. В. Равич-Щербо М., 1968.

2. Божович Л. И. Проблемы формирования личности. М.: МПСИ; Воронеж: МОДЭК, 2001.
3. Бернс Р. Я-концепция и воспитание. М., 1989.
4. Кон И. С. В поисках себя. Личность и ее самосознание. М.: Политиздат, 1984.
5. Левин К. Динамическая психология электронный вид.
6. Пиаже Ж. Речь и мышление ребенка. М., 1994.
7. Психология подростка: энциклопедия. М.: Олма — Пресс, 2003.

Зензина Галина Вячеславовна
магистрант кафедры психологии РХГА
galina020789@yandex.ru

ИССЛЕДОВАНИЕ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ ВОЛОНТЕРОВ-ЗООЗАЩИТНИКОВ

Аннотация. В статье представлены результаты исследования уровня жизнестойкости волонтеров-зоозащитников, проведенного по опроснику жизнестойкости Д. А. Леонтьева и Е. И. Рассказовой. Представлен анализ выраженности составляющих жизнестойкости зоозащитников.

Ключевые слова: жизнестойкость, вовлеченность, контроль, принятие риска, волонтеры-зоозащитники, помощь животным.

Zenzina G. V.

RESEARCH ON THE RESILIENCE OF ANIMAL WELFARE VOLUNTEERS

Annotation. The article presents the results of a study of the level of resilience of animal welfare volunteers, performed according to the Resilience Questionnaire of D. A. Leontiev and E. I. Rasskazova. The analysis of the strength of the components of the animal defenders' resilience was carried out.

Keywords: resilience, involvement, control, risk acceptance, animal defenders, animal welfare.

Данное эмпирическое исследование посвящено изучению жизнестойкости волонтеров-зоозащитников. Понятия «волонтер-зоозащитник», «зооволонтер», «зоозащитник» в научной литературе не разведены [1, 3] и часто употребляются как синонимы. Между тем, для целей данного исследования было выбрано определение, которое отражает добровольный характер деятельности по заботе о животных.

Волонтеры-зоозащитники — это люди, которые регулярно занимаются добровольной и бескорыстной деятельностью, направ-

ленной на спасение животных, их защиту от жестокого обращения и установление правовой основы свобод животных [9, с. 16].

Движение зооволонтеров в России достаточно новое и малоизученное явление [1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 9]. Оно рассматривается в работах отечественных социологов [1, 2, 5, 7, 8, 9], экономистов [4], философов [4], реже — психологов [3]. Интерес для современных исследователей представляют: история возникновения и развития отечественного зооволонтерства [2]; типологизация зоозащитных некоммерческих организаций; проблемы консолидации действий зоозащитных сообществ; роль Интернета и социальных сетей в работе зооволонтеров [1]; факторы, благодаря которым добровольцы становятся зоозащитниками [5], структура и способы мобилизации ресурсов зоозащитного движения [7], анализ жизненных стратегий волонтеров в сфере зоозащиты [9] и др.

Левченко Н. В. [5], Полутин С. В., Самойлова Е. А. [8], Воробьева А. Е., Скипор С. И. [3], Горбулёва М. С., Мелик-Гайказян И. В. и М. В. [4] описали социально-демографические характеристики зооволонтеров. Социологические исследования говорят о том, что зоозащитниками становятся женщины, состоящие в фактических или зарегистрированных отношениях, у каждой второй среди них есть дети [3]. У большинства зооволонтеров есть высшее образование [8], чаще они являются педагогами, медиками или представителями сферы сервиса и обслуживания [5]. Треть зооволонтеров задействована в иных видах добровольчества (по оказанию помощи людям). Средний возраст зоозащитников в имеющейся научной литературе описан противоречиво: по мнению Горбулёвой М. С. и соавторов, он не достигает 35 лет [4]; с точки зрения Полутина С. В. и Самойловой Е. А., превышает 35 лет [8]; по Воробьевой А. Е. и Скипор С. И., равен 38 годам [3]. Таким образом, мы можем сделать вывод о некотором общем социологическом портрете волонтера-зоозащитника.

Петухова Т. А., Воробьева А. Е. и Скипор С. И. выделили основные виды зоозащитной деятельности [3, 7]. Зооволонтеры регулируют численность бездомных животных посредством отлова, стерилизации и возвращения в прежнюю среду обитания; берут под свою опеку животных, оказавшихся на улице вследствие недобросовестного отношения или жестокого обращения человека; лечат и прививают животных, находят им новых хозяев; организуют сборы средств для животных через краудфандинговые веб-ресурсы; выгуливают животных на базе приютов; помогают

транспортировать в клиники; кормят на улице; занимаются популяризацией ответственного отношения к животным; защищают их юридические права; оказывают финансовую поддержку.

Следует отметить, что зоозащитное движение в России не консолидировано, поэтому в большинстве случаев речь идет о так называемых «индивидуальных» зоозащитниках, не принадлежащих к какой-либо волонтерской организации и действующих самостоятельно [3]. Петухова Т. А. отмечает, что такой зоозащитный сюжет ведет к потере моральных ресурсов, эмоциональному выгоранию и профессиональной деформации [7]. По мнению, Воробьевой А. Е. и Скипор С. И., ущерб здоровью и психическому состоянию зоозащитников наносит также их высокая, а в некоторых случаях чрезмерная волонтерская активность [3]. Таким образом, мы можем говорить о необходимости оказания психологической помощи волонтерам-зоозащитникам, но для этого важно эмпирически выявить личностно-деятельностные и индивидуальные особенности данной социальной группы.

До недавнего времени собственно психологических исследований проблемы зооволонтерского движения практически не было. В 2020 году Центром оценки общественных инициатив Института прикладных политических исследований НИУ ВШЭ было проведено изучение психологических проблем зооволонтеров [11], в ходе которого 13 зоозащитников прошли глубинные интервью.

По данным Центра, в своей деятельности зоозащитники сталкиваются со множеством проблем, которые условно можно разделить на три группы: трудности в коммуникациях с окружающими, во взаимоотношениях с другими зооволонтерами и личные проблемы (табл. 1).

Таблица 1

Классификация психологических проблем зоозащитников

С окружающими	Между зооволонтерами	Личные проблемы
взаимоотношения с родителями и детьми; недоверие к людям; непонимание со стороны; информационный вакуум; борьба с органами власти	жертвенность; соперничество; недоверие к другим зооволонтерам; конфликты с администрацией приютов; потребительское отношение к зооволонтерам	зависимость; уход в себя; психологическая травма (вход); безысходность; потеря животных; перенагрузка

При этом зоозащитники отметили, что испытывают трудности при обращении за специализированной помощью, т. к. психологи, как правило, не информированы об особенностях и проблемах зоозащитной деятельности.

С опорой на полученные данные, Фондом защиты городских животных была организована благотворительная программа психологической поддержки зооволонтеров «Перезагрузка». С 12 января по 20 мая 2020 г. программа была реализована в Москве в формате терапевтических групп. Зоозащитники прошли ряд тренингов по антивыгоранию, психологии общения, конфликтологии, маркетингу; научились справляться со своими эмоциями; выстраивать личные границы; проработали утраты подопечных животных и т. д. [11]. Данный опыт является крайне значимым, но пока, к сожалению, беспрецедентным.

Для того, чтобы каждый психолог мог оказывать зоозащитникам эффективную помощь, на наш взгляд, необходимо иметь представление не только о трудностях зоозащитной деятельности, но и о психологических особенностях среднестатистического зооволонтера. В рамках данной задачи в 2020 году нами было проведено эмпирическое исследование жизнестойкости волонтеров-зоозащитников, в котором приняли участие 98 человек.

Жизнестойкость является базовой личностной характеристикой, которая опосредует влияние неблагоприятных факторов на сознание и поведение человека [13]. Жизнестойкие убеждения о себе, мире и отношениях с окружающими формируют «иммунитет» к тяжелым жизненным ситуациям, помогают дать им адекватную оценку и активно их преодолевать. Однако следует отметить, что жизнестойкость не тождественна стрессоустойчивости.

Понятие жизнестойкости, лежащее на пересечении экзистенциальной психологии и психологии стресса, было введено психологами Сальваторе Мадди и Сьюзен Кобейса [6, с. 3]. От уровня жизнестойкости зависит, насколько разрушительным для душевного и соматического здоровья человека будет влияние стрессогенных факторов его профессиональной деятельности, а также насколько он будет успешен. Содержательно понятие жизнестойкости очень похоже на понятие «отвага быть» экзистенциального философа П. Тиллиха. «Эта экзистенциальная отвага предполагает готовность «действовать вопреки» — вопреки онтологической тревоге, тревоге потери смысла, вопреки ощущению «заброшенности» (М. Хайдеггер)» [10].

Жизнестойкость состоит из трех в некоторой степени автономных компонентов: вовлеченности, контроля и принятия риска [6].

Вовлеченность. Человек, которому свойственна высокая вовлеченность, полагает, что максимальное включение в происходящее вокруг позволяет его личности развиваться, он получает удовольствие от всего, что делает. И, напротив, человек с низкой вовлеченностью, чувствует себя отверженным от жизни, ощущает себя словно «на обочине».

Контроль представляет собой убежденность в том, что борьба может повлиять на результат происходящего, пусть даже эта борьба и не гарантирует стопроцентный успех. Человек с развитым чувством контроля над ситуацией понимает, что сам управляет своей жизнью. Если же компонент контроля развит слабо, человек часто чувствует себя беспомощным в преодолении трудностей.

Принятие риска. Если у человека высоко развит компонент принятия риска, то какие бы изменения в его жизни не происходили, позитивные или негативные, он воспринимает их с благодарностью за новые знания и опыт. Он будет действовать даже тогда, когда надежных гарантий успеха нет, на свой страх и риск. Если компонент принятия риска развит слабо, человек будет стремиться к комфорту и безопасности, а деятельность, не гарантирующую успех, рассматривать как потенциально угрожающую [6, с. 5].

Жизнестойкость. Интегральный уровень жизнестойкости характеризуется не только суммарной выраженностью трех ее компонентов, но и их согласованностью между собой [6, с. 6].

Сальваторе Мадди разработал опросник жизнестойкости с четырьмя соответствующими шкалами. В нашем исследовании был использован отечественный адаптированный вариант Леонтьева Д. А. и Рассказовой Е. И. [6], компьютеризированный при помощи сервиса Google Forms. Пройти тест можно было с любого электронного устройства, имеющего выход в сеть Интернет — с телефона, ноутбука или персонального компьютера.

Тест распространялся через социальную сеть Вконтакте посредством личного обращения, а также публично. Объявление с предложением поучаствовать в психологическом исследовании

было размещено в тематических сообществах зоозащитников по договоренности с их модераторами. В тестировании приняли участие зооволонтеры из крупных городов России и ближнего зарубежья, занимающихся зоозащитой на постоянной основе.

Опираясь на результаты, полученные нами по тесту жизнестойкости, можно сделать следующие выводы.

1. 21,4 % зооволонтеров характеризуется высоким уровнем вовлеченности; 60,2 % зоозащитников имеют средний уровень; 18,4 % — низкий.
2. Высоким уровнем контроля обладают 19,4 % зоозащитников; средним — 67,3 %; низким — 13,3 %.
3. Высокой склонностью к принятию риска характеризуются 44,9 % зоозащитников; средней — 41,8 %; низкой готовностью рисковать — 13,3 %.
4. Высоким уровнем жизнестойкости обладают 23,5 % волонтеров-зоозащитников; средняя жизнестойкость у 57,1 % зооволонтеров; низким уровнем характеризуются 19,4 % зоозащитников.
5. Корреляция между уровнем жизнестойкости и сроком зоозащитной деятельности не была обнаружена.

Следовательно, мы можем заключить, что 80,6 % волонтеров-зоозащитников обладают высоким или средним уровнем интегральной жизнестойкости. Это свидетельствует об их способности защищаться от стрессогенных факторов профессиональной деятельности с сохранением внутренней сбалансированности без снижения успешности. 19,4 % волонтеров-зоозащитников не обладают жизнестойкими убеждениями.

78,6 % волонтеров-зоозащитников имеют высокий или средний уровень вовлеченности в свою жизнь, т. е. воспринимают все происходящее в ней с интересом и способны получать от жизни удовольствие.

86,7 % зооволонтеров характеризуются высоким и средним уровнем контроля над своей деятельностью. Сталкиваясь с трудностями, они здраво оценивают ситуацию и выбирают стратегию ее преодоления, т. к. осознают, что способны оказывать влияние на происходящее.

Высокая или средняя готовность к риску отмечается у 86,7 % зоозащитников, они готовы действовать в ситуациях, когда гарантий успеха нет.

Современные исследования свидетельствуют, что альтруизм на грани риска наносит вред ментальному и соматическому здоровью волонтеров и может привести к психопатологии [12].

На наш взгляд, именно данная черта зооволонтеров нуждается в психологической коррекции.

Таким образом, мы выяснили, что уровень жизнестойкости зоозащитников с накоплением волонтерского опыта не меняется, а также определили, что волонтер-зоозащитник отличается от средней выборки повышенной склонностью к риску.

Действительно, анкетные данные говорят о том, что некоторые волонтеры могут брать кредиты в банках на волонтерскую работу, жертвовать отношениями, снижать уровень персонального комфорта, а также конфликтовать с представителями власти и с соседями. Это может приводить к социальной дезадаптации и изоляционизму.

По нашему мнению, психологическая коррекция склонности к риску должна стать одним из направлений психологического консультирования волонтеров-зоозащитников.

Результаты данного исследования можно считать еще одним шагом к описанию психологических особенностей и составлению алгоритма психологического консультирования волонтеров-зоозащитников.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бареев М. Ю., Самойлова Е. А. Становление зооволонтерского движения: региональный опыт // Регионология. 2018. №1 (102).
2. Боровик М. А., Михель Д. В. Движения по защите животных: история, политика, практика // ЖИСП. 2010. №2.
3. Воробьева А. Е., Скипор С. И. Сравнительный анализ характеристик деятельности зооволонтеров и волонтеров, помогающих людям // Человеческий капитал. 2020. №9 (141).
4. Горбулёва М. С., Мелик-Гайказян И. В., Мелик-Гайказян М. В. Почему российские защитники животных такие и так действуют? // Социологические исследования. 2016. № 4. С. 157–158.
5. Левченко Н. В. Российские зоозащитники: кто они и как действуют? // Социологические исследования. 2015. № 2. С. 151–155.
6. Леонтьев Д. А., Рассказова Е. И. Тест жизнестойкости. М.: Смысл, 2006. 63 с.

7. Петухова Т. А. Зоозащитное движение в современном мегаполисе: структура и способы мобилизации ресурсов. URL: <https://www.hse.ru/edu/vkr/296293044> (дата обращения: 21.10.2020).
8. Полутин С. В., Самойлова Е. А. Социологический портрет российского зоозащитного движения // Регионоведение. 2020. №1 (110).
9. Смирнова К. И. Анализ жизненных стратегий волонтеров в сфере зоозащиты на примере индивидуального и институционализированного зооволонтерства в г. Санкт-Петербург. URL: <https://www.hse.ru/edu/vkr/366813030> (дата обращения: 21.10.2020).
10. Тиллих П. Мужество быть // Тиллих П. Избранное. Теология культуры. М.: Юрист, 1995. С. 7–132.
11. Фонд защиты городских животных. Программа психологической поддержки зооволонтеров «Перезагрузка». URL: <http://zoovolonter.com/> (дата обращения: 21.10.2020).
12. Якимова Е. В. Феномен альтруизма: новые аспекты и современные аналитические тенденции // Социологический ежегодник. 2013.
13. Khoshaba D., Maddi S. Early Antecedents of Hardiness // Consulting Psychology Journal. Spring, 1999. Vol. 51. № 2. P. 106–117.

УДК 159.9

Фадеева Юлия Викторовна
магистрант кафедры психологии РХГА
iuliyafadeeva@yandex.ru

ПСИХОЛОГИЯ ШКОЛЬНОЙ ЖИЗНИ И ТИПОЛОГИЯ ШКОЛЬНЫХ ТРУДНОСТЕЙ СОВРЕМЕННЫХ УЧАЩИХСЯ

Аннотация. В статье обсуждается термин «уклад школьной жизни» и описываются характерные психологические особенности таких явлений как буллинг, снижение учебной мотивации, несоответствие методик обучения особенностям развития современных детей. Предлагается типология школьных трудностей современных учащихся, включающая учебные, психологические и социально-обусловленные трудности.

Ключевые слова: уклад школьной жизни, школьные трудности, буллинг, учебная мотивация, методики обучения, успеваемость, личностные свойства, социальная позиция и социальная приемлемость.

Fadeeva Yu. V.

PSYCHOLOGY OF SCHOOL LIFE AND TYPOLOGY OF SCHOOL DIFFICULTIES OF MODERN STUDENTS

Abstract. The article discusses the term “way of school life” and describes the characteristic psychological features of such phenomena as bullying, reduced educational motivation, and inconsistency of teaching methods with the development of modern children. A typology of school difficulties of modern students is proposed, including educational, psychological and socially-related difficulties.

Keywords: school life style, school difficulties, bullying, educational motivation, teaching methods, academic performance, personal characteristics, social position and social acceptability.

Школьная жизнь оказывает колоссальное влияние на формирование личности ребенка. Особое внимание стоит уделить, так называемому, укладу школьной жизни. Данный термин используется в Федеральном государственном образовательном стандарте, в контексте того, что благодаря ему создается социальная среда развития учащихся, включающая урочную, внеурочную, общественно значимую деятельность и т. д.

В зарубежной литературе синонимами уклада школьной жизни служат такие понятия как «институциональный контекст образования», «скрытое учебное содержание».

В отечественной литературе мысли об укладе школьной жизни можно найти у таких авторов как: А. Н. Тубельский, П. Ф. Каптерев («духовная физиономия школы»), А. С. Макаренко, В. А. Сухомлинский («дух школы»)

Б. В. Куприяновым были проанализированы идеи различных авторов по этой теме и предложено понимать уклад жизни школы как установившийся порядок образовательных отношений определенного типа, предназначенный для социокультурного воспроизводства.

Уклад школы объединяет и систематизирует педагогов, учащихся и родителей в плане ценностей, отношения друг к другу.

Всё же, стоит заметить, что, каким бы ни был уклад школьной жизни, в ней будут существовать различные проблемы, как психолого-педагогического, так и социально-психологического характера.

Так, одной из проблем является **буллинг** — неблагоприятное положение ребенка в классе, которое сказывается на негативном отношении к нему со стороны одноклассников, сопровождаемом недопустимыми поведенческими реакциями, унижающими его личность и граничащими с физическим насилием. Надо к этому добавить — и отрицательно влияющими на развитие его личности, на его учебную успешность.

В 2013 году психологами А. А. Бочавер и К. Д. Хломовым было проведено исследование, по результатам которого выявилось, что вынужденность и неизбежность участия в той или иной социальной группе создает особые условия для возникновения буллинга [2].

Существуют некоторые качества, свойственные лицам, подвергающимся буллингу, они были описаны Р. Фэрис и Д. Фелми.

Так, жертвам буллинга характерно частое наличие отрицательных эмоций, таких как: грусть, гнев, тревога, фрустрация, низкая самооценка. Буллингу бывают подвержены и те дети, которые участвует в некой борьбе за высокий социальный статус в коллективе сверстников; это приводит к его столкновениям с другими претендентами. Буллинг имеет свою структуру и обязательно включает в себя жертву, инициатора (буллера), участников, поддерживающих буллера и свидетелей.

Очень важно отметить, что буллинг, являясь сложным социальным явлением с определенной иерархией и структурой, отрицательно влияет на всех его участников.

Следующей проблемой, с которой сталкивается современная школа, является постоянное увеличение количества гиперактивных детей. Такие дети нуждаются в особом психолого-педагогическом сопровождении, которое школа не всегда в состоянии обеспечить, в связи с этим возникают немалые сложности. Детям с СДВГ (синдромом дефицита внимания и гиперактивности) крайне непросто подстраиваться под ритм обучения, так как для них характерны: неусидчивость, нарушения внимания, импульсивность (А. Л. Сиротюк, Н. Н. Заваденко, Ю. С. Шевченко и др.) [7, 3, 8].

Не менее часто встречается проблема отсутствия желания учиться, причин тому может быть достаточно большое количество, например: влюбленность, протест против того, кто ребенка учит (учитель, родители), заниженная самооценка, а также способ обучения. Нередко причиной снижения учебной мотивации является семейное неблагополучие, состояние здоровья, зафиксированные случаи отклоняющегося поведения, которым ученика всячески попрекают, вызывая этим ответное некорректное поведение, которое проявляется в грубости, провокациях, срывах уроков, хамстве.

Сложности в общении, агрессивность, личностная и ситуативная тревожность, низкая самооценка, и другие психологические причины также влияют на формирование трудностей в обучении.

Кроме того, еще одной проблемой, с которой сталкивается современная школа являются недостатки школьных методик, которые не всегда соответствуют возрастным особенностям психического развития детей, а часто и противоречат его естественному ходу. Например, обучение школьников чтению должно предшествовать формированию навыков письма. Если у учащихся еще

не сложился комплексный визуально-аудиальный образ слова, то при письме они будут кое-как переписывать слова по буквам. При этом характерными ошибками могут быть приписывания, недописывания, выпадения различных элементов слова и отдельных букв, поэтому необходимо сначала сформировать комплекс буквенных образов-представлений, которые позволят совершать переход от звуков к графическому изображению.

Таким образом, в настоящее время в школьном образовательном процессе существует целый ряд проблем, которые могут оказаться причинами возникающих у детей школьных трудностей. Типологически эти проблемы и возникающие на их основе школьные трудности можно обозначить как:

- социально-психологические и групповые (искаженная мотивация и связанные с ней трудности выстраивания социально-психологической позиции в классе — от изоляции до позиции жертвы буллинга; причины — семейное неблагополучие, ограничения по здоровью, зафиксированные случаи девиантного поведения, которыми ребенка попрекают, вызывая негативную ответную реакцию).

- индивидуально-психологические (трудности личностного характера; причины — отсутствие психологического образования у педагогов и ограниченные возможности школьных психологов, если таковые даже в школах имеются)

- учебные (трудности в освоении учебного материала; причины — большое количество детей с СДВГ, дислексией, дисграфией, а также нечувствительность школьных учебных программ по отношению к типологическим особенностям мозговой деятельности учащихся).

Поскольку проблемы, лежащие в основе учебных трудностей, это скорее педагогические проблемы, чем психологические, ограничимся только их фиксированием. А социально-психологические и индивидуально-психологические трудности рассмотрим подробнее.

Так, к трудностям личностного характера мы относим неадекватную самооценку. Самооценка младших школьников является крайне важным фактором, влияющим как на их школьную жизнь в целом, так и на трудности в обучении.

На то, как формируется самооценка в младшем школьном возрасте большое влияние оказывают активные действия, а также

самонаблюдение и самоконтроль. Различные занятия, игры и увлечения обращают внимание ребенка на себя, создают ситуации, в которых он должен как-то к себе относиться, оценивать свои умения, свою деятельность.

Адекватная самооценка способствует тому, что ребенок чувствует себя счастливым, уверенным в себе, он способен преодолевать трудности.

Дети, у которых отмечается низкая самооценка имеют высокий уровень тревожности, им трудно устанавливать социальные контакты, испытывают трудности в обучении.

Л. И. Божович [1] было выявлено, что причинами неадекватной самооценки детей младшего школьного возраста являются некоторые упрощения в учебной деятельности и общении.

Еще одной актуальной проблемой среди факторов индивидуально-психологического развития является тревожность, которая достаточно часто встречается в школьной практике.

Школьная тревожность часто проявляется в том, что ребенок чрезмерно беспокоится в различных учебных и коммуникативных ситуациях, волнуется, ожидает плохого отношения к себе со стороны сверстников и педагогов. Также при этом ребенок ощущает свою неполноценность и неадекватность, присутствует неуверенность в своих решениях и в поведении.

А. М. Прихожан [6] были выделены определенные особенности тревожных детей в школе. Во-первых, таким детям достаточно сложно определить основную задачу работы и сосредоточиться на ее выполнении. Во-вторых, при возникновении неудач в выполнении задания, ребенок с повышенной тревожностью отказывается от его выполнения. Кроме того, у таких детей отмечаются некоторые странности в поведении.

К индивидуально-психологическим трудностям нами также была отнесена агрессивность.

Под агрессивностью стоит понимать свойство личности, которое заключается в готовности и предпочтении использования насильственных средств для реализации собственных целей. Прежде всего, эмоциональным компонентом агрессивного состояния является гнев.

Важно заметить, что по мнению В. Клайн [5], агрессия в приемлемой форме играет большую роль в умении ребенка адапти-

роваться, достигать успехов, проявлять самозащиту и отстаивать свои права.

Однако, если агрессия начинает проявляться в неприемлемой форме, то это приводит к весьма неблагоприятным последствиям.

Проблема адаптация- следующая индивидуально-психологическая проблема.

Проблема адаптации младших школьников очень актуальна в настоящее время, так как условия окружающей среды всегда меняются и процесс адаптации оказывается непрерывным. По мнению Н. П. Капустина [4], главной целью школы в адаптации учащихся является создание благоприятных условий для самореализации ученика.

Кроме индивидуально-психологических трудностей нами была выделена группа социально-психологических трудностей, в которую вошли следующие критерии: социометрический статус, проблемы со здоровьем, семейное неблагополучие, девиантное поведение.

Стоит заметить, что в младшем школьном возрасте ведущей потребностью является потребность в общении, для ее удовлетворения ребенок должен быть социализирован и иметь положительный социальный статус. В связи с этим, социометрический статус — это критерий, на который важно обращать внимание в контексте психологических проблем младшего школьника.

Проблемы со здоровьем, семейное неблагополучие и девиантное поведение также являются неблагоприятными факторами, которые способствуют возникновению школьных трудностей.

С целью профилактики и преодоления школьных трудностей нами были разработаны рекомендации для учителя, психолога и социального педагога.

Так, классным руководителям рекомендуется:

- теснее взаимодействовать со школьным психологом,
- прибегать к помощи родителей
- уделять внимание не только учебной, но и воспитательной работе, направляя ее на формирование благоприятной атмосферы в классе, повышающей социальную приемлемость учеников.

Также для учителей было бы крайне полезно посещение семинаров по таким темам как:

1. Нейронауки, их цели, задачи, проблематика.
2. Нейрообразование — цели, задачи, проблематика, достижения.

3. Особенности обучения :

- детей-дислексиков
- детей с СДВГ
- детей с разными профильными особенностями латерализации
- детей с разными профилями перцептивной обработки информации
- детей разными уровнями сенсорной интеграции

Данные семинары в школе мог бы организовывать психолог, которому, в свою очередь, мы бы рекомендовали делиться результатами работы с учителями. Также, проанализировав результаты нашего исследования, мы пришли к выводу, что для большей эффективности психологической работы с детьми необходимо переходить на уровень семейного консультирования.

Кроме того, для достижения различных целей, в психологической работе было бы крайне уместно проведение различных тематических клубов, просмотр фильмов, организация экскурсий.

В качестве рекомендаций социальному педагогу мы бы представили следующие советы:

- организовать как можно более тесное взаимодействие со школьным психологом и школьным врачом, с целью более точного понимания проблем детей;
- проводить как можно больше информационной работы среди детей в различных форматах, целью которой является формирование границ дозволенного.

ЛИТЕРАТУРА

1. Божович Л. И. Проблемы формирования личности: избранные психологические труды / Под ред. Д. И. Фельдштейна. М.; Воронеж: Ин-т практической психологии, 1995.
2. Бочавер А. А., Хломов К. Д. Буллинг как объект исследований и культурный феномен // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2013. Т. 10. № 3. С. 149–159.
3. Заваденко Н. Н. Гиперактивность и дефицит внимания в детском возрасте : учебное пособие для вузов / Н. Н. Заваденко. 2-е изд., перераб. и доп. М.: Издательство Юрайт, 2019. 274 с.
4. Капустин Н. П. Педагогические технологии адаптивной школы: Учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / Н. П. Капустин. М.: Academia, 1999. 214 с.

5. Клайн В. Как подготовить ребенка к жизни. М.: Прогресс, 1991. 279 с.
6. Прихожан А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2000. 304 с.
7. Сиротюк А. Л. Нейропсихологическое и психофизиологическое сопровождение обучения / А. Л. Сиротюк. М.: ТЦ «Сфера», 2003.
8. Шевченко Ю. С. Коррекция поведения детей с гиперактивностью и психопатоподобным синдромом: Практическое руководство для врачей, психологов и педагогов. 2-ое изд. М.: Вита-Пресс, 1997. 52 с.

Цыс Вера Александровна
магистрант кафедры психологии РХГА
veratsys@gmail.com

ПРИМЕНЕНИЕ МЕТОДА ХРИСТИАНСКИ-ОРИЕНТИРОВАННОЙ БИБЛИОТЕРАПИИ В КОНСУЛЬТИРОВАНИИ ТРУДНЫХ ЖИЗНЕННЫХ СИТУАЦИЙ ДЛЯ НАХОЖДЕНИЯ ЛИЧНОСТНЫХ РЕСУРСОВ

Аннотация. В статье рассматриваются психологические и духовные основания метода христиански-ориентированной библиотерапии. Описывается метод библиотерапии с использованием текстов Священного Писания. Приводится подробное описание процесса консультирования трудной жизненной ситуации с использованием метода христиански — ориентированной библиотерапии для нахождения личностных ресурсов.

Ключевые слова: библиотерапия, личностные ресурсы, христианская антропология, трудная жизненная ситуация, позитивная психология, позитивное исследование, жизнестойкость.

Tsys V. A.

APPLICATION OF CHRISTIAN BIBLIOTHERAPY METHOD IN COUNSELING KLIENTS WITH HARD LIFE SITUATIONS FOR FINDING PERSONAL RESOURCES

Annotation. Article reveals psychological and spiritual basics of Christian bibliotherapy method. Describes bibliotherapy method that applies verses from the Holy Scripture. Provides detailed description of counseling process with application of Christian Bibliotherapy for finding personal resources in hard life situations.

Key words: bibliotherapy, personal resources, Christian anthropology, hard life situation, positive psychology, appreciative inquiry, hardiness.

Библиотерапия — лечение словом, написанным и произнесенным

Слово играет серьезную роль в жизни человека. Слова могут созидать и разрушать, врачевать и ранить; из-за своих слов человек может быть осужден или оправдан. Чтение считают одним из важных компонентов психотерапии. Русский писатель и библиограф Н. А. Рубакин в 1918 г. основал библиопсихологию на стыке психологии и литературоведения. Он отмечал важность конгруэнтности сообщения и его восприятия:

«С библиопсихологической точки зрения содержание слова вложенное надо резко разграничить от содержания того же слова, дошедшего до тех, кто слушает или читает: между тем и другим содержанием — пропасть» [16].

Библиотерапия (от греческого «библио» — книга, «терапия» — лечение) как метод психологической коррекции была известна еще с древних времен. Древние греки, начиная с Платона, применяли чтение книг для улучшения эмоциональных состояний. Авторство слова «библиотерапия» принадлежит С. Крозерсу, а появилось оно в 1916 г. Библиотерапия считается одним из методов психотерапии и применяется для лечения словом, нормализации психического состояния, воспитания в человеке терпения и человеколюбия [6], особенно в трудных жизненных ситуациях.

Трудная жизненная ситуация и ее оценка

В оценке любой жизненной ситуации воспринимающим субъектом важным обстоятельством является то, как он ее интерпретирует и какое значение придает. На необходимость учета субъективной значимости для человека анализируемой ситуации обращали внимание многие исследователи (К. Левин, Р. М. Грановская, Л. Анциферова и др.).

Трудной называется ситуация, сопровождающаяся переживанием препятствий для осуществления жизнедеятельности, один или несколько параметров которой в индивидуальном сознании субъекта оцениваются неадекватно в сторону повышения их значимости по отношению к действительности» [7].

Трудные ситуации, по сравнению с кризисными или экстремальными, не угрожают жизни и здоровью и не затрагивают

экзистенциальных проблем. Согласно классификации Ф. Е. Василюка трудные жизненные ситуации подразделяются на четыре основных типа в соответствии с их особенностями: стресс, фрустрацию, конфликт и кризис [5]. В нашем исследовании степень трудности оценивалась по шкале от 1 до 10 баллов дважды: во время анкетирования респондентов и после их повторного тестирования.

Начальные оценки распределились следующим образом:

- «значительно выраженная», (8–10 баллов) — 13 (26 %) чел.
- «умеренная», (6–7 баллов) — 21 (42 %) чел.
- «слабо выраженная», (1–5 баллов) — 16 (32 %) чел.

Для того, чтобы взаимодействие человека и жизненной среды было эффективным в преодолении неблагоприятных жизненных обстоятельств, необходимо наличие как средовых, так и личностных ресурсов, способствующих минимизации и устранению противоречий между личностью и средой.

Личностные ресурсы

Важной частью личностного потенциала являются ресурсы, представляющие собой физические и духовные возможности человека, мобилизация которых обеспечивает выполнение его программ и способов (стратегий) поведения для предотвращения или купирования стресса [4]. Их формирование зависит как от условий окружающей среды, так и от активности самого человека, когда его внутренний потенциал взаимодействует с его возможностями на протяжении всей жизни [1]. Наш век — век высокой неопределенности, быстрых перемен и необходимости срочного выбора. Поэтому особенно важно иметь разумное отношение к психологическим ресурсам, которые помогают преодолевать постоянную базовую тревогу, актуализирующуюся в таких условиях.

Многие отечественные исследователи и ученые подходили к исследованию разных аспектов психологических ресурсов. Они выступают как стратегии жизни, ресурсы совладания, механизмы саморегуляции и регуляции деятельности и поведения, ресурсные состояния и др. [19]. Личностные ресурсы, как психические свойства, дают человеку ощущение позитивного эффекта и ощутимого преимущества, что способствует повышению его жизнестойкости. Для нахождения и осознания личностных ресурсов существует

много психологических подходов, в том числе, духовно-ориентированный — с использованием библиотерапии.

Метод психологического консультирования с использованием христиански — ориентированной библиотерапии

Метод христиански-ориентированной библиотерапии опирается на несколько подходов:

1. Психологический:

- позитивная психология (М. Селигман);
- модель позитивного исследования (Appreciative inquiry), Д. Куперрайдер [24];
- позитивное христианское консультирование (Appreciative Christian counseling) А. Санду, Ана Карас [26];
- краткосрочная позитивная психотерапия, фокусированная на решение, SFBT — Solution Focused Brief Therapy, (Стив де Шейзер, Инсу Ким Берг, Уайт М., Эпстон и др.).

2. Духовно-ориентированный подход на основе христианской антропологии (Зенько Ю. М.; П. Майер, Ф. Минирт, Ф. Уичерн, Д. Ратклиф, Черняева С. А., Г. Коллинз, Д. Адамс и др.).

Помимо диагностической, коммуникативной и психотерапевтической функций, христиански-ориентированная библиотерапия выполняет моделирующую функцию. При этом клиент обращается к своему позитивному опыту решения трудностей в прошлом. Происходит смещение локуса контроля с проблемы на духовный смысл происходящего, влияя на процесс осознания клиентом важности проявления своего внутреннего отношения, решений, поступков и своей позиции в свете христианских ценностей. В консультировании применяется чтение и анализ библейского текста, который подбирается консультантом, исходя из ситуации и запроса клиента. Можно использовать, например, следующие стихи из Священного Писания:

1. «Уповай на Господа и делай добро; живи на земле и храни истину», Пс.36:3
2. «Утешайся Господом, и Он исполнит желание сердца твоего», Пс. 36:4 [3, с. 584].

Библиотерапия с применением библейских текстов помогает преодолевать психотравмирующую ситуацию и формирует веру

в наличие и получение помощи Свыше. Большое внимание теме изменения личностного отношения клиента к своей проблеме уделяет также позитивная психология, исследуя разные способы поиска потенциала или ресурса личности для выхода из травмирующей ситуации.

Методы позитивной психологии

Позитивная психология (М. Селигман и др.) обращается к позитивному потенциалу, который есть у каждого человека. В этом подходе человек — не жертва обстоятельств, но создатель своей жизни, который имеет возможность за счет позитивного мышления развивать сильные стороны своей личности. Слово «positivum» обозначает — «положительный». Фокусированная или ориентированная на решение краткосрочная позитивная психотерапия SFBT (Solution Focused Brief Therapy — автор Стив де Шайзер и др.) применяется в работе со здоровыми людьми, испытывающими определенные психоэмоциональные затруднения, и помогает находить решения относительно возникших жизненных сложностей [9]. Особенностью этого подхода является психотерапевтическое воздействие на ресурсы, которые есть у человека. Вместо поиска причин и источников проблемы на первое место выходит вопрос: «Что можно сделать?» [23].

Одно из направлений позитивной психологии раскрывает идею теории и практики саногенного мышления: смены взгляда на травмирующие ситуации. Так как освободиться от всех жизненных трудностей нереально, человеку необходимо заменить «токсичное» видение мира, на более диалектическое мировоззрение.

Главный вопрос теории: «Как следует мыслить свое собственное страдание?» [13]. При этом не исследуются причины конфликта или эмоционального дискомфорта, не ставится вопрос «Почему?» Саногенное мышление сосредоточено на поиске личностных ресурсов путем конструктивного переосмысления человеком прошлого опыта и нахождения в нем позитивного опыта [14]. Очень важным для личности в трудной жизненной ситуации является укрепление и повышение оптимистичности своей позиции. Эту задачу решает модель позитивного исследования Д. Куперрайдера.

Модель позитивного исследования (appreciative inquiry)

Модель позитивного исследования (appreciative inquiry) сосредотачивается на поиске и укреплении ценностей и сильных сторон, уже имеющихся у человека или организации, которые могут стать основой для успешных изменений. Термин «позитивный» в этом подходе является синонимом позитивного принятия [24]. Метод «позитивного исследования» заключается в умении задавать вопросы из разряда «безусловно позитивных» [25]. Создатель метода Д. Куперрайдер делает акцент на том, что, анализируя трудные ситуации, важно переключать внимание с недостатков на возможности, устремляя человека в лучшее будущее.

Ниже приводятся некоторые из принципов социального конструирования, когда в процессе совместного с консультантом конструирования «предпочитаемой реальности» используется уже имеющийся позитивный опыт клиента или организации:

1. Безвыходных ситуаций нет, в каждом обществе, компании или для отдельного человека всегда есть то, что для него работает.
2. То, на чем человек фокусируется, становится его реальностью.
3. Реальность — категория изменчивая, она создается в представлении человека на каждый момент времени, и у каждого есть своя версия этой реальности.
4. Задавая вопросы человеку или группе, мы способны оказывать на них влияние
5. Люди более спокойно двигаются к будущему, когда они могут опираться на что-то лучшее, взятое из своего прошлого опыта [23].

Все рассмотренные выше подходы позитивной психологии к поиску личностных ресурсов в трудной жизненной ситуации во многих аспектах совпадают с духовно-ориентированным психологическим консультированием, основанным на христианской антропологии.

Христианская антропология и консультирование

Тему консультирования с позиций христианской антропологии, христианской, церковной психологии, духовно-ориентированной

психотерапии исследовали отечественные ученые Братусь Е. С., Василюк Ф. Е., Зенько Ю. М., Флоренская Т. А., Смирнова Е. Т., Черняева С. А. и др., а также ряд западных христианских исследователей: Джей Э. Адамс, Гари Коллинз, Лэрри Крабб, Пол Майер, Фрэнк Минирт, Фрэнк Уичерн, Дональд Ратклиф и др.

Христианская антропология зиждется на парадигме трихотомичности состояния человека: душевном, духовном и плотском. Подобное разделение человека на три части: дух, душу и тело — тоже является условным, и человек имеет целостность, как об этом говорится Первом Послании апостола Павла к Фессалоникийцам: «Сам же Бог мира да освятит вас во всей полноте, и ваш дух и душа и тело во всей целости да сохранится без порока в пришествие Господа нашего Иисуса Христа» (1Фес. 5:23) [3, с. 250].

Состояние одной части, может влиять на состояние остальных двух частей триединой сущности человека, созданного по Богу, в праведности и святости истины (Послание к Ефесянам 4:24) [3, с. 237]. Человек является существом целостным, но, с другой стороны, он выражает себя в таких аспектах, как духовный, душевный, телесный. Если бы человек был безгрешен, тогда бы его воля была освященной и свободной, и у Бога была бы возможность свободно действовать посредством нее. Но в силу того, что человек все-таки «испорчен» из-за грехопадения Адама и Евы, даже при условии рождения свыше от духа Божия, наличия автономной воли, отражающей его связь с Богом, в нем есть своеволие, привлекающее его ко греху. Таким образом, грех отделяет человека от Бога и делает его Богопротивником [21].

К христианским ценностям относятся ценность личности, которая имеет свободу выбора, несет ответственность за свою жизнь и принятие решений, осознает свою причастность к Богу, имеет веру в Него и др.

Суть христиански-ориентированной библиотерапии заключается в ее подходе к ценности личности человека. Говоря о методологическом основании христианской школы психотерапии, О. М. Красникова отмечает, что отношение к личности основано на христианской антропологии: «...психология личности начинается с того, что личность дана, как уже утвержденная базовая категория», и на христианской антропологии» [8]. Исходя

из этого положения, как христианин-клиент, так и христианин-психолог ориентируются на духовные законы свободы, которая дана им во Христе, и ответственности перед Богом за то, каким образом они выстраивают свою жизнь, в том числе, и в трудностях.

Эти принципы лежат в основе метода христиански-ориентированной библиотерапии.

Описание метода христиански-ориентированной библиотерапии и его применения в консультировании

1. Знакомство, установление контакта с клиентом.
2. Расспрос. Оценивание клиентом проблемы по 10-балльной шкале.
3. Подбор места из Священного Писания, например: «Уповай на Господа и делай добро, живи на земле и храни истину», Пс. 36:3 [3, с. 584].
4. Обсуждение ключевых слов текста: **Господь, Бог, уповай** и других слов текста с целью выяснения смысла и значения, которые открывает человек в этих словах.
5. Определение положительной истории разрешения трудной ситуации в прошлом
6. Уточнение клиентом своих действий в прошлой трудной ситуации, о которой он вспомнил, с точки зрения их правильности перед Богом.
7. Актуализация позитивного опыта, который вынес клиент из этой ситуации.
8. Перемещение локуса контроля клиента с ситуации невозможности на позитивный опыт решения проблем в прошлом.
9. Создание условий мотивации к принятию решений.
10. Духовная оценка клиентом возможных результатов действий, следующих из его решения.
11. Формирование у клиента ресурса веры.
12. Повторная оценка проблемы по 10-балльной шкале.
13. Обратная связь. Оценивание уровня достижения цели и достигнутых результатов.
14. Завершение. Возможна краткая молитва благодарности Богу за Его помощь.

Краткое описание исследования

Целью исследования является эмпирическое определение степени влияния христиански-ориентированной библиотерапии и видеотерапии с использованием информационных технологий на процесс и результат осознания личностных ресурсов у клиентов, в зависимости от их отношения к христианским ценностям.

Гипотеза: христиански-ориентированная библиотерапия, как способ психокоррекции отношения к жизненным трудностям за счет смещения локуса контроля, дает более высокий результат осознания личностных ресурсов у клиентов, имеющих более выраженное положительное отношение к христианским ценностям по сравнению с клиентами, у которых оно выражено в меньшей степени.

Выборка исследования. В исследовании приняло участие 50 человек: 7 (14 %) мужчин и 43 (86 %) женщины. По возрасту респонденты распределились в две группы: от 20 до 40 лет — 31 (62 %) человек, от 41 до 60 лет — 19 (38 %) человек. Высшее образование имели 32 (64 %) респондента, у остальных 18 (36 %) — образование средне-специальное. Все 50 (100 %) респондентов указали на свою принадлежность к христианству.

По степени выраженности отношения к христианским ценностям было выделено три группы:

- группа 1: «значительно выраженная» (41–46 баллов) — 20 (40 %) чел.;
- группа 2: «умеренная» (31–40 баллов) — 21 (42 %) чел.;
- группа 3: «слабо выраженная» (10–30 баллов) — 9 (18 %) чел.

По степени выраженности следования христианскому вероучению на практике оценки распределились следующим образом:

- группа 1: «значительно выраженная» (15–18 баллов) — 25 (50 %) чел.;
- группа 2: «умеренная» (11–14 баллов) — 10 (20 %) чел.;
- группа 3: «слабовыраженная» (5–10 баллов) — 15 (30 %) чел.

Основные методики исследования:

1. Тест жизнестойкости Мадди в адаптации Д. А. Леонтьева и Е. И. Рассказовой, шкалы: Вовлечённость; Контроль; Принятие риска; Жизнестойкость [10].
2. Тест по оценке уровня самоактуализации личности («САМОАЛ»), Н. Ф. Калина, А. В. Лазукин; шкалы: Ценности; Автономность; Самопонимание; Аутосимпатия [20].

Заключение

Исследование выявило, что духовные возможности человека являются важной частью его личностных ресурсов: чем выше оценка уровня отношения к христианским ценностям, тем ниже респонденты оценивают трудность жизненной ситуации. После прохождения всех этапов исследования (анкетирования, тестирования, видеотерапии и библиотерапии) повторные оценки степени трудности своей жизненной ситуации, оказались значительно ниже первоначальных:

- группа 1: «значительно выраженная» (8–10 баллов) – 13 (26%) чел.; снижение в среднем на 4, 92 балла;
- группа 2: «умеренная» (6–7 баллов) – 21 (42%) чел.; снижение в среднем на 2, 33 балла;
- группа 3: «слабо выраженная» (1–5 баллов) – 16 (32%) чел.; снижение в среднем на 1, 84 балла.

Отмечено значительное повышение уровня жизнестойкости у двух групп со «значительно выраженной» и «умеренной» оценками важности христианских ценностей. У группы респондентов, со «слабо выраженной» оценкой христианских ценностей выявлено снижение уровня жизнестойкости. Результаты по группам:

- группа 1: «значительно выраженная» оценка (8–10 баллов) – 20 (40%) чел.; повышение в среднем на 5,05 баллов;
- группа 2: «умеренная» оценка (6–7 баллов) – 21 (42%) чел.; повышение в среднем на 3,09 балла;
- группа 3: «слабо выраженная» оценка (1–5 баллов) – 9 (18%) чел.; снижение в среднем на 3,11 балла.

Проведенные исследования показали, что христиански-ориентированная библиотерапия является результативным методом психокоррекции и психологической помощи в осознании человеком личностных ресурсов. Применение этого метода повышает уровень жизнестойкости, который непосредственно связан с наличием у клиента личностных ресурсов. Рост жизнестойкости напрямую связан с оценкой отношения к христианским ценностям: чем выше эта оценка, тем выше жизнестойкость по сравнению с респондентами, отношение которых к христианским ценностям характеризуется «слабо выраженной» оценкой.

ЛИТЕРАТУРА

1. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания. СПб.: Питер 2001, 288 с.
2. Атлас новых профессий // Режим доступа: <http://atlas100.ru/> (дата обращения: 22.04.2020).
3. Библия, Книги Священного Писания Ветхого и Нового Завета, канонические в русском переводе с параллельными местами. Львов, 2009.
4. Бодров В. А. Проблема преодоления стресса. Часть 2. Процессы и ресурсы преодоления стресса [Текст] / В. А. Бодров // Психологический журнал. 2006. Т. 27. № 2. С. 113–122.
5. Василюк Ф. Е. Психология переживания. М.: Изд-во МГУ, 1984.
6. Дрешер Ю. Н. Библиотерапия: теория и практика: учебное пособие. СПб.: «Профессия», 2008. 269 с.
7. Концепция психологии активности в жизненных ситуациях. Е. А. Беллан // Режим доступа: http://vestnik.uspu.org/releases/2011_3pp/52.pdf (дата обращения: 6.04.2020).
8. Красникова О. Христианские ценности в духовно-ориентированной психотерапии и консультировании // Режим доступа: <https://psyjournals.ru/mpj/2012/n3/57211.shtml> (дата обращения 10.09.2020).
9. Краткосрочная позитивная психотерапия SFBT // Режим доступа: https://ipmp-spb.ru/kratkosrochnaya_pozitivnaya_psikhoterapiya_sfbt (дата обращения: 1.10.2020).
10. Леонтьев Д. А., Рассказова Е. И. Тест жизнестойкости. М.: Смысл, 2006.
11. Личность в трудных жизненных ситуациях как актуальное направление копинг-исследований в России. Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, посвященной 35-летию Омского государственного университета им. Ф. М. Достоевского, 12–13 ноября 2009 г. // Режим доступа: <http://www.psy.omsu.ru/docs/term/termpaper21111964.pdf> (дата обращения: 2.10.2020).
12. Оганесян Н. Т. Библиотерапия: Самоактуализация психических состояний через поэзию. М.: Ось-89, 2002. 271 с.
13. Орлов Ю. М. Восхождение к индивидуальности. М.: Просвещение, 1991. 287 с.
14. Орлов Ю. М. Обида, вина // Режим доступа: https://royallib.com/read/orlov_yuriy/obida_vina.html#0-yuriy-orlov-obida.html (дата обращения: 29.09.2020).
15. Позитивный подход к изменениям. Appreciative inquiry // Режим доступа: <http://ibcm.biz/позитивный-подход-к-изменениям-appreciative-inquiry-d-cooperri/> (дата обращения: 30.10.2020).
16. Принципы и методы библиологической психологии (в их применении к медицинской практике) Н. Рубакин, П. Шмидт // Режим доступа: http://tverlingua.ru/archive/001/01_3_001.htm (дата обращения: 20.10.2020).

17. Психические состояния //Режим доступа: <http://www.grandars.ru/college/psihologiya/psihicheskoe-sostoyanie.html> (дата обращения: 29.09.2020).
18. Психотерапии позитивные Ионов Ю. А. // Режим доступа: https://www.b17.ru/article/psychotherapy_different_positive/ (дата обращения: 3.10.2020)
19. Современные концепции ресурсов субъекта профессиональной деятельности. Н. М. Водопьянова // Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennye-kontseptsii-resursov-subekta-professionalnoy-deyatelnosti> (дата обращения: 17.09.2020).
20. Тест по оценке уровня самоактуализации личности САМОАЛ // Режим доступа <https://world-psychology.ru/test-po-ocenke-urovnya-samoaktualizacii-lichnosti-samoal/> (дата обращения: 22.03.2020).
21. Франк С. Л. Реальность и человек. СПб.: Издательство РХГА, 1997. 448 с.
22. Черняева С. А. Развитие личности и психологическая помощь в свете христианского мировоззрения. СПб., 2002. 184 с.
23. Appreciative Inquiry / Технология подхода к работе с организациями «Позитивное исследование» О. Зотова // Режим доступа: <http://olgazotova.com/appreciative-inquiry/> (дата обращения: 1.10.2020).
24. Cooperrider D., Srivatsva S. Appreciative Inquiry in Organization Life. 1987 // Режим доступа: https://www.researchgate.net/publication/265225217_Appreciative_Inquiry_in_Organizational_Life (дата обращения: 2.10.2020).
25. Sandu A. Appreciative ethics. A constructionist version of ethics. LAP Lambert, Germany, 2012.
26. Sandu A., Ana Caras. Appreciative Christian counseling // Procedia – Social and Behavioral Sciences. 2014. 128. P. 87–92.

Доронкин Валерий Константинович
магистрант кафедры психологии РХГА
vkd1974@gmail.com

ОТЦЫ И ДОЧЕРИ: ФУНКЦИИ, РОЛИ И СЕМЕЙНЫЕ СЦЕНАРИИ

Аннотация. В статье освещаются различные аспекты взаимоотношений отцов и дочерей, влияние отцов на восприятие мира и психику дочерей, на их последующую жизнь. Данные исследований говорят, что роль отца в формировании психики дочери чрезвычайно важна. Качество их отношений оказывает влияние на ее взрослую жизнь.

Ключевые слова: отец, дочь, самооценка, значимость, мировоззрение, ответственность.

Doronkin V. K.

FATHERS AND DAUGHTERS: FUNCTIONS, ROLES, AND FAMILY SCENARIOS

Annotation. The article highlights various aspects of the relationship between fathers and daughters, the influence of fathers on the perception of the world and the psyche of daughters, on their subsequent life. Research evidence suggests that the father's role in shaping the psyche of his daughter is extremely important. The quality of their relationship has an impact on her adult life.

Key words: father, daughter, self-esteem, significance, worldview, responsibility.

Идея данной статьи зародилась более 20 лет назад, во время моей работы консультантом центра для алко- и наркозависимых, пациентами которого были мужчины и женщины от 25 до 45 лет. За полтора года работы я наблюдал порядка 20 женщин — у всех отмечалось некое сходство семейной ситуации. У пациентов-мужчин такого явного фактора не было.

Я заметил, что у всех этих женщин были выраженные проблемы с отцами. Отец либо был алкоголиком или наркоманом, либо родители были в разводе, отец в семье фактически отсутствовал.

Так родилась идея исследовать, что представляют собой отношения отцов с дочерьми, что пишут специалисты об этих отношениях.

По словам И. С. Кона, «родители по-разному и с разным успехом воспитывают детей своего и противоположного пола...» [1].

По исследованиям Т. В. Андреевой и С. О. Муромцевой [2], только отец способен сформировать у ребенка способности к инициативе и противостоянию групповому давлению.

От привязанности ребенка к отцу зависит его самооценка: чем меньше привязанность, тем ниже самооценка. И чем меньше привязанность, тем меньшее значение ребенок придает духовным и социальным ценностям по сравнению с материальными и индивидуалистическими [3].

Папы чаще играют с детьми, участвуют в семейных развлечениях, заступаются за детей, учат их постоять за себя.

В исследовании было выявлено, что страх перед отцом когда-либо испытывали 49,2% женщин [2], причем большинство из них — на протяжении достаточно длительного периода времени (нескольких лет). Это происходило обычно при определенных обстоятельствах, например, в детском возрасте (а у некоторых и в подростковом), когда отец бил; в подростковом возрасте, когда дочь поздно возвращалась домой.

Большинство (82,5%) дочерей рассказывали о переживании радости, восторга, счастья, гордости в те моменты, когда они с отцом куда-либо шли. Только две женщины отметили, что чувствовали себя неловко рядом с папой. Из всей выборки 12,6% человек признались, что им никогда не приходилось куда-либо ходить с отцом.

Как правило, в этих семьях практически все время на протяжении развития дочерей ими занималась только мама.

Полученные в этом исследовании данные также свидетельствуют о том, что, чем лучше отношение отца к дочери (и, соответственно, его образ дочь вспоминает позитивно) и чем больше его воспитательный вклад, тем выше ее самооценка, симпатия к себе, самопринятие, уверенность в себе, высокий самоконтроль, адекватность, смелость и ответственность.

Данные этого исследования позволяют сделать вывод о высокой значимости для дочерей общения с отцами, о том, что отцовская роль в становлении личности, формировании интересов, развитии креативности дочери часто превышает материнскую.

Отец оказывает существенное влияние на формирование «Я-концепции» дочери, на развитие жизненно важных личностных свойств, касающихся эмоционально-волевой сферы.

В работе И. О. Шевченко указывается, что практически все выросшие дети отмечают колоссальную значимость отца в своей жизни [4]. Образ отца обычно положителен. Безусловное исключение составляют отцы, которые пьют. Употребление алкоголя отталкивает ребенка. Негативные эмоции у детей также связаны с отцом, который не считает нужным поддерживать ребенка.

Отец — значимый субъект как для сына, так и для дочери. Отношения к сыновьям и дочерям у отцов разные. С мальчиков больше требуют, чаще проявляют жесткость. Девочек любят, ласкают, балуют. Требуют тоже (в отличие от мам), но по-другому. И для сыновей, и для дочерей отец является объектом подражания. Для мальчиков — это образ мужчины, они буквально «лепят» себя с отца. Для девочек отец часто является образцом будущего мужа. Но и девочки хотят быть похожими на отцов, копируют их характер, манеры поведения и даже бытовые привычки.

В каком возрасте отец оказывает особенно большое влияние на детей? Большинство авторов сходится на том, что в подростковом: отцы чаще, чем матери, склонны разговаривать с детьми о жизни и людях, тем самым формируя их характер и мировоззрение.

Конечно, во многих семьях возникает проблема понимания отцов и детей. Большинство молодых людей в исследовании И. О. Шевченко указали, что это понимание присутствует. При этом наблюдается следующая закономерность: чем больше отец интересуется жизнью ребенка и участвует в ней, тем больше возникает взаимопонимания. Если отец не занимается ребенком, найти общий язык бывает значительно труднее.

На просьбу описать идеального отца большинство респондентов ответили, что их отец — самый лучший в любом случае, даже

если он не идеален. Нашлись и такие, кто прямо писал: «Идеальный отец — это мой отец». Среди качеств идеального отца оказались: ответственность, отзывчивость, мудрость, ум, равнодушие к своему ребенку. Заинтересованность в жизни сына или дочери — вот то главное, чего не хватает детям слишком занятых или просто недостаточно активных отцов [4].

Повседневной реальностью сейчас являются разводы. Поскольку дети практически всегда остаются с матерью, они воспринимают это событие как уход отца из семьи.

Послеразводное общение ребенка с отцом обычно резко сокращается, иногда прекращается вовсе. Даже если отец по-прежнему присутствует в жизни ребенка, активно участвует в его воспитании и у них сохраняются теплые отношения, обида на отца все равно остается.

Какие функции выполняют отцы в семьях и какую роль они играют в воспитании ребенка?

1. Эмоциональная поддержка и защита в сложные моменты жизни: при смене учебного заведения, визите к врачу, проблемах в отношениях с друзьями.
2. Передача опыта и знаний о жизни, формирование мировоззрения.
3. Воспитание определенных человеческих качеств — ответственность, целеустремленность и др. Отец вселяет уверенность в себе.
4. Функция «добытчика» — большинство денег в семьях зарабатывают по-прежнему отцы.

Вместе с тем, существует обывательская точка зрения, что в жизни ребенка мать важнее, и если она есть, то отец вроде бы не обязательная фигура, его отсутствие не скажется на социализации детей. Выросшие дети подтверждают, что это глубокое заблуждение. Отец важен всегда, даже если он не живет вместе с ребенком и встречается с ним время от времени.

Психологические исследования также показывают: дети, выросшие без отцов, часто имеют пониженный уровень притязаний, повышенный уровень тревожности, у них чаще встречаются невротические симптомы. Отсутствие отца отрицательно сказывается на учебе и самоуважении. Дети «холодных», эмоционально отстраненных отцов чаще застенчивы, тревожны, их поведение

более антисоциально. Напротив, эмоциональная близость с отцом положительно отражается на ребенке [5].

Молодые люди, выросшие в семье без отца (в силу разных причин), в основном отрицательно относятся к матери и отсутствующему отцу. Это влияет на их взгляды, и будущее родительство для них представлено такими качествами, как недоверие к людям, повышенная тревожность, стремление к самоутверждению. В отношениях они эгоистичны, ставят свои интересы превыше всего; стремятся к самореализации в профессии и сфере образования. При этом придают большое значение семье как основе жизни.

Уникальность отца состоит еще и в том, что он способствует отделению ребенка от матери, вводит его в качественно новое пространство отношений, олицетворяет закон, порядок, устойчивость семейной структуры.

В ситуации, когда отцовский образ эмоционально негативен и холоден, некрепшее «Я» ребенка может не справиться с отсутствием поддержки и одобрения.

Отделение от матери, развитие чувства автономности в этом случае будут затруднены, отцовский образ не будет олицетворять собой адекватный закон и систему правил. Возможными последствиями этого являются проблемы с агрессией (по механизму идентификации с агрессором, чтобы справиться с чувством вины, стыда, разочарования, злости) либо депрессивная симптоматика.

Резюмируя все сказанное, можно сделать вывод, что отец оказывает существенное влияние на психическое развитие дочери, а также на развитие ее жизненно важных личностных свойств, касающихся эмоционально-волевой сферы.

В нашем случае этот вывод подтверждается на уровне неструктурированных наблюдений в рамках нашей консультативной практики в реабилитационном центре для алко- и наркозависимых.

В числе людей, обратившихся в центр за помощью, значительный процент — это молодые девушки.

Фрагментарное использование методов беседы и интервью с ними убеждают в том, что в их анамнезе явно присутствуют искаженные отношения с отцами — либо пьющими, либо не уделяющими должного времени и внимания общению с дочерью.

ЛИТЕРАТУРА

1. Кон И. С. Ребенок и общество. М., 1988. 272 с.
2. Андреева Т. В., Муромцева С. О. Воспитательная роль отца и становление дочери // Вестник СПбГУ. Сер. 12. 2011. Вып. 1.
3. Дружинин В. Н. Психология семьи. М., 1996. 160 с.
4. Шевченко И. О. Значимость отца в представлениях выросших детей. 2011.
5. Мей Р. Сила и невинность. М.: Сфинкс, 2002. 149 с.

Струцкая Лариса Михайловна
магистрант кафедры психологии РХГА
larastru@gmail.com

ОПЫТ ПСИХОКОРРЕКЦИИ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ В МАЛОЙ ГРУППЕ В ФОРМАТЕ ОНЛАЙН ВСТРЕЧ

Аннотация. Разработана и проведена программа по коррекции пищевого поведения в малой группе в онлайн формате. Программа основана на биопсихосоциодуховном подходе и включает комплекс методов, среди которых трансактный анализ, инструменты когнитивно-поведенческой и диалектической поведенческой терапии, арт-терапии, нейролингвистического программирования, коучинга, ведение чата на канале Telegram с участниками группы на протяжении всего периода работы в программе. Эффективность программы оценена в рамках диагностического исследования, проведенного до и после коррекции.

Ключевые слова: нарушения пищевого поведения, психокоррекционная программа, биопсихосоциодуховный подход, онлайн встречи

Strutskaya L. M.

ONLINE-PSYCHOCORRECTION OF EATING BEHAVIOR IN A SMALL CORRECTION GROUP

Annotation. We developed and carried out an online small group program to correct participants' eating behavior. The program is based on a biopsychosocial-spiritual approach and includes psychological techniques such as transactional analysis, tools of cognitive-behavioral and dialectical behavioral therapy, art therapy, neuro linguistic programming techniques, coaching, chatting on the Telegram channel with group members throughout the entire period of work in the program. The effectiveness of the program was assessed by the diagnostic study conducted before and after correction.

Key words: eating disorders, psychocorrectional program, biopsychosocial-spiritual approach, online meetings.

Гармоничное пищевое поведения — это удовлетворение с помощью пищи физиологических потребностей организма. При стремлении удовлетворить с помощью пищи психологические потребности (в любви, комфорте, безопасности) пища может превратиться в объект аддикции [2].

Пищевая зависимость — это наиболее часто встречающийся вид аддиктивного поведения, чему способствует доступность пищи и социальная приемлемость такого вида аддикции [1].

Пищевая зависимость вызывает нарушения пищевого поведения, которые могут привести к клинически диагностируемым расстройствам и тяжелым формам заболеваний (сахарный диабет, гипертония, болезни сердца и сосудов, заболевания желудочно-кишечного тракта, болезни опорно-двигательного аппарата) [4].

Коррекция пищевого поведения является востребованной в современном обществе из-за опасности распространения проблемы как недостаточного, так и избыточного веса, и особенно высокого распространения ожирения.

Симптоматическая коррекция, направленная на изменение внешних обстоятельств, связанных с перееданием, на наш взгляд, не является достаточно эффективной, поскольку причины нарушения пищевого поведения носят не поверхностный, а более глубокий, системный характер.

В рамках нашего исследования была создана и апробирована программа психокоррекции пищевого поведения в малой группе в формате онлайн встреч.

Методологическую основу исследования составляет биопсихосоциодуховный подход, заключающийся в выявлении симптомов и причин пищевой зависимости на всех четырех уровнях: биологическом, психологическом, социальном и духовном; и в коррекционной работе в группе на всех этих уровнях с использованием гибкого сочетания методов.

Программа была осуществлена в виде встреч группы в онлайн формате на платформе Zoom.

Онлайн формат групповой работы вносит свои особенности, в частности, для достижения необходимой групповой динамики нужны дополнительные инструменты, однако групповое консультирование в онлайн формате может быть не менее эффективным, чем традиционные формы офлайн встреч [3].

Программа включает разнообразные методы, среди которых трансактный анализ, инструменты когнитивно-поведенческой и диалектической поведенческой терапии, арт-терапии, нейролингвистического программирования, коучинга, ведение чата на канале Telegram с участниками группы на протяжении всего периода работы в программе.

Программа включает 12 занятий по 1,5 часа в интерактивном режиме.

Цели программы коррекции:

1. Повышение осознанности своего отношения к питанию у участников исследования: осознание участниками той роли, которую они приписывают пище в удовлетворении своих потребностей на четырех уровнях БПСД модели: на уровне духовных ценностей, на уровне эмоциональных связей и мыслительных стереотипов, на уровне удовлетворения физиологических и социальных потребностей.

2. Осознание своих реальных потребностей, отказ от удовлетворения нефизиологических потребностей с помощью пищи, определение и применение адаптивных стратегий удовлетворения потребностей.

3. Гармонизация пищевого поведения и физической активности.

Задачи программы коррекции:

1. Повышение мотивированности участников на изменение пищевого поведения через:

- a. Информирование об опасностях ожирения и связанных с ним болезней;
- b. Рассказ об историях успеха из жизни консультантов и известных людей;
- c. Истории о том, как важно осознавать необходимость перемен и начать действовать;
- d. Информирование о типах мотивации;
- e. Технику «Напиши себе письмо из будущего», когда участники в качестве домашнего задания пишут себе мотивационное письмо от себя из будущего, в котором цели достигнуты и все препятствия преодолены.

2. Информирование участников о правильном питании и типах нарушений и клинических расстройств пищевого поведения.

3. Ознакомление с биопсихосоциодуховной моделью целостности человека для дифференциации потребностей и задач разных уровней.
4. Ознакомление с иерархией потребностей Маслоу.
5. Знакомство с концепцией эмоционального интеллекта, с основными эмоциями и физиологическими реакциями.
6. Привитие навыка отслеживать свои чувства и эмоции, и описывать свое эмоциональное состояние на групповой встрече.
7. Привитие навыка регулирования чувств и эмоций.
8. Привитие навыка различения физиологического и эмоционального голода.
9. Информирование о пищевой зависимости как причине нарушения пищевого поведения.
10. Преодоление отрицания как этап работы с пищевой зависимостью.
11. Исследование потерь в жизни участников вследствие пищевой зависимости, и проживание этапов горя для принятия прошлых потерь.
12. Исследование значимых отношений в жизни участников, которые повлияли на формирование пищевого поведения.
13. Знакомство с концепцией транзактного анализа. Повышение осознанности в отношении преобладающего эго-состояния и выработка навыка перехода в эго-состояние «Взрослый».
14. Привитие навыка формулировки целей, которые являются конкретными, измеримыми, достижимыми, значимыми и привязанными к срокам.
15. Повышение эффективности построения межличностных отношений.
16. Знакомство с концепцией стресс-менеджмента. Повышение эффективности в совладании со стрессом.
17. Знакомство с концепцией позитивного интеллекта. Выявление негативных стереотипов мышления (вредителей).
18. Осознание своих ресурсов на уровне духа, души, тела, социума для достижения желаемого состояния целостности, и составление дорожной карты для дальнейшей работы над целями.

Теоретическое содержание программы коррекции

Основные теоретические блоки, рассматриваемые в ходе программы коррекции:

- Распространение и опасность ожирения и связанных с ним болезней;
- Нарушения пищевого поведения; клинические расстройства пищевого поведения
- Правильное питание; питательные свойства и калорийность разных групп продуктов; осознанность в питании; правильный подход к похудению.
- Биопсихосоциодуховная модель целостности человека.
- Мотивация к изменениям поведения; типы мотивации.
- Иерархия потребностей.
- Эмоции и чувства. Концепция эмоционального интеллекта.
- Стресс-менеджмент. Методы совладания со стрессом.
- Цикл зависимости. Причины зависимости. Разные типы зависимостей. Пищевая зависимость, нарушения детско-родительских отношений как одна из основных причин пищевой зависимости.
- Этапы проживания горя.
- Структурный и трансактный анализ Эрика Берна.
- Постановка цели. Рамка результата. Построение дорожной карты как инструмент достижения целей.
- Концепция Позитивного интеллекта Ширзада Чамина.

Основные практические инструменты, используемые в программе коррекции:

- Круг чувств: описание участниками своего эмоционального состояния в данный момент и в процессе выполнения домашнего задания.
- Письмо себе из будущего в начале программы как инструмент мотивации.
- Ведение дневников: питания, чувств.
- Письменное заполнение опросников и анкет.
- Ответы на вопросы и обсуждение темы презентации в подгруппах.
- Инструменты лайф-коучинга: колесо жизненного баланса; инвентаризация; составление ментальных карт; мозговой штурм.
- Инструменты НЛП: модель SCORE, модель нейрологические уровни.
- Арт-терапия: нарисовать свое отрицание; составить коллаж желаемого будущего; интерпретировать иллюстрацию.

- Постановка целей по критериям SMART (точные, измеримые, достижимые, значимые, привязанные к срокам).
- Практическое упражнение на выявление истинных ценностей.

Эффективность программы была оценена по результатам диагностического исследования проведенного до и после программы коррекции и включающего оценку 19 параметров, которые являются шкалами 4 диагностических опросников: Голландского опросника пищевого поведения (англ. Dutch Eating Behavior Questionnaire, сокр. DEBQ), опросника «Стратегии совладающего поведения» (ССП), Торонтской Алекситимической Шкалы (TAS), Шкалы оценки пищевого поведения (ШОПП), и индекса массы тела. Статистически значимые изменения наблюдались по 7 параметрам: экстернальное пищевое поведение; копинг-стратегия бегство-избегание; булимия; неудовлетворенность телом; неэффективность; интероцептивная некомпетентность; индекс массы тела. По шкале перфекционизм изменения находятся в зоне неопределенности. Это значимые результаты, которые позволяют сделать вывод об эффективности программы.

ЛИТЕРАТУРА

1. Змановская Е. В. Девиантология: (Психология отклоняющегося поведения) Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. 2-е изд., испр. М.: Издательский центр «Академия», 2004. 288 с.
2. Короленко Ц. П., Дмитриева Н. В. Социодинамическая психиатрия. М.: «Академический проект»; Екатеринбург: «Деловая книга», 2000. 460 с.
3. Кошкин К. Групповая онлайн-терапия. Исследовательский отчет в виде цикла лекций / К. Кошкин — «Издательские решения».
4. Малкина-Пых И. Г. Исследование влияния индивидуально-психологических характеристик на результаты коррекции пищевого поведения и алиментарного ожирения // Сибирский психологический журнал 2008. № 30. С. 90–95.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПОСТСКРИПТУМ

УДК 159.9

Протасов Илья Сергеевич

выпускник кафедры психологии РХГА

ilan93@bk.ru

ЭСКАПИЗМ И ВИДЕОИГРОВАЯ ЗАВИСИМОСТЬ: СХОДСТВО И РАЗЛИЧИЯ

Аннотация. Статья носит полемический характер. Обсуждается тезис о том, что при возможном внешнем сходстве эскапизм и видеоигровая зависимость — это по своей сути разные психические явления.

Ключевые слова: эскапизм, уход от реальности, видеоигровая зависимость.

Protasov I. S.

ESCAPISM AND VIDEO GAME ADDICTION: SIMILARITIES AND DIFFERENCES

Annotation. The article is polemical in nature. The thesis that escapism and video game addiction are inherently different mental phenomena is discussed.

Keywords: escapism, escape from reality, video game addiction.

На сегодняшний день люди часто уходят от внешнего мира, причин для такого поступка много: стресс, повышенная тревожность, высокий уровень избегания неудач и так далее. Конечно, эскапизму могут быть подвержены все люди, но чаще всего под его влияние попадают люди подросткового или юношеского возраста. Это можно связать с несформированным пониманием себя или внешнего мира или же с недоверием миру.

Человеку необходимо периодически уходить от забот внешнего мира для восстановления сил, он может делать это разными способами, например: чтением книг, уходом в мечтание, любой творческой деятельностью. В связи с развитием новых технологий стал максимально доступен такой вид ухода от реальности, как видеоигры [1].

Видеоигры есть теперь не только в стационарных домашних компьютерах.

Благодаря развитию портативных гаджетов они стали доступны почти по всему миру. Неважно, где находится человек, он всегда может достать устройство, которое позволит ему уйти в мир игры. Тем более, что с развитием Интернета появилась возможность играть при помощи портативного устройства не одному, а с большим количеством людей (в некоторых случаях количество игроков может исчисляться в тысячах или миллионах в одном игровом мире).

При этом надо понимать, что в видеоигру встроены различные психологические механизмы, нацеленные на привлечение и удержание индивида в виртуальном мире.

Поскольку уход в виртуальный мир сопровождается и явлением эскапизма, и переходящую в зависимость погруженность человека в видеоигру, есть смысл разобраться в двух этих понятиях, определить, в чем состоит их сходство и в чем они различны. И начать логично с эскапизма.

Эскапизм. Это слово пришло к нам из английского языка, от глагола «to escape» — избегать, убегать, ускользать, спасаться. Глагол этот в свою очередь восходит к старофранцузскому *eschaper*, сформировавшемуся на базе средневековых латинских составляющих *ex-* 'из' + *сарра* 'плащ' (вероятно, имеется в виду «освободиться от одежды», «раскутаться»).

Большая часть определений эскапизма приводит к тому, что человек в ситуации кризиса, стресса или просто нежелания справляться с жизненными трудностями, хочет уйти от реального мира в придуманный им мир иллюзий. Исходя из этого, эскапизм, чаще всего, рассматривается как некое психическое расстройство или социальная девиация [2]. По сути, и то, и другое действительно относится к проявлениям эскапизма, однако, это не являются главными факторами в этом феномене.

Эскапизм — это вовсе не частный случай проявлений психики, который легко обнаруживается в ситуациях кризиса. Скорее наоборот, это одна из основных, неотъемлемых способностей психики человека. Она прочно связанная с фантазиями, воображением и познавательным инстинктом.

Например, Е. О. Труфанова делает довольно сильное заявление, говоря, о тяге человека к эскапизму. Вот цитата из ее статьи: «способность и тяга к эскапизму — это существенная черта человеческого бытия, одна из тех черт, которые проводят раздел между человеком и другими живыми существами, хотя даже животные за счёт познавательного инстинкта стремятся расширить границы сферы своего обитания» [3, с. 97].

В этой же статье Е. О. Труфанова предлагает выделять два типа эскапизма:

1) Мягкий — подразумевает деятельность, ведущую к уходу от предписанной социальной активности, например занятия творчеством, путешествия, просмотр фильмов, чтение книг и так далее.

2) Жёсткий — полный уход индивида в «другой мир», как это происходит, например, у некоторых групп участников ролевых игр. В случае с этим типом эскапизма нужно говорить не только об изменении окружения, но и об изменениях собственной психики, о бегстве от своего собственного «Я».

Эскапизм в видеоиграх, на наш взгляд, можно отнести как к первой, так и ко второй группе.

Для ухода от социальной активности подойдут игры с упором на игровой процесс, сюжет хоть и является всего лишь историей, однако, подразумевает социальный контакт с виртуальными персонажами следовательно игры с упором на сюжет не дадут того результата.

Игры, которые требуют определённых механических навыков, способны отвлечь человека от социальной составляющей и сосредоточить своё внимание исключительно на выполнении внутриигровых задач. Если же речь идёт о смене социальной активности, то наибольшего успеха тут достигли игры с упором на сюжет, механизм которых схож с просмотром фильма или прочтения книги, а отличается от них только интерактивностью самой игры.

В контексте игр, нацеленных на игровой процесс, возможен также и жёсткий вид эскапизма. Протагонист в таком жанре всё

же есть, хоть и не в привычном понимании этого слова; это скорее понятная игроку точка отсчёта, часть правила, по которому человек понимает, что нужно делать; инструмент, при помощи которого достигается результат.

Отождествление себя с ним возможно, но самой игрой не запланировано, персонаж зачастую безлик и не наделяется ни историей, ни характером. Тем не менее, часть игроков склонны наделять Протагониста какими-либо чертами, придавая ему тем самым статус личности.

Эскапизм может быть направлен и в сторону цифровых значений (или по-другому очков) — цифра на экране и её прогресс становятся главной и ведущей ценностью человека. Погружаясь в мир повышения числа, игрок со временем находит таких же людей, которые, так же как и он сам, пытаются повысить данный числовой показатель. Следовательно, возникает конкуренция, игрок пытается достичь ещё большего прогресса в игре и ещё глубже уходит в виртуальный мир.

В контексте видеоигр жёсткий эскапизм раскрывается в многопользовательских играх.

В связи, с возможностью поменять личность, пол, профессию, имя при сохранении полной анонимности игрок свободен в своих фантазиях, он может быть почти кем угодно. Ему дозволено нарушать правила, которые существуют в реальном мире. Чувствуя свою безнаказанность, человек будет стремиться попасть в виртуальный мир снова и снова.

Однако надо заметить, что многие люди уходят в виртуальный мир, так как им по тем или иным причинам не хватает общения в реальном мире. Наиболее распространённый случай такого ухода — это неприятие человека в окружающем его социуме по причинам его внешности, мировоззрений или увлечений.

Когда общество начинает вытеснять индивида, у него пропадает возможность реализации своих потребностей в общении, а также теряется возможность самореализации. Он ищет новое пространство со своими законами для возможности проявить себя в новом мире, где его ещё никто не знает.

При успешном выполнении игровых задач индивид получает поощрение не только со стороны игры, но и со стороны других игроков.

Большая часть многопользовательских игр преимущественно направлены на игровой процесс, следовательно, большая часть числовых показателей открыты для игрока, по ним и определяется степень успешности индивида в виртуальном мире. В дальнейшем человек не будет находить причин выходить на улицу, общаться с реальными людьми, поддерживать активную деятельность, ведь он достиг хороших результатов в видеоигре, создал нужный ему образ, а главное — есть мнение о нём в контексте самой игры со стороны других игроков.

В одиночных играх такое явление также возможно, однако, оно опосредованно. Если в многопользовательских играх люди сравнивают свои достижения непосредственно в игре, то в одиночных игроки вынуждены обсуждать свои успехи в сети Интернет. В большинстве случаев для этого используются ресурсы с анонимными пользователями, что роднит это систему с многопользовательскими играми.

Чтобы точнее понять основные черты эскапизма, зададимся вопросом: что мы понимаем под реальностью? А точнее — что мы понимаем под реальностью в контексте эскапизма?

Применительно к психическим процессам и социальным отношениям вопрос о реальности становится наиболее неясным и размытым. Ведь что можно сказать однозначного о реальности социума, если социум по своей природе не косвенным образом зависит от оценочно-субъективных мнений?

Психическая и социальная реальность неоднозначны, они зависимы от идеи софистской максимы «человек есть мера всех вещей». Для того чтобы придать им однозначность, нам все равно придётся искать истоки в физической реальности.

Возьмём простое высказывание, я — мужчина, основание этому мы находим, в частности, в строении тела и этот факт кажется неоспоримым, однако иногда мы встречаем случаи когда, наперекор подобным однозначным фактам физического мира, женщина может воспринимать себя как мужчину, «заточённого» в не ту физическую оболочку. И таких примеров огромное множество.

Таким образом, та реальность, от которой бежит эскапист, определяется как реальность не только и не столько индивидом, сколько окружающими его социумом. Для одного человека увлечение путешествиями по безлюдным уголкам планеты может показаться эскапизмом, тогда как другой человек может оценивать

это именно как самую реальную часть своего существования, а время, которое путешественник проводит на работе, воспринимается им как нечто вторичное и несущественное.

Основная черта эскапизма это отсутствие прямой корреляции эскапистской деятельности с миром материальным. Однако не стоит предполагать, что связи совсем нет. Например, туристическое путешествие или прогулка могут быть проявлением эскапизма, а в этих видах деятельности важную роль играет вполне материальное место, которое является конечной точкой и целью путешествия.

Теперь рассмотрим пример, когда человек участвует в полевой ролевой игре. Он уделяет много внимания и времени оружию, костюму и другим атрибутам, которые в полной мере должны соответствовать выбранному персонажу. Однако во всех этих действиях эскапизм — это, в первую очередь то, что совершается «в голове», в сознании человека, а не то, с помощью каких материальных средств достигается необходимый эффект. У эскапизма нет привязки к материальной реальности, самое главное в нём это процессы, происходящие в сознании. Именно поэтому наиболее важно рассуждать и говорить именно об эскапистском сознании.

Е. О. Труфанова далее отмечает, что причина эскапизма не несёт в себе большой важности: «Тут ответ достаточно очевиден: человек бежит от стрессов, дискомфорта, негативных ощущений и переживаний, от рутины и, как верно отмечает Бенсон, от однообразия. Однообразие заставляет сознание находиться в стагнации и мозг сам начинает требовать новых ощущений, новых впечатлений. Эскапизм, вероятно, представляет собой активность, необходимую мозгу также как сон. Сознание требует переключения и, чем более развито сознание, тем более сложными и развитыми могут являться способы эскапизма» [3, с. 100].

В психологии известны опыты, когда человека помещали в специальную камеру с ограниченным количеством входящей информации для органов чувств. Через достаточно короткий промежуток времени голодный до новой информации мозг начинал производить сигналы сам, вызывая у человека иллюзии.

Е. О. Труфанова приходит к интересному выводу: «Как говорил Аристотель, “природа не терпит пустоты”. Мозг человека рассчитан на большее, обладает значительно большим потенциалом, чем

тот, который человек вынужден задействовать в повседневной жизни для выполнения каждодневных задач. Эти “свободные” ресурсы, возможно, и обеспечивают способность и стремление индивида жить помимо реального мира в некоем другом, виртуальном, воображаемом. Таким образом, важнейшей особенностью эскапистского сознания является то, что человек не просто бежит, но “бежит” в выдуманный и сконструированный им самим мир» [3, с. 100].

Исходя из того, что внешне эскапизм может проявляться как зависимость, зададимся следующим вопросом: что проявляется раньше эскапизм или зависимость?

Попытаемся ответить на этот вопрос в контексте видеоигр.

Человек, у которого уже есть склонность к эскапизму, погружается в мир видеоигры и в дальнейшем через механизмы игры он становится зависим. Изучим сначала эту позицию. Согласно теории Е. О. Труфановой, существует мягкий и жёсткий эскапизм. Человек с мягким эскапизмом вполне может периодически играть в видеоигры, что может в дальнейшем привести к зависимости, однако это будет зависеть от качеств индивида и его жизненных ценностей.

Другими словами, не только эскапизм влияет на развитие зависимости.

Тут стоит обратить внимание на внешние факторы, которые могут усиливать эскапизм у индивида, это могут быть различные жизненные трудности, с которыми человек не хочет или не может справиться.

Теперь рассмотрим вариант жёсткого эскапизма, когда человек полностью уходит в мир игры, он живёт им. Тут мы имеем дело с чем-то похожим на зависимость, но в этом случае стоит обратить внимание на симптоматику зависимости. Будет ли такой человек пренебрегать биологическими и социальными потребностями, думать об объекте зависимости, когда к нему нет доступа или когда он занят другим делом? Как полагает Е. О. Труфанова, социальные потребности в реальном мире отодвигаются на второй план, при этом выдвигается социальная активность внутри виртуального мира.

Если исходить из концепции, что эскапизм зарождается раньше зависимости, то источником жёсткого эскапизма будут раз-

личные нерешённые проблемы человека, от которых он желает скрыться, и его личностные особенности, которые не позволяют ему справиться с нависшими над ним проблемами.

Приступим к анализу второй теории. Вопрос: может ли эскапизм быть следствием зависимости.

Будем исходить из того, что зависимость — это жизненная необходимость, значимая потребность в чём либо. Человек находит для себя нужные эмоции и формирует круг общения в игре, ему могут быть очень важны поощрения, которые даёт ему игра. В игровом случае зависимость от поощрений будет постепенно входить в привычку, в большинстве игр есть специальные механизмы, нацеленные на это, но косвенно; основная их задача — это удержание внимания игрока и продление его игровой сессии. В том случае о зависимости можно говорить только, если у человека не окажется альтернативы для игры.

Мягкий эскапизм невозможно вывести из зависимости, так как мягкий эскапизм не подразумевает отказ от естественных потребностей. Что касается социальных потребностей, то затрагивается лишь та их часть, от которой он и бежит. Следовательно, нам приходится говорить исключительно о жёстком эскапизме, ведь именно он максимально схож с зависимостью.

Если же человек пришёл в игру не по причине эскапизма, а по любой другой, то у него может развиваться зависимость социального или эмоционального вида. Причиной могут стать механизмы, заложенные в игре, несмотря на то, что они выполняют совершенно другую задачу.

Далее в наших рассуждениях мы делаем следующий шаг. Логично предположить, что после того, как у человека появилась зависимость, он будет пренебрежительно относиться к своей реальной жизни. Следовательно, у него могут появиться в ней нерешённые проблемы, которые будут давить на него, а он будет стремиться от них убежать. И вот уже тогда мы сможем сказать, что эскапизм является следствием зависимости, он будет укреплять зависимость и вгонять человека во всё более безвыходное положение.

Из всего вышесказанного можно сделать вывод, что эскапизм может породить зависимость и наоборот. Если изначально мы имеем дело с мягким эскапизмом, то он может перерасти в зависимость, а как следствие — уже появится жёсткий эскапизм, так

как у человека будут накапливаться проблемы, от которых он будет стремиться скрыться.

При этом источником эскапизма может быть и зависимость, которая разовьётся из созданной при помощи механизмов игры привычки, и в дальнейшем перерастёт в жёсткий эскапизм.

Разберём далее возможные виды зависимости.

1. Социальная зависимость от видеоигр.

В этом случае мы говорим о том, что человека удерживают в игре его различные контакты с другими игроками. Это можно рассмотреть с разных сторон — человек может быть зависим от мнения окружающих, которые играют в игру или же от мнения игроков в этой самой игре. Зачастую в играх сильно развита конкуренция, как на микро, так и на макроуровнях. Человек, играющий в компании друзей, не захочет отставать от прогресса своих товарищей, ведь от этого может пострадать его статус внутри игры. Если мы берём всё сообщество игры (в котором обязательно есть люди, которые играют относительно много), то человек, видящий возможный высокий результат, будет стремиться к нему, а следовательно — тратить больше времени на игру. Во многих играх самых «сильных» игроков (людей уделяющих игре максимально возможное время) помещают на видное место. А в качестве этого места используются различные «доски почёта», рекламы прямых трансляций и крупных турниров с большими денежными суммами в качестве выигрыша.

2. Эмоциональная зависимость.

Эмоциональная зависимость проявляется в получении человеком положительных эмоций от игры [4, 5]. Любая игра использует приёмы поощрения игроков за их активность. Лучше всего рассматривать эту часть зависимости с точки зрения бихевиоризма.

Для начала обратимся к Карен Прайор [6]. В своей книге «Не рычите на собаку» она описывает механизм эмоциональной привязки. Если один человек с определённой периодичностью делает что-то хорошее для другого человека, а в остальное время относится к нему пренебрежительно, то второй всё равно продолжит контактировать с первым, это связано с периодическим поощрением от «угнетателя». Сюда можно добавить теорию Скиннера о том, что поощрение, не привязанное к конкретному месту, действию и времени наиболее эффективно [7].

Теперь перейдём к играм.

Игра активно награждает игроков играющих в неё. Существует динамика спада этого вознаграждения, для ясности стоит привести пример, как только человек начинает играть, он попадает в обучение, где ему дают простые задачи и малое (по меркам игры в целом) вознаграждение. Усилия для решения подобных задач почти не требуются, всё, что нужно от игрока это следовать инструкциям на экране. Затем в игре пропадают подсказки, но задачи остаются такого же уровня, с таким же поощрением.

В дальнейшем задачи будут становиться сложнее, а получение награды будет иметь вероятность, которая никак не зависит от сложности задачи. При увеличении сложности будет меняться только качество вознаграждения, но не вероятность его получения (хотя это не работает во всех случаях).

И последний вопрос: как можно охарактеризовать зависимость в социальных сетях и играх? Начнём с социальных сетей.

Социальные сети — это, в первую очередь, виртуальное пространство, предназначенное для общения. Неотъемлемой частью социальных сетей является полная безнаказанность, а также — возможность полной анонимности. Главное преимущество социальных сетей в отличие от других видов общения — это возможность поддержания многочисленных контактов независимо от расстояния. Можно общаться по всему земному шару, без каких либо препятствий, да и это гораздо дешевле, чем телефонные звонки.

В социальных сетях можно полностью менять свою личность, выставляя себя в лучшем свете, прилагая при этом минимальные усилия. Кроме того, социальные сети обладают своей структурностью, то есть каждый человек сможет найти себе группу, которая бы отвечала его запросам.

Важно упомянуть и о простой системе поощрения со стороны других пользователей в виде «лайков». Чем их больше, тем лучше пользователь сделал тот или иной продукт в сети. Зачастую количество этих оценок влияет на положение человека в социальной сети: чем их больше, тем выше его статус.

Говоря о зависимости в социальных сетях, есть смысл выделять, в основном, только социальный вид зависимости. Тут всё базируется на постоянных наградах в виде «лайков», и, как следствие, человек старается набрать их как можно больше. Для этого ему

нужно следить за популярными новостями и вовремя публиковать посты, которые в данный промежуток времени по своему характеру наиболее популярны. Также популярность отражает и количество друзей в списке, причем, не столь важно, ведется с ними общение или нет. Главное — это их наличие.

Человек, который зависит от социальных сетей, будет постоянно проверять, пришло ли ему сообщение от других пользователей. Ему будет крайне важно мнение других людей, ведь если его мнение будет кардинально отличаться от мнения большинства, то он не будет получать с их стороны одобрения в виде лестных комментариев и «лайков».

Естественно, если мы говорим о зависимости, то такой человек будет либо полностью, либо частично пренебрегать естественными потребностями. Первым делом он будет всегда проверять социальную сеть на наличие новостей или сообщений. Он будет думать о количестве комментариев, «лайков» и о возможно пропущенных сообщениях, когда он был занят другим делом. Не стоит забывать и о том, что человеку может не хватать общения в реальной жизни или он к нему не способен. Из этого можно сделать вывод, что социальные сети для него — это единственный источник удовлетворения социальных потребностей, вследствие чего и развивается зависимость. Отсутствие положительных эмоций в жизни тоже способствуют развитию зависимости, ведь человек вполне может получать радость от приятных комментариев или от большого количества «лайков».

Из всего вышесказанного можно сделать вывод, что зависимость от социальных сетей рождается из невозможности общения человека в условиях его социума и косвенно — от отсутствия источников положительных эмоций.

Всё это человек находит в социальных сетях и уже не желает от них уходить. Считать ли такой уход эскапизмом? Вероятнее всего — нет.

ЛИТЕРАТУРА

1. Белоглазова Л. А. Игромания как феномен отчужденной реальности // Вестник Воронежского государственного технического университета. 2012. Т. 8. № 4.

2. Урсу А. В. Сверхценное увлечение компьютерными играми детей и подростков. Распространенность и клинико-психопатологические проявления: автореф. дис. ... канд. мед. наук: 19.00.04. М., 2012.
3. Труфанова Е. О. Эскапизм и эскапистское сознание: к определению понятий // Философия и культура. 2012. № 3.
4. Добровидова Н. А. Особенности эмоциональных состояний подростков, увлекающихся компьютерными играми // Вестн. Том. гос. ун-та. 2009. № 323.
5. Светлова Н. В. Исследование эмоционального состояния подростков, увлеченных компьютерными играми / Н. В. Светлова, И. А. Бокарева // Актуальные проблемы психологического знания. 2009. № 1.
6. Карен Прайор. Не рычите на собаку! Книга о дрессировке людей, животных и самого себя. Эксмо, 2014. 288 с.
7. Скиннер Б. Ф. По ту сторону свободы и достоинства. URL: <https://freedocs.xyz/pdf-479228008>

Виноградова Мария Александровна
бакалавр кафедры психологии РХГА
winogradova.masha@gmail.com

Комова Олеся Владимировна
кандидат психологических наук
доцент кафедры психологии РХГА
komolesya@mail.ru

БЫТЬ ИЛИ НЕ БЫТЬ: РАЗМЫШЛЕНИЯ БЫВШЕГО СТАРШЕКЛАСНИКА О ПОЛЬЗЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Аннотация. Для современных старшеклассников актуальным становится осуществление выбора своего дальнейшего жизненного маршрута. Вопрос о том, должен ли это быть учебный маршрут или без дальнейшей учебы в жизни можно обойтись, волнует каждого. В статье приводятся типовые для современных старшеклассников аргументы в пользу получения высшего образования или отказа от дальнейшего обучения. Материал статьи может быть использован как в работе школьного психолога, занимающегося вопросами про-форientации, так и в работе психологов-консультантов, к которым нередко обращаются выпускники школ, учителя, родители.

Ключевые слова: высшее образование, профессия, специальность.

Vinogradova M. A., Komova O. V.

TO BE OR NOT TO BE: REFLECTIONS OF A FORMER HIGH SCHOOL STUDENT ON THE BENEFITS OF HIGHER EDUCATION

Annotation. For modern high school students, the implementation of the choice of their further life route becomes relevant. The question of whether this should be a training route or whether it is possible to do without further study in life is of concern to everyone. The article presents typical arguments for modern high school students in favor of obtaining

higher education or refusing further education. The material of the article can be used both in the work of a school psychologist dealing with career guidance, and in the work of psychological consultants, who are often referred to by school graduates, teachers, and parents.

Keywords: higher education, profession, specialty.

Нет сомнения в том, что практически каждый выпускник, сдав все свои экзамены и получив «на руки» аттестат зрелости, задает себе (а зачастую и окружающим его сверстникам, учителям, родителям) один и тот же вопрос: зачем мне в эпоху современных технологий, возможностей предпринимательства и достижений интернета идти еще куда-то учиться после школы? Мир вокруг итак полон возможностей, зачем мне еще учиться в колледже или университете?

Общество, родители, учителя утверждают, что главная цель выпускника — диплом об образовании. Но действительно ли только диплом может являться главной целью, неужели ничего кроме заветной, ценной бумажки, выпускник не приобретает, покидая университет? Ведь только заветная «корочка» служит пропуском на хорошую работу и достойную зарплату. Ведь важны еще и личные, профессиональные, коммуникативные качества, приобретенные за время обучения. Разве не так? Чтобы ответить на этот вопрос, мы проанализировали с разных сторон рассуждения старшеклассников о высшем образовании, его функциях, востребованности, социальном статусе.

Аргументы «против»

Обратимся к воспоминаниям, как мы представляли, учась в школе, что такое высшее образование? В большинстве случаев мы представляли университет как храм науки, сакральных знаний, храм, в котором люди становятся лучше, грамотнее, умнее.

У нас была красивая картинка, что учителя, ученые, архитекторы, инженеры, политики, умнее и лучше нас, потому что они имеют высшее образование, они прошли обучение и окончили институты, академии, университеты. Мы даже догадываться тогда не могли, что кто-то из этих уважаемых людей них не учился в институте-академии-университете, а всего лишь окончил среднюю

школу, а то и вовсе девять классов этой самой средней школы. Этот аргумент подтверждают биографии многих успешных и богатых людей. Для хорошей жизни им ни диплом о высшем образовании, ни университетские знания не понадобились. Получается, что для человеческой самореализации университетские знания не столь значимы и актуальны? Что же тогда дает человеку высшее образование?

Аргументы «за»

Переход от детства ко взрослой жизни. Студенческая жизнь отличается от школьной. Для молодых людей, такой переход очень стрессовый. Первые годы студенчества являются «психологическим буфером» прощания с детством, взросления.

Расширение кругозора. Первокурсники — это еще не полностью сформировавшиеся личности. Юные студенты сразу попадают во взрослую жизнь, но виденье мира у них еще школьное. С момента поступления в вуз у них постепенно меняется мышление, их начинают интересовать те вещи, о которых они раньше даже не задумывались. Постепенно формируются их политические взгляды, они более реалистично начинают смотреть в будущее. Вместе с расширением кругозора открываются новые горизонты, развивается способность видеть и учитывать точки зрения других людей.

Повышение уровня эрудиции. В первую очередь университет обучает не самой специальности, а тому, где и как найти нужную информацию, как ее обработать, чтобы иметь возможность учиться специальности еще и самостоятельно. Умение работать с информацией — это первейшее требование вуза и это главный навык, необходимый студенту-первокурснику для адаптации к новым условиям взрослой жизни. Некоторым специальностям, наверное, можно обучиться самостоятельно, это даже может занять меньше четырех лет и тогда экстернат или дистанционное обучение заменяют бессонные ночи, проведенные очниками за заучиваем билетов. Однако большинству специальностей все же требуется базовое образование, включающее такие академические дисциплины как экономика, естествознание, социология, психология, философия, право, конфликтология.

Грамотная речь. Именно высшее образование формирует навыки деловой коммуникации. В процессе обучения мы оперируем разнообразными знаниями, учимся отстаивать свою точку зрения, участвуем в дискуссиях, учимся публичным выступлениям, защищаем свои научные проекты.

Целеполагание. Главенствующая проблема абитуриентов — определение своей будущей профессии. Кто-то следует наставлениям родственников, друзей, своих кумиров, у кого-то сегодня главным авторитетом пользуются блогеры. С выбором профессии у человека появляется цель. Одни идут к своей цели смело и уверенно, другие — «спотыкаясь» и «оглядываясь». Насколько тверда и верна цель узнается спустя несколько лет. Получив образование, человек действительно вместе с ним получает возможность самореализоваться на более высоком уровне. Однако все же встречаются бывшие студенты, которые, начав работать по специальности, понимают, что зря потратили время в вузе, что выбранная профессия совершенно им не подходит. Кто-то находит в себе силы поменять профессию, поступает учиться заново. А кто-то находит дело всей жизни, делая из работы всего лишь хобби, как этому лукаво учат самые успешные бизнесмены.

Друзья, полезные связи. Как известно, в университете мы находим друзей. Некоторые психологи утверждают, что самая крепкая дружба, на всю жизнь, завязывается именно в период обучения в университете, в возраст 18–23-х лет. С друзьями мы ведем активную студенческую жизнь, ходим на вечеринки, кто-то даже находит любовь всей жизни. Помимо дружбы, мы завязываем связи и для дальнейшей карьеры, более успешных студентов ждут более интересные предложения по работе.

Получение специальности, обучиться которой самостоятельно невозможно. Пожалуй, это единственная причина, по которой нужно получать высшее образование. Высшее образование обеспечивает контроль за навыками, полученными в годы обучения, и даст базу для практик их отработки.

Все эти аргументы хорошо известны, однако также известно, что высшее образование — это отнюдь не всегда залог успешного будущего. Не всегда высшее образование требуется для высокооплачиваемой работы. Приведем примеры.

Когда кажется, что образование не нужно

Вина перед родителями. Что говорят обычно родители, если подросток отказывался учиться? Они говорят: «Не будешь учиться — станешь дворником». Но не все так просто. Если сегодня мы обратимся к сервису вакансий по Санкт-Петербургу, то требования к сотруднику, претендующему на должность дворника, достаточно жесткие, бездельникам там не место. А зарплата у дворников — средняя по Петербургу. При этом, хотя в клининговых компаниях могут работать соискатели с инвалидностью, даже не все крупные холдинги предоставляют эту возможность инклюзивным соискателям. Ну, допустим, подростков такая перспектива не устраивает.

Но, если только такие установки заставляют его идти учиться, то лучше уж ему поработать с психологом, пройти опросники по профориентации и не тратить время на учебу только из-за чувства вины перед родителями. Хорошую работу можно найти и без высшего образования, сейчас многие учатся самостоятельно или проходят курсы, приобретают навыки, которые помогут на достойной работе, некоторые работодатели обучают за свой счет.

Жизненный успех не всегда зависит от успешно сданной сессии. Тем более что решение учиться дальше у многих возникает только после приобретения первых рабочих навыков. И это уже их собственное осмысленное решение, а не компенсация чувства долга или вины перед родителями.

Миф об отсутствии уважения в обществе, если у вас нет высшего образования. Данная установка требует также психологической проработки. Есть же примеры профессий, представители которых не имеют высшего образования, но пользуются уважением в обществе: это медицинские сестры, акушерки, ювелиры, реставраторы — все данные профессии не требуют высшего образования, требуется лишь среднее. Но эти профессии и приносят большую пользу для общества, и приносят их представителям достойный заработок.

Не лишними в этом плане оказываются и примеры многих известных людей, «образовательный маршруты» которых далеки от подражания. К числу таких людей относятся Альберт Эйнштейн, Билл Гейтс, Марк Цукерберг, Уолт Дисней, Джон Рокфеллер, Чарльз Диккенс, Жак-Ив Кусто, принцесса Диана. Список можно

продолжать бесконечно, все эти люди не побоялись и нашли то, чем хотят заниматься всю жизнь. И вошли в историю.

Какой вывод можно сделать из всех этих рассуждений?

Наверное, все же решение о получении высшего образования должно оставаться сугубо индивидуальным. Кому-то оно действительно нужно, если, например, школьник выбрал профессию, обязательно требующую дальнейшего обучения в вузе. А кто-то готов идти учиться дальше, понимая, что высшее образование является хорошим инструментом для раскрытия личностного потенциала, хорошим способом открыть в себе способности, ранее не использовавшиеся. Ну а кто-то решает повременить с выбором, пойти сначала поработать, а уж потом принимать решение, причем — осмысленное.

Почему все же существует проблематика снижения спроса на получение высшего образования?

Если мы обратимся к статистике за 2018/2019 год, то увидим, что из 2.995.800 студентов среднего профессионального образования, окончили обучение только 710.700; из студентов высших учебных учреждений 4.161.700 — только 933.200. С 20 мая по 12 июня в опросе приняли участие полторы тысячи родителей выпускников 2019 года. Статистика говорит, что за девять лет количество поступающих в высшие учебные заведения сократилось почти вдвое, а в средние специальные учебные заведения — вдвое увеличилось. Почему же столько молодых людей поступают, учатся первые два курса, потом уходят, почему популярность высшего образования падает? ВЦИОМ опубликовал результаты опроса, в котором обнаружилось, что 50% россиян работают не по той профессии, которую они получили в период обучения. Одна из причин такого положения дел — низкая оплата труда, низкий спрос на интеллектуальный труд, оплата за него также не соответствует уровню полученного образования. Получается, что молодые люди решают получать специальность в учреждениях СПО, т. к. это повышает шансы на получение работы и стабильной заработной платы? Если это действительно так, то как долго это

будет продолжаться? Как на эту проблему смотрят государственные чиновники, педагогическая общественность, консультирующие психологи?

Проблема профориентации молодежи

Как же нам помочь школьникам с выбором жизненного пути, помочь с построением правильного образовательного маршрута, с выбором нужной профессии? На данный момент активно обсуждается проблема профориентации молодежи. Как мы выяснили выбор профессии — это сложный, ответственный шаг, требующий серьезной психологической работы. В осуществлении этого выбора помогают педагоги, родители, психологи. Школьнику необходимо не только определить свои желания, потребности, но и проникнуть в «кухню» профессии, услышать себя, понять свои задатки и компетенции. Чаще всего, проблема поиска профессии, превращается в проблему поиска себя в профессии. Это важно понимать, чтобы не фиксироваться только на самой профессии.

Посмотрим определение профориентации. Процесс профориентации — самоопределение молодежи, предполагающий долгосрочное планирование личного профессионального пути развития на основе оценок развития рынка труда, собственных профессиональных интересов и склонностей, перспектив и условий построения профессиональной карьеры в конкретной профессиональной сфере. Большинство старшеклассников начинают задумываться только за год до выпуска, но из-за экзаменов у них нет времени понять кто они такие, чего хотят добиться, а огромный поток информации и давление ЕГЭ, занимают все их мысли. Получается, что времени на решение, остается всего пару месяцев. Многие идут в университет, престижный по отзывам, а там уже куда баллов хватит: «На какой факультет попаду, там и будут учиться». Вот и вся профориентация!

А надо ведь еще и помнить о факторах, влияющих на процесс самоопределения личности в будущей профессии: социальная и экономическая обстановка, взаимоотношения с коллективом, перспективы развития, дальновидность, возрастные особенности.

Из-за нестабильного экономического положения, материальных трудностей многих семей (семьи группы риска, многодетные, неполные семьи, семьи с низким материальным достатком) дети не чувствуют уверенности в завтрашнем дне и не могут принять верного решения. Организованная работа родителей, педагогов, школьных психологов, способна оказать выпускникам помощь с выбором специальности только частично.

Конечно, большую работу должны осуществлять родители. С детства нужно следить за интересами, склонностями и задатками ребенка. С детства родители должны обучать ребенка основам различных профессий, нужных обществу.

Также необходимо наладить процесс профориентации в школе, это должны быть не просто тесты и опросники. В России насчитывается около 7000 профессий, а перед поступлением школьники знают 20 от силы. Можно, например, в школах устраивать недели направлений – технических, гуманитарных, научных и т. д. Можно приглашать представителей мало известных профессий и просить их рассказывать школьникам самую важную информацию об их специальности.

Школьников полезно водить на различные экскурсии и «дни открытых дверей» в разные вузы и уже там показывать, как это «все работает внутри».

При реализации хотя бы малой доли указанных мероприятий будет облегчен выбор выпускников в поисках себя.

Дистанционное обучение

2020 год показал, каким может стать образование в ближайшие 5–20 лет. К такому обучению не были готовы, ни педагоги, ни родители. Обучение было пыткой, интернет не стабилен, онлайн-платформы вылетали. Общество разделилось на 2 равные группы, за и против. «Против», в основном, были педагоги и родители, а «за» – ученики и студенты.

С точки зрения студентов, у дистанционного обучения есть свои плюсы:

- Комфортные условия занятий, «домашние», это большой плюс для студентов с ограниченными возможностями.

- Студент может выстроить индивидуальную траекторию обучения, экономится время и ресурсы;
- Нет привязанности к месту жительства, нет пропусков по болезни, поездок;
- Возможность совмещать работу и учебу увеличивается;
- Позволяет в некоторой степени уменьшить зависимость человека, желающего и умеющего добывать знания самостоятельно, от образовательных учреждений и наравне с другими иметь возможность получить диплом о высшем образовании;
- Возможность повысить уровень осознанного отношения к учебе, брать на себя ответственность за результаты обучения;
- Увеличение числа студентов, увеличение целевой аудитории.

Конечно минусы тоже существуют, и о них чаще любят рассуждать преподаватели:

- Отсутствие личного общения с преподавателями, сокурсниками;
- Потеря навыков общения, умения выступать публично, налаживать контакт;
- Есть множество профессий, которые невозможно освоить дистанционно (врач, ветеринар, педагог, сварщик и т. д.);
- Не все студенты могут поддерживать мотивацию к обучению (хоть с точки зрения студентов, дистанционное обучение дает возможность развивать в себе качество осознанного отношения, но объективно известно, что не все такие сознательные);
- Нет возможности проведения полноценных практических и лабораторных занятий;
- Отсутствие возможности прохождения всех видов практик — ознакомительной, производственной, преддипломной
- Ограничения эмоционального характера — преподаватели, рассказывающие красочно, эмоционально, ярко, запоминаются лучше, материал усваивается быстрее;
- Видеотрансляции ограничивают возможности живого невербального общения, снижают возможности преподавателя получать обратную связь студентов (непонимающие взгляды, блиц-опросы, сиюминутные вопросы и т. д.);

- Отсутствие точного контроля, известно, что студенты халзящники, списать не стоит труда, если тебя не видят и не слышат;
- Для самого вуза дистанционное обучение связано с большими затратами на материально-техническое обеспечение, техническое оснащение, специализированные кадры, одним системным администратором тут не обойтись.

Несмотря на все это, все же следует отметить моменты, которые в некоторой степени компенсируют часть перечисленных недостатков: невозможно получить очную консультацию — можно проконсультироваться с помощью сообщений, скайпа; нет «живых» отношений — но для части студентов это обеспечивает более комфортную психологическую обстановку для обучения.

Конечно, прогресс не стоит на месте, и в будущем большинство профессий будут преподаваться именно так.

Главное, чтобы, выпускающиеся специалисты, были компетентны в своей специальности. И, наверное, идеальный вариант на сегодня — это использование всех инструментов и технологий обучения, включая и дистанционные.

Кроме того, важно понимать, что дистанционные технологии более доступны. И, возможно, их надо начинать осваивать уже на этапе профориентации. Тогда и выбор профессии, и ее освоение могут оказаться гораздо эффективнее.

Например, можно отложить выбор очного обучения и пойти работать, но можно выбор дистанционного обучения совместить с желанием «сначала поработать».

Кроме того, можно дистанционно без отрыва от работы пройти большое количество разнообразных курсов, что уже будет сопутствовать и повышению профессиональной компетентности, и личностной самореализации.

Общие выводы

1. О плюсах и минусах получения высшего образования можно спорить бесконечно. В результате, окончательное решение каждый принимает сам, в зависимости от планов на будущее.
2. Если у выпускника есть цель сделать карьеру в российской или зарубежной крупной компании, освоить серьезную профессию

или получить ученую степень, получение диплома вуза будет необходимым этапом на пути к этой цели.

3. Если ваши желания выпускника с рабочими профессиями, ему хватит и диплома СПО.
4. Если выбор не получается, аргументы за и против смешиваются, родители и педагоги советуют разное, а сверстники пошли «кто куда», то выбор можно отложить. Можно, например, годик просто поработать, чтобы лучше понять, что к чему в этой жизни. Главное, чтобы выбор профессии был осознанный, самостоятельный и обдуманный.
5. Перспективным шагом в развитии образовательных технологий является дистанционное обучение, которое можно совмещать с другими видами деятельности, параллельно развивая и профессиональную компетентность, и личностную самоактуализацию.

Хюппенен Елена Исаевна
бакалавр кафедры психологии РХГА
lena.khyuppenen@mail.ru

ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИИ УПРАВЛЕНИЯ В НЕГОСУДАРСТВЕННОМ ВУЗЕ

Аннотация. В статье проводится сравнение особенностей управления государственным и негосударственным вузами. Отмечается, что в негосударственном вузе в отличие от государственного, с одной стороны, меньше жесткости и прямолинейности со стороны государственного контроля, с другой — больше вариативности во взаимоотношениях с получателями образовательных услуг. Это делает всю систему управления более гибкой, в том числе, в области ее психологических возможностей.

Ключевые слова: государственные и негосударственные вузы, системы управления, образовательные услуги, психологические возможности системы управления вузом.

Khyuppenen E. I.

FEATURES OF MANAGEMENT PSYCHOLOGY IN A NON-STATE UNIVERSITY

Annotation. The article compares the features of management of state and non-state universities. It is noted that in a non-state university, in contrast to the state, on the one hand, there is less rigidity and straightforwardness on the part of the state control, on the other hand, there is more variability in relations with recipients of educational services. This makes the entire management system more flexible, including in the area of its psychological capabilities.

Keywords: state and non-state universities, management systems, educational services, psychological capabilities of the university management system.

Начиная с последнего десятилетия XX века количество вузов в России растёт ощутимыми темпами. А. П. Егоршин и И. В. Гуськова приводят следующие цифры: 514 — в 1990-м году, 1046 —

в 2013-м, при этом доля негосударственных вузов составляла 41 % от этого количества. Численность студентов также увеличилась: 2885 тыс. человек в 1990-м, 6074 тыс. в 2013-м [3].

Большая часть студентов учится в государственных вузах, однако всё же количество студентов негосударственных учебных заведений за эти годы росло быстрыми темпами. Например, с 1995-го года по 2013-й их количество выросло более чем в шесть раз [3].

И. Е. Задорожнюк, оценивая рост числа негосударственных вузов и количества их студентов, приходит к выводу, что это явление чрезвычайно полезно для российской системы высшего образования, поскольку негосударственные учебные заведения более гибкие по своей природе, именно они первыми вводят и апробируют разнообразные изменения — в инфраструктуре, в учебных программах, в организации менеджмента и т. д. Наличие негосударственных вузов создаёт конкуренцию, стимулируя и рынок образовательных услуг, и всю систему образования в целом [4].

Похожей точки зрения придерживается и В. А. Зернов, подчёркивая, что необходимость для учебных заведений адаптироваться к запросам потребителей положительно сказалась на системе образования: негосударственные вузы предлагают различные программы обучения, новые форматы, они в целом ориентированы на поиск новых, инновационных, более эффективных решений [5].

Среди прочего, вузы ищут новые решения для системы управления, структуры учебного заведения, кадровой политики, оптимизации разнообразных сфер внутреннего менеджмента. Таким образом, сейчас ситуация в российской системе образования такова, что именно негосударственные вузы в значительной мере разрабатывают, предлагают и апробируют новые модели менеджмента для образовательных учреждений.

Н. С. Батоваи М. В. Шуварин подчёркивают, что, когда в 90-е гг. XX века в российском образовании начался переход к рыночным отношениям (то есть государство предоставило вузам возможность оказывать платные услуги), в этой сфере не было никаких чётко определённых знаний и понимания, как реализовывать процесс перехода к коммерции. Не было «ни теории образовательного учреждения; ни собственной экономической концепции развития;

ни механизмов управления рыночными отношениями в образовании; ... ни корпуса менеджеров-профессионалов, отсутствовали инвестиционные и мотивационные механизмы» [1, с. 14].

Таким образом, за несколько десятилетий эта сфера достигла определённых успехов, развиваясь чрезвычайно быстрыми темпами. При этом следует учитывать, что, помимо отсутствия развитого базиса, российская сфера образовательных услуг столкнулась и с рядом проблем, обусловленных спецификой отрасли.

Во-первых, сложности начинаются уже на этапе определения — в отечественной литературе нет единого устоявшегося мнения, что считать образовательной услугой.

Кроме того факта, что услуги — в принципе нечто нематериальное, неосязаемое, с трудом поддающееся измерению и оценке, существуют дополнительные сложности в отношении именно образовательных услуг. А. П. Панкрухин выделяет следующие их особенности:

1. Чтобы убедить покупателя приобрести услугу, продавец должен представить её по возможности наглядно и формализовано, то есть с помощью информации об учебных программах, планах, методах обучения, сертификатах и лицензиях вуза.

2. Образовательные услуги в значительной мере зависят от субъектов, которые их оказывают — то есть конкретных сотрудников вуза. Замена преподавателя может повлиять на процесс, через это — на результат оказания услуги, а в итоге и на спрос.

3. Потребление образовательной услуги начинается одновременно с моментом её оказания. Также сама технология оказания этих услуг включает в себя активное и постоянное взаимодействие с потребителем.

4. Образовательные услуги не фиксированы в отношении качества. Последнее зависит от множества переменных факторов, таких как: личность субъекта-исполнителя, личность потребителя-обучающегося, отсутствие строгих стандартов на процесс оказания услуги и на её результат. Подобные стандарты не только невозможно установить, но даже и нецелесообразно.

5. Такая характеристика услуг как несохраняемость применительно к образованию имеет два аспекта. Во-первых, услуги нельзя заготовить заранее. В образовании это в некотором роде компенсируется возможностью зафиксировать учебную информацию с помощью материальных носителей. Во-вторых, потребители

услуг со временем естественным образом забывают полученную информацию. Кроме того, имеет место устаревание знаний в связи с научно-техническим и социальным прогрессом [9].

В. А. Ибрагимова, рассматривая менеджмент именно негосударственных образовательных учреждений в России, указывает, что их специфика начинается уже на уровне государственного регулирования, а именно: их деятельность должна быть в первую очередь ориентирована не на получение прибыли, а на достижение социально-значимого эффекта, в том числе на обеспечение для граждан возможности реализовать конституционное право на образование. То есть, несмотря на необходимость для вуза получать прибыль, обеспечивающую возможность его дальнейшего функционирования, он должен в своей деятельности приоритетно ориентироваться на общественно-полезные цели.

Также управляющие лица негосударственного вуза, формулируя цели организации, должны учитывать позицию государства — в отношении системы образования, а также и в отношении развития экономики в целом. Таким образом, менеджеры вуза должны иметь чёткое понимание этих аспектов и учитывать их.

Далее, В. А. Ибрагимова обращает внимание на следующие психологические особенности менеджмента в негосударственном вузе:

1) Как при организации, так и при совершенствовании системы менеджмента негосударственного вуза следует первостепенное внимание обращать на такую функцию как мотивация — и сотрудников, и учащихся. От мотивации последних в значительной мере зависит результат образовательной услуги, который свидетельствует о качестве услуг вуза в целом и влияет на его имидж в глазах общества. Это значит, что управляющие лица вуза должны разработать систему поощрения (стимулирования) не только сотрудников, но и учащихся (клиентов организации).

2) Используемые методы планирования деятельности должны учитывать эволюцию рынка образовательных услуг. Его динамические характеристики постоянно меняются, однако в то же время этот процесс постепенный, из-за чего его можно упустить из виду. В целом негосударственному вузу требуется как применение адаптивного планирования, так и регулярное обновление маркетинговой стратегии. Нежелание администрации вуза перестраи-

вать свою работу, считаться с переменами может привести к негативным последствиям для развития организации.

3) В системе управления большое значение имеет контроль, а именно: контроль за стандартами, образовательным процессом, используемыми технологиями, полученными результатами педагогической деятельности. В то же время именно для образовательных учреждений важную роль играет контроль самой системы менеджмента, её оценка и своевременное усовершенствование [6].

Помимо этого, в современных российских реалиях управленцам негосударственного вуза приходится иметь в виду такой аспект как некоторое предубеждение в отношении этих учебных заведений и качества их услуг.

Например, Н. С. Батова и М. В. Шуварин отмечают, что существует такая ситуация, когда организации, в том числе зарубежные, с недоверием относятся к диплому негосударственного вуза и дополнительно проверяют уровень знаний выпускника, который желает устроиться к ним на работу [1].

А. Д. Кяримова, анализируя текущую ситуацию в сфере образовательных услуг, предлагает негосударственным учреждениям обратить внимание на такой аспект менеджмента как брендинг.

Автор считает, что формирование и развитие узнаваемых брендов будет полезно как для самих вузов, так и для отрасли в целом. Однако работа в этом направлении требует не только проработки стратегий бренд-менеджмента, приложимых к российским реалиям, но и структурных изменений в вузах — начиная с оформления бренд-менеджмента в самостоятельное направление (нужен отдельный сотрудник, который имеет знания в данной области и уделяет ей всё своё рабочее время) и выделения бюджета на продвижение. Тем не менее, А. Д. Кяримова полагает, что развитие такой отрасли менеджмента как бренд-менеджмент может стать перспективным и эффективным направлением для негосударственных вузов, способным помочь им успешно развиваться [7].

В целом для современного рынка образовательных услуг России характерен ряд недостатков, связанных с тем, что он сформировался относительно недавно, был вынужден развиваться стремительными темпами и по ряду параметров пока отстаёт от аналогичных рынков, в частности, европейских стран. Однако

в последнее время наблюдается рост спроса на образовательные услуги, поэтому в условиях конкуренции вузам, в том числе некоммерческим, приходится бороться за клиентов, что требует от менеджмента этих организаций глубокого понимания сложившейся ситуации и владения эффективными и инновационными методиками управления организацией.

Конечно, для правильного функционирования и, особенно, развития любой организации решающее значение имеет выбор эффективных методов и подходящих средств управления. Это касается как государственных, так и негосударственных организаций.

В последние годы всё больше внимания уделяется разным методам управления, что мы можем видеть на примере того, как много научных статей посвящено изучению управления организациями как государственными, так и негосударственными.

В отношении и тех, и других исследователи выделяют ряд характерных особенностей управления.

Управление в государственных организациях имеет жёсткую структуру, подчинено вышестоящей системе, требует чёткого следования инструкциям и планам, а также тщательно контролируется на всех уровнях (включая контроль со стороны населения).

Негосударственные организации имеют больше свободы в отношении этих параметров, а иногда, например, как в случае с негосударственными вузами, от учреждения и, соответственно, от его управленцев прямо ожидают большей мобильности, открытости новым техникам и методикам, инновационных решений по сравнению с государственными организациями.

Такая модель «гибкого менеджмента» предполагает применение широкого спектра психологических инструментов, включающих и формирование благоприятного имиджа вуза во внешней среде, и социальную ответственность перед получателями образовательных услуг, и «мягкий» подход в выборе технологий управления собственным персоналом.

Резюмируя, можно сделать вывод о том, что с точки зрения гуманистических ценностей и культурного будущего общества у негосударственных вузов открыты большие перспективы, однако их реализация требует квалифицированного подхода в подборе и применении инструментов управления вузом, в том числе — психологических.

ЛИТЕРАТУРА

1. Батова Н. С., Шуварин М. В. Проблемы и перспективы развития рынка образовательных услуг // Вестник НГИЭИ. 2015. С. 11–18.
2. Болотин И., Михайлов А. Негосударственное высшее образование в России: состояние и перспективы // Высшее образование в России. 2007. № 6. С. 71–76.
3. Егоршин А. П., Гуськова И. В. Высшее образование в России: достижения, проблемы, перспективы // Высшее образование в России. 2014. № 6. С. 14–21.
4. Задорожнюк И. Е. Потенциал негосударственных вузов с позиции экономики образования // Высшее образование в России. 2006. №9. С. 110–118.
5. Зернов В. А. Негосударственные вузы России: современное состояние, тенденции и перспективы // Высшее образование в России. 2013. № 4. С. 3–11.
6. Ибрагимова В. А. Система управления негосударственными образовательными учреждениями // Российское предпринимательство. 2012. № 24 (222). С. 192–196.
7. Кяримова А. Д. Брендинг как способ управления экономической эффективностью негосударственного вуза // Учёные записки С.-Петербургского университета управления и экономики. 2013. № 3(43). С. 72–76.
8. Наумова Е. Н. Методы управления предприятиями государственного предпринимательства // Экономика и управление. 2006. № 4(25). С. 118–122.
9. Панкрухин А. П. Маркетинг образовательных услуг в высшем и дополнительном образовании. М.: Интерпракс, 1995. –240 с.
10. Прививкова Л. А. Современные методы управления предприятием // Научные труды Вольного экономического общества России. 2011. С. 325–333.

Научное издание

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ:
АКТУАЛЬНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ И ПЕРСПЕКТИВЫ

2021, Том 2, № 2

Сборник научно-практических исследований
молодых ученых

Директор издательства *А. А. Галат*
Корректор _____
Технический редактор *Д. В. Лаптухина*
Дизайн обложки _____

Подписано в печать ???.???.2022. Формат 60 × 90^{1/16}.
Бумага офсетная. Печать офсетная.
Усл. печ. л. 11,5. Тираж ??? экз. Заказ № ???

Издательство Русской христианской гуманитарной академии
191023, Санкт-Петербург, наб. р. Фонтанки, 15
Тел.: (812) 310-79-29, +7 (981) 699-65-95
E-mail: rhgapublisher@gmail.com, <http://irhga.ru>

Отпечатано в типографии «Поликона» (ИП А. М. Коновалов)
190020, Санкт-Петербург, наб. Обводного канала, д. 134