

АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ
ІНСТИТУТ СОЦІАЛЬНОЇ ТА ПОЛІТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

➤ **НАУКОВІ СТУДІЇ
ІЗ СОЦІАЛЬНОЇ ТА ПОЛІТИЧ-
НОЇ ПСИХОЛОГІЇ**

ЗБІРНИК СТАТЕЙ

Засновано в 1995 році

Випуск 4(7)

Київ 2000

УДК 32:159.9 (082)

ББК 88.5 я 43

Н12

Друкується за постановою Вченої ради Інституту соціальної та політичної психології АПН України

Редакційна колегія:

С.Д.Максименко, дійсний член АПН України,

д-р психол. наук (гол. ред.);

М.М.Слюсаревський, член-кореспондент АПН України,

канд. психол. наук (заст. гол. ред.);

Ю.Г.Романюк — канд. істор. наук (відп. секр.);

В.П.Казміренко, В.К.Калін, В.О.Татенко, Т.М.Титаренко — доктори психол. наук; *О.А.Донченко* — д-р соціол. наук;

В.О.Васютинський, П.Д.Фролов — кандидати психол. наук

Адреса Інституту: 04070, м. Київ-70, вул. Андріївська, 15

1. У спеціальному випуску збірника висвітлено напрацювання Всеукраїнської науково-практичної конференції “Психологія життєвої кризи особистості: теорія і практика”. Визначено специфіку суспільної, культурної, особистісної криз та їх детермінанти. Особливу увагу приділено кризам віковим та спровокованим тяжкими захворюваннями. Розглянуто шляхи профілактики і подолання кризових явищ.

Для психологів, фахівців із суміжних наук, викладачів і студентів.

ISBN 966-75-89-11-0

ББК 88.5 я 43

© Інститут соціальної та політичної психології
АПН України, 2000

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ КРИЗОВОЇ ПСИХОЛОГІЇ

*Т.М.Титаренко, Інститут соціальної
та політичної психології АПН України*

ЧОМУ І ЯК ОСОБИСТІТЬ СТИМУЛЮЄ ДЕБЮТ ЖИТТЄВОЇ КРИЗИ

Для того, щоб зрозуміти, чому і як ми підштовхуємо, стимулюємо появу чергових кризових ситуацій у нашому житті, спробуємо спочатку свіжим поглядом подивитися на особистість та її розвиток.

Поняття “особистість” останнім часом зазнає досить серйозних метаморфоз. Сьогодні особистість у світі, захопленому нескінченними бурхливими трансформаціями, вже мало чим нагадує ту самовпевнену особу, котра ще кілька десятиліть тому твердо простувала до власної всебічності та гармонійності.

Пострадянський простір, що виявився неготовим до кардинальних економічних перетворень, схоже, цілком дозрів для інтенсивних перетворень ідеологічних. Після тоталітарної одноманітності спрага вільної, нічим необмеженої еkleктики, слід гадати, є цілком зрозумілою. До того ж феномен хаосу для слов'янської душі завжди був достатньо притягальним.

Що ж відбувається з особистістю і кризовими періодами її розвитку в сучасній психології? Чи багато в кожному з нас споконвічно заданого, визначеного заздалегідь, зумовленого? Якою мірою в детермінованому зовнішніми і внутрішніми чинниками розвитку все ж залишаються ентропія, спонтанність, свобода? Ясно, що говорити про лінійний детермінізм, коли йдеться про особистість, смішно. Але чим його замінити?

У сучасній психологічній науці проблема розвитку все ще традиційно розглядається як в еволюціоністському, так і в культуральному напрямках. Еволюціоністи підкреслюють первинність природи, універсальність людської природи, котра виникає і створюється шляхом природного відбору. Для представників

культурального напрямку головний показник нормального рівня розвитку — спроможність “уписатися” в контекст, адаптивність людини. Можливість успішно адаптуватися до тих або інших умов є здатністю до навчання, змін. Важко сперечатися з тим, що поведінка завжди соціально запрограмована, а генетичні рамки, обмежувачі не є занадто виразними. Як пише Д.Майєрс, “генетичний повідок довгий” (1, с.227).

І все ж хотілося б зрозуміти, чи є межа процесу особистісного розвитку? Наскільки довго й фундаментально особистість може змінюватися протягом життя? Коли розвиток її припиняється, а, можливо, і повертає назад? Що в її розвитку залежить від неї самої, а що не підвладне її зусиллям?

У вітчизняній науці є свої аксіоми, до яких можна віднести і твердження про те, що особистість не може жити, не розвиваючись. Розвиток, як відомо, — головний засіб її існування упродовж життєвого шляху. Він відбувається за специфічними законами, що характеризують його внутрішню логіку. Репертуар адаптаційних механізмів, форм психологічного захисту, інших кількісних і якісних характеристик процесу розвитку є достатньо своєрідним і стабільним протягом життя.

Життя ставить перед будь-якою людиною достатньо жорсткі вимоги, даючи час від часу і по-царськи щедрі можливості. Щось задається біологією, щось — найбільш раннім, найбільш сприйнятливим віком, щось — батьківськими очікуваннями. Серед детермінант розвитку чималу роль відіграють також власні внутрішні потенції, самопрояви, те, що називається суб’єктивністю.

Водночас дедалі популярніші сьогодні постмодерністські течії наслідують декларувати “смерть суб’єкта” (Lovlie, 1992) [цит. за 2]. Як висловлюється М.Д.Купарашвілі, “терпким смаком будь-якої кончини продиктовано їхній скандальний тип філософствування — без суб’єкта” [3, с.53 – 56].

У певному розумінні постмодернізм і постструктуралізм є реакцією на вичерпаність колишнього раціонального, плоского суб’єкта. Цю позицію можна простежити ще від думки Дерріди, який вважав, що “суб’єкт-у-собі” (тобто автономна свідомість, суб’єкт як центр, що все організовує навколо себе, “першопричина” і водночас “кінцева мета” своєї власної діяльності) так само неможливий, як і “об’єкт-у-собі” (“річ-у-собі”, тобто фактично об’єктивна реальність, незалежна від людської свідомості).

Гуманістичні твердження про внутрішню сутність, глибинне єство особистості коментуються поблажливо як суспільні ілюзії. Звучить красиво, так, що хочеться вірити, але не більше. Парадигма, як і все в цьому світі, схильна старіти, відмирати. (Хоча, як свідчить історія, для неї ще можливі реінкарнації).

Процесуальність розвитку, його зміст, як і смисл порядку або прогресу, постмодерністами просто ігнорується. “Я”, як центр особистості, унікальна індивідуальність з її спроможністю досягати автентичності, рефлексувати, розуміти своє життя і його значення, також сприймається в цьому новому контексті досить несерйозно.

Один з відомих представників цього посткласичного періоду в психології К.Герден (1991) характеризує постмодернізм як епоху “нейтралізованого Я” [цит. за 2, с.26]. Слід вважати, що від такого Я вже практично нічого не залежить, хоча в ньому все ж залишається достатньо оптимізму і потенцій.

Суспільство стає все більше інтегрованим, оскільки нові технології, серед котрих, звісно, Інтернет, можливість подорожувати, переміщуватися по земній кулі, створюють якісно нові можливості для комунікації.

Нейтралізоване Я вже не “зациклюється” на собі, своїх проблемах, власній унікальності або незатребуваності, а дедалі більше відчуває вплив “голосів людства”. Це нове Я тепер є суцільною метаморфозою, чимось нескінченно рухливим і непрогнозованим.

Газети, телебачення, відео, радіо, комп’ютерні комунікації, навіть автовідповідачі створюють для нас плерому всіляких образів і потоки інформації (Stevens, Wetherell, 1996) [цит. за 2, с.26].

Інформаційний вибух, що спостерігається в розвинених країнах світу протягом останніх 20 років, а на нас обрушився в останнє десятиліття, кардинально трансформує свідомість, психіку, особистість, її життєвий світ. Не надавати значення тому, що відбувається, більше неможливо.

Замість усталеного “внутрішнього Я”, замість того суб’єкта, що помер, тепер є більш відкрита, гнучка система, окремі частини якої людина може переписувати, самостійно змінювати, редагувати.

Постмодерністську особистість можна назвати “вільною грою єства”. Її життєвий світ завжди відкритий для експериментування, ризику й абсурду, відкритий для незліченної

кількості різноманітних можливостей, вільний від заборон минулого [цит. за 2, с.27].

Постмодерністська особистість не відчуває страхів перед майбутнім, оскільки вона не прогнозує чогось однозначно, передбачаючи можливість альтернативних варіантів розгортання подій відповідно до актуальних життєвих обставин, мрій, бажань, сподівань, динамічних зовнішніх і внутрішніх умов. У такому контексті категорія “життєвий світ” стає особливо своєчасною та зручною.

Життєвий світ сучасної особистості можна визначити як нежорсткий, нелінійний засіб структурування значущого середовища існування, результат взаємопроекцій внутрішнього і зовнішнього світів один на одного, реальність, що багаторазово відображається і постійно змінюється.

Цей індивідуалізований, але водночас суто реальний світ є символічним просторово-часовим континуумом, котрий не може навіть надовго існувати в якомусь стабільному, зафіксованому вигляді, не перетворюючись, постійно не розвиваючись. Знаково-символічна репрезентація внутрішнього досвіду надає життєвому світові особливої форми, індивідуальної “упаковки”, “товарного вигляду”.

Неспинний процес індивідуальної концептуалізації дійсності, що детермінується свідомими, несвідомими і час від часу ще усвідомлюваними чинниками, припускає постійне й рівноправне зіставлення внутрішнього і зовнішнього, себе й інших, реального та ілюзорного.

Процес активного пристосування особистості до навколишнього світу й одночасно змін цього світу, пристосування його до себе, до власних потреб здійснюється діалогічно.

Життєвий світ завжди збіднює зовнішню дійсність, оскільки далеко не все однаковою мірою цікавить людину, не все відповідає цілям значущої діяльності, актуальним потребам. Проте водночас відбувається постійне збагачення зовнішньої дійсності, привнесення в неї свого, індивідуального культурно-історичного контексту, перетворення, зафарбовування навколишнього в індивідуально-неповторні кольори.

Проблема життєвого світу є герменевтичною проблемою інтерпретації, тлумачення. Якою б раціональною не була людина, вона не може уникнути перекручувань сприймання, оцінювання, розуміння, не може позбутися вантажу власного досвіду, традицій, забобонів. Не меншою мірою, хоч і зовсім іншими засобами,

спотворює дійсність натура емоційна. І це для постмодерністської особистості зовсім непогано, а скоріше навпаки, оскільки чесніше, ближче до реальності.

Протягом життя форми інтерпретації світу, природно, багаторазово видозмінюються, іноді кардинально, різко, як це буває саме в кризовій ситуації, частіше — практично непомітно, еволюційно. Неабияку роль у самостійній інтерпретації зовнішнього середовища, перетворенні його на частинку життєвого світу особистості відіграє мова як основний засіб тлумачення буття. Досліджень текстів, сценаріїв, автобіографій, історій життя стає все більше.

Сьогодні зростає популярність такого універсально-архаїчного засобу інтерпретації дійсності і себе в ній, як міф. Пролонгована суспільна криза інфантилізує і соціум, і особистість, стимулюючи потребу в чарівному, неймовірному, незабутньому.

Метод побудови життєвого світу відповідно до потреби міфологізації досить складний, оскільки все треба перевернути “з ніг на голову”, як сказав би Я.Ю.Голосовкер, зробивши усвідомлене неусвідомлюваним і навпаки. Закон чи то абсолютної свободи бажання, чи то невичерпної творчої волі, такий природний для міфу, настільки ж природний і для життєдіяльності особистості епохи постмодерну.

Ні про який лінійний детермінізм у зв'язку з розвитком особистості і мови бути не може. На думку популярного американського філософа Г.Бейтсона, метафора — це логіка, на якій ґрунтується весь світ живого [цит. за 4, с.72]. Тканина живих речей не зв'язується логікою, хоча логіка і є добрим інструментом, завдяки якому людство одержувало великі дивіденди протягом останніх двох тисячоліть. Але якщо таку логіку прикласти до крабів і дельфінів, метеликів і формування людських навичок, то вона не спрацює. Зате спрацює метафора, котра виражає структурну подібність і є мовою природи, в тому числі і людської.

Життєвий світ — це результат саморуху особистості, небайдужого, пристрасного, непослідовного, суперечливого її ставлення до дійсності, у якій вона живе, до самого процесу життя.

Розвиток не є процесом послідовного виявлення усе більшої ефективності, він складається з надбань і втрат. Різні рівні розвитку синтезуються в рамках однієї конкретної біографії. Закономірності розвитку особистості протягом подолання нею життєвого шляху можна зрозуміти, якщо розглядати складний

взаємовплив вікових, історико-культурних і індивідуальних чинників.

Розвиваючись, особистість постійно будує і перебудовує свій життєвий світ, помиляючись і розчаровуючись, захоплюючись і поступово тверезіючи. Не кожне світоперетворення можна вважати розвитком, тобто прямуванням у прогресивному напрямку. Рух життєвим шляхом здійснюється не рівномірно-поступально, а хвилеподібно, аритмічно, то пришвидшуючись, то сповільнюючись; процеси диференціації й інтеграції чергуються. Нові, більш зрілі структури позбавляються зайвих елементів, синкретичної розмаїтості. З роками усе стає простішим, чіткішим, більш урівноваженим.

Становлення людини залежить від такої кількості різноманітних (і внутрішніх, і зовнішніх) умов, що створити маленький, гарненький штучний елізіум, у якому можна було б змодельювати ідеально гармонійний розвиток, — абсолютна утопія. І слава Богу. Важко уявити ту нудьгу, що огортала б мешканців цього неживого райського куточка.

Розвиток особистості не є лише кількісним накопиченням визначених змін. Інакше звідки б узятися якісно новим рівням, несподіванкам, фатальним помилкам і щасливим випадкам, якими наповнене кожне життя. Водночас цілком очевидно, що розвиток — це не тільки переривчастість, кризи, руйнації життєвого світу і нові його реконструкції. Метаморфози метаморфозами, а особистість на будь-якому віковому етапі все ж залишається впізнаваною.

Розвиток особистості поєднує гармонійні й дисгармонійні фази, кризи різної гостроти, глибини й складності, що породжують як позитивні, так і негативні новоутворення. Розвиток — результат цілої системи змін: прогресивних і регресивних, кількісних і якісних, оборотних і необоротних, стабільних і нестійких, спрямованих і стохастичних.

Процес розвитку начебто пробивається, прокладає собі дорогу крізь численні флуктуації. Він тільки частково скерований, цілеспрямований, суб'єктивно врегульований. Зміни, що відбуваються, можуть кумулюватися, інтегруватися, вишиковуватися у внутрішньо якимось чином з'ясовану, а зовнішньо цілком незрозумілу ламану лінію, звивисту траєкторію життєвого шляху.

Становлення життєвого світу відбувається в процесі необоротних змін, але не завжди в прогресивному напрямку, не векторно. І ні для кого не прості життєві обставини, і внутрішня

логіка розвитку передбачають регрес, затримки, повторення, складні життєві ситуації. Навіть якщо цілком благополучні, нормальні періоди життя й існують, вони не можуть тривати надто довго.

Життєві кризи, що їх час від часу переживає кожна особистість, викликають зміну парадигми, “переключення гештальту”, якщо користуватися термінологією Т.Куна. Зовсім необов’язково нова парадигма є кращою, але вона інша. Докризова й посткризова парадигми часто бувають настільки якісно різними, що їх важко порівняти, визначити сумірність.

Здійснюючи вибір, людина відмовляється від своєї життєвої парадигми, розчарувавшись у її ефективності. Якщо тон її актуальному дискурсу задавав один наратив, без кризи не обійтися. Якщо ж варіантів життєздійснення, форм інтерпретації свого життєвого шляху було кілька, криза стає необов’язковою.

Принцип завзятості, про який пише П.Фейерабенд [5], є цілком розумним, адже наше бачення життєвої проблеми здатне розвиватися, вдосконалюватися і з часом справлятися з тими складностями, які спочатку здавалися нездоланими.

Нерозумно надто покладатися на власний життєвий досвід, позаяк він цілком може бути помилковим, випадковим. Погодившись із принципом завзятості (зрозумівши значення наших звичок, стереотипів, автоматизмів, настанов), ми вже не будемо однозначно приймати уперті життєві факти, навіть якщо вони для нас прозорі. Ми зможемо звернутися до іншої життєвої концепції, навіть альтернативної відносно концепції колишньої, минулої. За Фейерабендом, саме так діє принцип проліферації.

Таким чином, серед шляхів профілактики та пом’якшення кризових станів слід назвати *своєчасне введення нової життєвої парадигми*.

Ми стимулюємо дебют життєвої кризи, вперто тримаючись за свою константну життєву модель. Шлях неухильної розробки єдиної парадигми життєтворення і раптової відмови від неї, коли проблеми стають надто складними, а ми ще готові запропонувати нову, більш адекватну модель життя, є шляхом стрибкоподібного, кризового розвитку.

Але абсолютно безкризовий розвиток все ж тупіковий, позаяк саме криза забезпечує людині можливість виходу за власні межі, за межі свого усталеного мікрокосму. Саме криза є справжньою можливістю трансцендування, визначення нової системи цінностей як змістового боку нової парадигми, нового наративу.

Саме з кризи людина стає здатною розпочати нове життя, побачити себе і світ новими очима, знайти іншу мову для написання свого життєвого сценарію.

РЕЗЮМЕ

Рассмотрено постмодернистское понимание личности как непрогнозированной метаморфозы гибкой системы, открытой экспериментированию. Подчеркнуто, что жизненные кризисы, переживаемые каждой личностью, стимулируются наличием одного нарратива, задающего тон актуальному дискурсу. Среди путей профилактики и смягчения кризисных состояний личности предложено своевременное введение новой жизненной парадигмы.

SUMMARY

The postmodern comprehension of a personality as an unpredicted metamorphoses of a flexible system open to an experimenting is discerned. The accent is made upon the fact that life crises of a personality is stimulated by a narrative that dictates an actual discourse. The opportune insertion of a new life paradigm is proposed among other ways of preventive measures and mitigation of crisis states of a personality.

Література

1. *Майерс Д.* Социальная психология. — СПб, 1997.
2. *Титаренко Т.М.* Життєвий світ особистості та детермінанти його побудови // Мистецтво життєтворчості особистості: У 2-х ч. — К., 1997. — Ч 1.
3. *Курапашвили М.Д.* Трансценденталии бессознательного и современный дискурс // Вест. Омского Гос. ун-та. — 1996. — Вып.2.
4. *Капра Ф.* Уроки мудрости. Разговоры с замечательными людьми. — К., 1996.
5. *Фейерабенд П.* Избранные труды по методологии науки: Пер. с англ. и нем. — Москва: Прогресс, 1986.

© Титаренко Т.М.

КУЛЬТУРНА КРИЗА ЯК ЕКЗИСТЕНЦІЙНИЙ ПРОЕКТ

Поняття кризи дедалі частіше трапляється в сучасному науковому дискурсі. Потрапивши в поле дослідницького інтересу, воно майже втратило притаманний йому присмак радикальності. Феномен кризи максимально релятивізувався. З'ясувалося, що інтерпретація кризи як власне кризи багато в чому залежить від позиції дослідника. В метафізичному дискурсі проблема кризи традиційно розглядається в контексті проблем вибору, відповідальності, свободи, раціональності.

Кризове екзистенційне існування людини є наперед заданою можливістю і необхідністю вибрати власне існування тут, у світі. Можливість вибрати — це, за М.Гайдегером, можливість повертати себе у світ, в усвідкритість. Є.Гусерль безпосередньо пов'язує кризу з ситуацією драматичного вибору, коли людині стає чужим її власний раціональний життєвий сенс. За Ж.-П.Сартром, людина є абсолютним вибором самої себе і тому відповідає за все: за війну, яку начебто сама оголосила, за залишений без уваги випадок, за власну пасивність, за самогубство й навіть за факт свого народження, тому що завдяки йому вона приречена бути відповідальною за саму себе.

Вибирати для самого себе відповідальність означає вибрати совість, тобто завжди бути винним. М.Шеллер вважає, що будь-яка відповідальна дія людини породжує конфлікти. Тривалі внутрішні конфлікти, у свою чергу, переростають в екзистенційні кризові проекти, розладнюючи символічне коло культури. Будь-яка людина, котра стверджує свою цінність у світі, обираючи власний життєвий шлях, займає трансцендентну позицію, позицію “екстазису”, суть якої полягає в бажанні подолати межі свого емпіричного буття у світі символічного ладу, яким є культура.

У контексті цього дослідження цікавим є спостереження, згідно з яким не тільки виникнення філософії та соціології вмотивоване суспільними кризами, але і взагалі протокультура і протомораль виникають як наслідок екзистенційної антропогенної кризи. Це припущення дає підставу проінтерпретувати його таким чином: уже в базових модусах символічного ладу

культури закладені механізми, коди, структури, спрямовані на подолання екзистенційних криз. На думку багатьох дослідників, саме падіння символічного ладу та повернення до нього, ритуальне оновлення символічних елементів, розроблених ще в космологічних цивілізаціях, проходять через усю історію людства і є основною проблемою його існування.

Спрямованість архаїчної культури, різних форм символічної вираженості та подолання конфліктів відстежується на рівні становлення архаїчних мов. Посилаючись на дослідження К.Абель, О.Ранк [1] зауважує, що головною особливістю архаїчних мов є те, що протилежності дуже часто позначаються одним словом, яке пізніше поділяється на два з протилежними значеннями. Поняття “табу” одночасно означає “святий” і “проклятий”, “неприємний”. Зняття, погашення внутрішньої конфліктності, яка в психологічному дискурсі часто визначається як амбівалентність, з метою утримання символічного ладу культури властиве і таким архаїчним культурним регулятивам, як міфи, ритуали, табу. В традиційних суспільствах таку терапевтичну функцію встановлення втраченої культурної та психічної рівноваги відіграє космогонічний міф. У результаті його реактуалізації, програнні символічного репертуару — від смерті до встановлення сакрального часу творення — культура оновлює своє існування, дістає втрачені витoki.

Навіть у первісній структуризації реальності у вигляді бінарних опозицій добрий-злий, свій-чужий, чоловічий-жіночий, живий-мертвий відстежуються стратегія і спроба подолання конфлікту через доведення протилежностей, які утворюють цей конфлікт, до полярностей, витіснення однієї на периферію та сакралізацію іншої.

Жорсткі механізми табування привели, на думку відомого американського антрополога М.Мід [2], до того, що всі ізольовані примітивні цивілізації різьче відрізняються від модерних за кількістю можливих виборів, дозволених кожному індивідууму. Парадигмальним прикладом абсолютної відсутності свободи індивідуального вибору в європейській історії вважається досвід Спарти.

Уже в архаїчних суспільствах можливість вибирати в символічній формі закріплюється в соціальній організації, життєвих стилях, системі виховання дітей, манері одягатися тощо.

Культури завжди табуювали або/і заохочували бажання людини вибирати, трансформуючи його в особистісну справу, або/і навпаки, розчиняючи в колективних формах відповідальності та свободи. В різних культурах існували й вибудовувалися різні моделі приведення до згоди усього багатоманіття людських бажань і воль. Давні греки, наприклад, в умовах панування полісної демократичної ідеології вирішували доволі просто проблему суспільної згоди: людині, яка не погоджувалася з умовами існування в полісі з його нормами, пропонувалося протягом 24 годин покинути територію полісу.

Сократ, випивши чашу з цикутою, лише радикально не погодився з запропонованою пропозицією, заявивши про можливість особистісного вибору ціною власного життя і ставши парадигмальною фігурою в західноєвропейській культурі. Його філософська і людська позиції ініціювали нові напрями й нове проблемне поле філософського знання. Ставлячи питання “що є людина — розум, добро, справедливість?”, Сократ відкрив перспективу майбутніх етики та антропології. Відмовившись від написання професійних філософських текстів і перевівши процес філософування в площину живого діалогу, він започаткував європейський раціоналізм, у якому вже тоді була зафіксована одна з центральних проблем філософії XX ст. — проблема співвідношення філософського знання з конструктами повсякденності.

Античний світ, на думку С.Аверінцева [3], знав права громадянина, а не права людини, яка була розчинена в космічному ладі: не протистояла світу власним вибором. Спроба вийти з родового традиціоналізму провокує нову екзистенційну культурну кризу — кризу становлення вісьового часу, часу усвідомлення можливостей вибору та відповідальності за нього.

На думку К.Ясперса [4], якому належить концепція вісьового часу, приблизно 500 р.до н.е. в культурі сталися події, що призвели до становлення нового символічного ладу, підставою для якого стало бажання людини звільнитися від міфологічного порядку світу з його “спокійною цілісністю” та врівноваженістю. Саме в цей час відбувається відкриття того, що пізніше дістало назви розуму та особистості.

Початок боротьби раціональності й раціонально вивіреного досвіду проти міфу привів до того, що спокій полярностей

змінився неспокоєм протиріч та антиномій. Міфологічне мислення поступово витискалося мисленням особистісним, критичним, совість постала альтернативою традиційній богобоязні. Духовним телосом західноєвропейської культури на багато сторіч став міф “раціональності”.

Людина протягом довгого історичного існування виробила різні стратегії подолання екзистенційних криз. Однією з них є стратегія, яку часто обирають жінки та маргінальні культури. Йдеться про *стратегію символічної жертовності*, котра, як вважає Сімона де Бовуар, є стратегією втечі від хворобливого досвіду відповідальності й авторства власного життєвого проекту.

Серед стратегій подолання сучасної культурної кризи, незалежно від парадигм, у яких працюють дослідники, що їх пропонують, домінує стратегія, що вже дістала назву у феміністичному дискурсі *стратегії “раціоцентризму”*. Такий шлях подолання сучасної культурної кризи на пострадянському просторі тяжіє до відомої думки М.Вебера про те, що раціоналізація є сенсом історичного процесу. Цю думку поділяють також відомі культурологи, представники франкфуртської школи Н.Еліас, М.Гелен. Процес поступу розвитку цивілізації в контексті особистісного поля культури полягає в раціоналізації форм поведінки, в поширенні самоконтролю та самозмушення, в постійному засвоєнні форм дистанціювання від безпосередньої ситуації. Раціональність при цьому часто тлумачиться як нарощування здатності до самоврядування. Культурні антропологи впевнені, що автономна особистість — це результат тисячолітньої соціокультурної реконструкції індивіда.

Є.Гелнер у праці “Причина та культура. Нові перспективи минулого” висловлює радикальну думку, про те що два великих соціологи — Е.Дюркгейм та М.Вебер розглядали одну проблему — проблему людської раціональності. Різниця в тому, що Е.Дюркгейма цікавила проблема, чому всі люди раціональні, а М.Вебера — чому деякі люди більш раціональні, ніж інші.

Оскільки класична теорія раціональності, як дискурс домінування, активно критикується в сучасному філософському дискурсі, що визнає існування різних типів раціональності, проблема раціональності поступово втягується в герменевтичний простір, у площину інтерпретації комунікативної

раціональності (Ю.Хабермас). Головним конфліктом сучасної культури вважається конфлікт значень і розрізень. Будь-який інший світ може бути сприйнятим як такий, що ставить під сумнів наш власний шлях насичення потреби в значенні і, отже, нашу ідентичність (О.Надлер). Стратегією подолання такого розуміння культурних конфліктів пропонується метод *“діалогу метафор”*.

Водночас відомий український культуролог і філософ Є.Бистрицький вважає, що за сучасних умов йдеться не просто про конфлікт (інтерпретацій, тобто не про конфлікт на ментальному рівні, який долається через розуміння, емпатію, певні герменевтичні процедури і де можливі взаєморозуміння, згода, навіть конфліктний консенсус), а про конфлікт політичних онтологій. На методологічному рівні, вважає він, перспективним є шлях поєднання досвіду теоретичного аналізу раціональної організації сучасного “полісу” з постмодерним досвідом екзистенційно-вольової плюралізації.

Цікаво, що пошуки, які здійснюються в межах філософського та культурологічного дискурсів, корелюють з роздумами і пошуками у психологічному дискурсі. Ясне усвідомлення всіх аспектів ситуації, на думку Е.Фрома, дає змогу зробити вибір оптимальним. Модель психологічного зростання, створена Ф.Перлзом, визначає психічне здоров'я особистості як здатність до саморегуляції. Невротик не здатний усвідомити, а отже, зробити правильний вибір, визначивши домінуючу потребу.

Головне завдання психотерапевта, за Д.Леонтьєвим, — допомогти людині здобути свободу свідомості (усвідомлення) та переживання своїх можливостей. Повноправний (агенсу) суб'єкт здатний переключатися з одних детермінант поведінки на інші й контролювати їх, робити свідомий вибір між альтернативами, вміти змінювати свій спосіб життя та свою ідентичність [5].

Відомо, що найбільш послідовним критиком раціонального характеру культурних інститутів був З.Фрейд. Раціональність як спосіб врядування буття і певний тип досвіду західної людини дістав у його тлумаченні назву репресивних механізмів придушення. Історики релігії та антропологи стверджують, що більшість сценаріїв психоаналітичних технік збігаються з архаїчними ритуалами та обрядами і насамперед з ритуалом ініціації, який ґрунтується на ідеї очищення, долучення до сакрального нерелексивного досвіду і т.ін.

Психоаналітична інтрига навколо феномена раціональності дуже показова. Апеляція до розуму завжди була синдромом “оздоровлення” культури, ствердженням цінності автономної та незалежної особистості, сподіванням відшукати можливості виходу з кризи силами самої людини. В контексті такої наповненості переживання світу і феномен раціональності видавався верифікованим, набрав виразних контурів і структури. “Втрата розуму” в культурі та набуття нею символічної ризоматичності стають подією ініціювання нових розломів, розладів та зрушень у символічному просторі культури.

РЕЗЮМЕ

Предпринята попытка осмыслить феномен культурного кризиса как инициируемый самой культурой (понимаемой как способ существования человека в мире) экзистенциальный кризисный проект. Проблематизированы известные в научном дискурсе стратегии преодоления культурных кризисов — стратегия символической жертвенности и стратегия “рациоцентризма”.

SUMMARY

The effort has been made to conceptualize a cultural crisis phenomenon as a one that is existential crisis project initiated by the culture itself (understood as a mode of a human existence in the world). Known in the scientific discourse strategies of cultural crisis overcoming – strategy of symbolic sacrifice and “ratiocentrism” strategy - are shown as problematic.

Література

1. Ранк О. Миф о рождении героя. — К., 1997.
2. Мид М. Культура и мир детства. — Москва, 1998.
3. Аверинцев С. Лики культуры: Альманах. — Москва, 1995. — Т. 1.
4. Ясперс К. Смысл и назначение истории. — Москва, 1996
5. Леонтьев Д. Психология свободы: к постановке проблемы самодетерминации личности // Психол. журн. — 2000. — Т. 21. — № 1.

© Лебединська І.В.

СУСПІЛЬНА І ОСОБИСТІСНА КРИЗИ

Стан суспільної кризи створює унікальну психологічну ситуацію, коли одночасно великі маси людей змушені адаптуватися до мінливої і фруструючої реальності. Змінюються, і досить суттєво, матеріальні умови буття, нестабільними залишаються політична й ідеологічна сфери. Ця трансформація є вельми динамічною, зміни мають не поступовий, а різкий, інколи драматичний характер. Вона актуалізує дію специфічних соціологічних та соціально-психологічних феноменів, які забезпечують пристосування людей до ситуації суспільної нестабільності.

Ми свідомі того, що тема про зумовленості свідомості буттям залишається актуальною сьогодні так само, як і раніше. Проте нам здається досить нагальним розгляд протилежного боку проблеми, аналіз того, як свідомість, спрямовуючи поведінку людей, впливає на їхнє буття. При цьому ми прагнемо не замикатися в рамках суто соціологічного, соціально-психологічного або психологічного підходів, а поєднати їхній доробок, сфокусувавши увагу на перехресті взаємодії суб'єкта з його життєвим світом.

Ці феномени виникають на перетині суб'єктивної і об'єктивної реальності, інтегруючи зовнішні впливи і внутрішні сприйняття та оцінки. В рамках такої дослідницької парадигми доречно поєднати різні погляди на систему людина — світ, від суто соціологічних до глибинно психологічних. Скажімо, психотерапевтична традиція, яка пов'язана з психоаналізом, гуманістичною психологією, логотерапією, має величезний досвід дослідження проблем особистісної адаптації, подолання труднощів в індивідуальному житті. Проте глибинний психологічний аналіз дав змогу виробити і новий погляд на проблему життя людини в цілому. Вивчення внутрішніх кризових станів суб'єкта дало змогу подивитися на життя людини як на самостійну проблему, а не як на її готове вирішення. Людина, що опиняється в проблемній ситуації, стає перед суперечливим вибором: починати розв'язувати проблему і одночасно терпіти всі складнощі, пов'язані з особистісною перебудовою, або залишити у своєму житті все так, як є, і терпіти наявність самої проблеми.

Така ситуація невизначеності вибору, на наш погляд, характерна для сучасної суспільної ситуації і спрямовує поведінку не окремих індивідів, а переважної більшості людей. При цьому, як і в індивідуальних випадках, величезне значення має те, чи готові люди до розв'язання своїх проблем, чи здатні вони взяти на себе відповідальність за своє життя. Безболісного вирішення при цьому в принципі не може бути. Проте залежно від дії сукупності різноманітних соціальних, соціально-психологічних і психологічних факторів вихід з кризового стану може бути більш або менш успішним.

По суті сама криза в соціально-психологічному плані — це крайній вираз дезадаптованості людей, які спілкуються або здійснюють спільні дії. Тобто успішність процесів особистісної адаптації слід розглядати в якості невід'ємної складової подолання суспільної кризи як такої. Складність сучасної ситуації посилюється також тим, що в умовах кризи блокується традиційний вид адаптації, який ґрунтується на конформності до соціальних норм, адже в суспільстві панує аномія.

Наші дослідження концентруються переважно на вивченні особистісних змін, які дають змогу людині розглядати ситуацію під таким кутом зору, щоб компенсувати негативні впливи іззовні. При цьому ми спираємося на розгляд взаємодії особистості й середовища в дусі концепції “онтології життєвого світу”, яка базується на висунутому ще К.Левіном принципі психологічної єдності особистості та оточуючого її світу. Як і Ж.Нюттен, ми керуємося тим, що це не дві окремі реальності, котрі входять в контакт одна з одною, а єдина система індивід — світ, в якій особистість і середовище виступають як два полюси складної системи взаємовідносин. Зміни на одному з полюсів з необхідністю ведуть до змін на іншому. І зміни ці значною мірою зумовлені позицією суб'єкта. Як влучно зазначав В.Франкл, “Людина не вільна від умов. Але вона вільна обрати позицію стосовно них. Умови не визначають її повністю... В кінцевому підсумку людина не підвладна умовам, з якими вона стикається; скоріше ці умови підвладні її рішенням” [1, с.78]. Проте зробити цей крок і усвідомити свою особистісну дієву позицію, піднятися над ситуацією вдається далеко не кожній людині.

Зазначимо, що загальний суспільний фон залишається в сучасних умовах досить несприятливим, значна частина людей

сприймає перетворення в суспільстві як фруструючу ситуацію. Причому фрустрованість виникає не тільки внаслідок погіршення матеріального стану. З психологічної точки зору, досить важливим є не тільки фактичний стан речей, а й динаміка ситуації очікування щодо її поліпшення або погіршення. З цього боку можна констатувати досить високий рівень фрустрованості населення України. Так, за даними загальнонаціональних опитувань, що проводяться Інститутом соціології НАН України, щорічно, починаючи з 1995 р. [2], переважна більшість респондентів відзначає, що їм не вистачає впевненості в тому, що ситуація в країні поліпшуватиметься (табл. 1).

Таблиця 1

Характеристика впевненості в тому, що ситуація в країні поліпшуватиметься
(% до загальної кількості опитаних, N=1800)

Відповідь	1995 р.	1997 р.	1999 р.	2000 р.
Не вистачає впевненості	69,3	70,3	74,3	69,3
Важко сказати, вистачає чи ні	23,4	22,0	17,0	19,9
Вистачає	9,4	6,3	6,5	8,5
Не цікавить	1,9	1,2	1,6	1,9

Як бачимо, спостерігається не поліпшення, а погіршення цієї психологічної складової світосприйняття, тобто можна констатувати, що високий рівень фрустрованості зберігається протягом уже досить тривалого часу.

Взагалі проблема стресогенності ситуації є досить складною, оскільки вона значною мірою суб'єктивована: ту саму подію одні люди сприймають байдуже, а інші реагують на неї дуже болісно. З психологічного боку визначальною для особистості є цінність того, що може бути втрачене. Якщо ця цінність велика, загроза її втрати породжує стрес. Сучасна ситуація, змінивши кардинальні основи організації життя людей, поставила перед більшістю з них проблему захисту цілісності свого Я, змусивши адаптуватися не до окремих негараздів, а до нового життя як такого. Це було б досить нелегко навіть за суспільного поліпшення умов існування, не кажучи вже про наявне їх погіршення.

Фактично ситуація суспільних змін спричинює поділ людей на три загальні групи: тих, що адаптувалися; тих, що намагаються це робити, і так званих “дезадаптантів”. Першу групу становлять суб’єкти, що демонструють надситуативну активність, здатність “піднятися над ситуацією”, встановити нову ієрархію цілей і виробити нові поведінкові стратегії. На протилежному полюсі — група “дезадаптантів”, для яких характерне тривале переживання внутрішніх і зовнішніх конфліктів без досягнення більш-менш дієвої компенсації. Деадаптивна стратегія не веде до вирішення проблемної ситуації, а лише ускладнює її, поглиблює особистісні труднощі.

Між цими полярними проявами адаптації в ситуації суспільної кризи перебуває ціла система різних за ступенем і засобами адаптованості суб’єктів. Слід зважати також на те, що ступінь адаптованості людей змінюється: одні переходять від рівня нормальної адаптації до дезадаптації, інші, навпаки, долають протиріччя і виходять з кризової ситуації.

Існування таких груп чітко підтверджується даними моніторингу, який виявив досить чітке розшарування населення за ступенем адаптованості на три групи. Це невелика частка тих, хто сприймає нову соціальну ситуацію як природну для себе, дещо більша за розміром група тих, хто намагається пристосуватися до змін, і, нарешті, найбільша й найінертніша група респондентів, котрі воліють зберегти свій життєвий світ, не бажаючи сприймати нові реалії життя (табл. 2).

Як бачимо, соціальна ситуація, що задана населенню об’єктивно, для різних груп виступає фрустратором різної сили і зумовлює різні реакції. Фіксується картина, яка свідчить про складність адсорбції соціальних змін життєвим світом людини. Це значною мірою залежить від того, як сприймається людьми реальне розходження між бажаним і доступним. Таке розходження нерідко провокує внутрішній конфлікт, коли суб’єктивно значуща система цінностей стикається з труднощами об’єктивної реалізації. Внаслідок цього люди відчують незадоволеність життям, знецінюють будь-які позитивні його моменти, займаючи позицію типу “мені не потрібно те, що в мене є, бо в мене немає того, що мені потрібно”.

Міра пристосованості до сучасного життя
(% до загальної кількості опитаних, N=1200)

Відповідь	1997 р.	1998 р.	1999 р.	2000 р.
Активно включився в нове життя, ринкові відносини здаються мені природним способом життєдіяльності	7	4	7	9
Перебуваю в постійному пошуку себе в теперішньому житті	36	39	37	36
Не маю бажання пристосовуватися до теперішньої ситуації, живу, як прийдеться, чекаю змін на краще	45	41	47	44
Важко відповісти	11	16	9	12

Оцінюючи сучасну ситуацію, ми припускали, що така позиція буде досить поширеною і значна частка населення не вбачатиме в сучасних умовах нічого цінного для себе саме через недоступність втрачених реалій минулого життя. Це цілком підтвердили дані моніторингу, згідно з якими частка населення, яка не пов'язує із змінами, що відбулися, жодних сподівань, практично не змінюється протягом останніх шести років. Близько 40% населення, незважаючи на коливання соціально-економічної та політичної ситуації в країні, не бачать для себе нових цінних можливостей у сучасній ситуації. Можна припустити, що йдеться про певний психологічний блокатор, роль якого виконує настанова на небажаність змін як таких, бо їх визнання потребує пристосування, а це, в свою чергу, погрожує цілісності “Я-концепції”.

Хоча об'єктивно всі ми живемо в спільному просторі кризового суспільства, в ньому співіснують зовсім різні світи — бідних і багатих, комуністів і націонал-патріотів і т.ін. Люди, що ідентифікують себе з різними соціальними групами, неоднаково бачать все, що відбувається в суспільстві, їхні світи будуються на різних засадах категоризації, мають відмінні причинно-наслідкові закони, насичені різними змістами і цінностями.

Соціально-психологічний кут зору на побудову особистісної картини світу, на відміну від особистісно-психологічного, сфокусований саме на тих узагальнюючих конструктах, які людина

використовує в процесі побудови особистісної картини світу. Такий підхід започаткований ще Т.Адорно, який зазначав, що можлива “інтеграція соціологічних критеріїв у психологічні конструкти”. Такі соціологічні критерії можуть стосуватися членства в групі або ідентифікації наших суб’єктів такою самою мірою, як і соціальних цілей, настанов і зразків поведінки” [3, с.80]. Якщо, наприклад, людина ототожнює себе з тими, хто сповідує комуністичні погляди, вона не сприймає теперішнє життя як принципово позитивне. Її оцінки ґрунтуються на цьому базовому конструкті, і вона оцінює будь-які об’єктивні реалії під цим кутом зору.

Саме тому, на нашу думку, найважливішим компонентом соціально-психологічного дослідження адаптації людей до умов суспільної кризи є вивчення суб’єктивної картини життєвого світу особистості. Причому найважливішим видається пошук тих вузлових точок у картині світу, в які вмонтовані базові категоріальні уявлення, що є функцією групової ідентифікації особистості. Вони спрямовують адаптивну поведінку людини, визначають те, якою мірою в картині життєвого світу відбивається дійсність, котра, в кінцевому підсумку, і зумовлює адекватність сприймання людиною нових вимог, які ставить перед нею суспільство, що трансформується.

РЕЗЮМЕ

Рассмотрено действие социального кризиса как фрустратора продленного действия. Современная ситуация определена как ситуация неопределенности выбора и аномии. Проанализированы данные мониторинга динамики социального самочувствия людей (1995 — 2000 гг.). Выделены основные группы населения, различающиеся уровнем адаптированности к ситуации кризиса.

SUMMARY

The impact of a social crisis is interpreted as a factor of long-term frustration. The temporary situation is defined as a situation of anomy and choice uncertainty. Data of social condition dynamics monitoring are analyzed (1995-2001). Main groups of population that can be differentiated according to their level of crisis situation adaptation are defined.

Литература

1. Франкл В. Человек в поисках смысла: Пер. с нем. — Москва, 1990.
2. Українське суспільство: моніторинг соціальних змін (1994 — 1999). — К.: Ін-т соціології НАН України, 1999.
3. Адорно Т. Типы и синдромы. Методологический подход // Социол. иссл. — 1993. — № 3.

© Злобіна О.Г.

*Н.В.Чепелева, Институт психологии
им. Г.С.Костюка АПН Украины*

ПОНИМАНИЕ И ИНТЕРПРЕТАЦИЯ КРИТИЧЕСКОЙ СИТУАЦИИ

Мы разделяем *фактическую жизненную ситуацию*, т.е. явный комплекс окружающих человека обстоятельств, внешних условий ее деятельности, общения, и *отражение ситуации в сознании субъекта*. В последнем случае будем говорить о психологической ситуации — проанализированных, осмысленных жизненных обстоятельствах, условиях, событиях и т.п.

Таким образом, *психологическая ситуация* — это отражение реальной жизненной ситуации в смысловой сфере человека. Причинами ее возникновения являются проблемы, которые содержат внешние жизненные ситуации, а также внутренние психологические проблемы личности, изменяющие ее отношение к самой жизненной ситуации. И внешние, и внутренние проблемы побуждают осмысление ситуации, превращение ее в чисто психологическую ситуацию.

Одним из видов психологических ситуаций являются *критические ситуации*. Это ситуации “невозможности”, в которых человек сталкивается с невозможностью реализации внутренних потребностей своей жизни (мотивов, стремлений, ценностей) [1].

Общим для всех критических ситуаций является то, что они требуют специальной внутренней работы по преодолению указанной невозможности, восстановлению утраченного смысла, обретению новых смыслов. То есть в ситуации невозможности

человек утрачивает привычные смыслы и перед ним встает “задача на смысл” (А.Н.Леонтьев) — на нахождение новых источников смысла, переосмысление ситуации и т.д. Осуществление этого возможно лишь на основе понимания реальной жизненной ситуации.

Говоря о понимании жизненной ситуации, чаще всего подразумевают вид понимания, который А.Лоренцер назвал логическим пониманием, или воспроизведением смысла ситуации на основе анализа всех ее элементов, установления связей между ними, выяснением последовательности событий и причин тех или иных действий, поступков, высказываний. С помощью такого понимания человек пытается охватить суть своей ситуации в ее реальных параметрах, выяснить, что именно происходит, каковы причины и следствия тех или иных событий, высказываний [2]. В.Франкл называет этот процесс усмотрением смысла ситуации [3].

Однако в реальности такой логический анализ ситуации не производится в силу ряда причин, среди которых на первый план выступают чисто психологические причины. Человек иногда не только не может осознать суть своих проблем, но ему трудно подчас отделить фактическую ситуацию от ситуации, созданной его воображением. Иными словами, человек часто видит в ситуации не фактическое состояние вещей, а свое представление о них, просеивая реальные факты сквозь сито своих личностных смыслов или переструктурируя ситуацию таким образом, что один из ее элементов (часто не самый значимый) заменяет собой ситуацию в целом. Речь идет о неправильном структурировании ситуации. Естественно, в этом случае говорить об адекватном понимании ситуации не приходится.

Чаще человек, попадая в трудную ситуацию, не анализирует ее, не пытается выстроить ее четкую структуру, иными словами, не пользуется процедурами логического понимания, а скорее интерпретирует ее в соответствии со своими целями, задачами, смыслами, базовыми жизненными концепциями, которые выступают в виде интерпретационных рамок, накладываемых личностью на ту или иную ситуацию.

Интерпретацию мы трактуем как осмысление человеком ситуации, “набрасывание смысла на текст” (Х.-Г.Гадамер), однако не произвольное, а направляемое интерпретационными схемами

(или рамками), которые ограничивают контекст, создавая особое семиотическое пространство понимания. Отметим при этом, что ситуация может трактоваться как текст, если последний рассматривать в семиотическом плане — как то, что подлежит упорядочиванию, означиванию и осмыслению.

На первый взгляд, предложенная трактовка интерпретации противоречит общеизвестному определению П.Рикера, рассматривающего ее как работу мышления по расшифровке смысла, стоящего за очевидным смыслом [4]. Однако именно этот скрытый смысл, который и должна “расшифровывать” интерпретация, в большой степени зависит не только от контекстуального богатства исходного сообщения или ситуации, но и от сложности и многоплановости смысловой сферы личности, что и позволяет ей по-разному осмысливать исходное сообщение в зависимости от имеющихся схем анализа и грамотного их применения.

Таким образом, интерпретация является механизмом смыслового обогащения текста, осуществляемого благодаря погружению в контекст — личностный, деятельностный, культурный. Именно контекст, как уже отмечалось, задает те интерпретационные рамки, которые, с одной стороны, ограничивают смысловое пространство текста (ситуации), позволяя отбросить несущественные смыслы, с другой — расширяют его, обогащая новым пониманием содержания сообщения. Нами были выделены следующие виды интерпретационных схем:

- смысловые, включающие прежде всего личностные смыслы
- мотивированное отношение к значению, форму включения значения в структуру сознания личности;
- культурные, использующие имеющиеся в культуре образцы;
- когнитивные, включающие концептуальные схемы, знания и представления субъекта.

Отметим, что человек, интерпретируя трудную ситуацию, может использовать все перечисленные выше схемы. Причем делает он это часто неупорядоченно, хаотично, что еще больше искажает восприятие и понимание им ситуации, препятствуя успешному ее разрешению.

Таким образом, не внешние обстоятельства сами по себе, какими бы тяжелыми они не являлись, а именно их осмысление, интерпретация субъектом превращают ситуацию в критическую, иначе говоря, в подвид психологической ситуации. Здесь можно

сослаться на А.Адлера: “Никакие пережитые события не являются причиной успеха или неудачи. Мы не страдаем от шока, случившегося с нами, — так называемых травм, но мы творим из них то, что соответствует нашим целям. Мы самоопределяемся теми значениями, которые мы придаем происходящему с нами” [5].

Следовательно, основное значение для человека имеют не сами события, а тот смысл, который он вкладывает в них, и ситуативные смысловые единства, возникающие на основе переживания и осмысления реальной ситуации. Эти значения и смыслы, в свою очередь, фиксируются в текстах, которые человек как бы накладывает на свой опыт, пытаясь осмыслить и понять его. Бывает, что при этом он подменяет задачу на “прояснение смысла” осознаваемой или чаще неосознаваемой задачей на “сокрытие смысла”, выстраивая текст, который только затемняет истинную глубинную структуру проблемы.

Итак, текст выступает как средство организации, осмысления и упорядочивания личного опыта, содержанием которого являются не только концепты, отражающие понимание, интерпретацию человеком действительности и самого себя, но и мир его внутренних переживаний, мир его индивидуально-авторского отношения к действительности. Значит, переживание может стать текстом, и такого рода трансформация удивительным образом облегчает переживание [6].

В связи с изложенным возникает вопрос о характере текста, как бы накладываемого на осмысливаемую ситуацию и позволяющего упорядочить и осмыслить ее. Здесь уместно вспомнить утверждение Л.Витгенштейна о том, что смыслы принимают форму, порядок и связность, только будучи рассказанными. Это подчеркивается и в концепции американского литературоведа Ф.Джеймсона о нарративе как особой эпистемологической форме, организующей специфические формы нашего эмпирического восприятия. Суть концепции — все воспринимаемое может быть освоено человеческим сознанием только посредством повествовательной фикции, вымысла; иными словами, мир доступен человеку только в виде историй, рассказов о нем [7].

Отсюда следует, что сообщается нечто о некотором жизненном событии (затруднительном положении, намерении), когда излагается сон или сообщается о болезни или состоянии страха, это обычно принимает форму нарратива. Сообщение оказывается

представленным в форме истории, рассказанной в соответствии с определенными правилами [8]. Следовательно, на вопрос “каким образом люди пытаются осмыслить свой опыт, как они оформляют при этом свои интенции, надежды и страхи, как справляются с напряжениями, противоречиями, конфликтами и затруднениями?” мы должны отвечать — “рассказывая истории”.

Здесь можно вспомнить и слова П.Рикера: “Только в той или иной форме повествования — повествования на тему повседневной жизни, исторического повествования, связанного с вымыслом, — жизнь обретает единство и может быть рассказана” [9], а значит, добавим, и представлена как себе, так и другому. Возникает вопрос, который задают авторы, разрабатывающие проблематику нарратива, «является ли рассказывание жизни и ее проживание одним и тем же по своей сущности феноменом или “жизнь” и “жизненная история” сложным образом переплетены и вовлечены в один непрерывный процесс продуцирования значений и смыслов?»

Что делает нарративы такой удобной, эффективной и естественной формой осмысления реальности? Очевидно то, что они сами являются частью этой реальности. Как отмечают Й.Брокмейер и Р.Харре, мы не получаем специальных инструкций относительно того, как рассказывать истории. Мы просто привыкаем к широкому репертуару сюжетных линий, другими словами, вращаемся в культурный канон нарративных моделей. Этот процесс нарративного и дискурсивного “образования” начинается тогда, когда дети начинают говорить и слушать истории [8].

Таким образом, существенная характеристика нарратива состоит в том, что он является в высокой степени чувствительным к изменчивой и подвижной природе человеческой реальности, поскольку является частью этой реальности. Он действует как открытая и способная к изменениям интерпретационная рамка, позволяющая нам приблизиться к границам вечно изменяющейся и вечно воссоздающейся реальности. Нарратив также предлагает возможность задавать порядок и придавать согласованность опыту фундаментально нестабильного человеческого существования, а также изменять этот порядок и согласованность, когда опыт или его осмысление меняются. В то же время нарративы действуют как чрезвычайно изменчивые формы посредничества между личностью и культурой. Рассмотренные под таким углом зрения

нарративы являются одновременно моделями мира и моделями собственного Я. Посредством историй мы конструируем себя в качестве части нашего мира [8].

Что делает тот или иной дискурс с историей? В качестве необходимых условий должны быть действующие лица и сюжет, который эволюционирует во времени.

По мнению П. Рикера, главной характеристикой порождения нарратива является интригообразование, которое складывается из отбора и упорядочения повествуемых событий и действий, что превращает фабулу в законченную и цельную историю, имеющую начало, середину и конец. Интрига, в свою очередь, — это совокупность сочетаний, посредством которых события преобразуются в историю или, соответственно, история извлекается из событий. Иными словами, интрига — посредник между событием и историей [9, с. 62 – 63].

Следовательно, человек, пытаясь осмыслить, описать свой опыт, ищет подходящий сюжет, который мог бы упорядочить описываемые им события, например, литературный, исторический, архетипический, мифологический и др., т.е. сюжет, зафиксированный теми или иными средствами в культуре. Этот сюжет (нарративная структура) и выступает в виде интерпретационных рамок, накладываемых человеком на осмысливаемую действительность.

В последнее время все большее распространение в зарубежной психологии получает подход, согласно которому нарративы, истории, рассказываемые людьми, дискурс и другой культурный материал играют важную роль в создании и поддержании культурной, социальной, национальной и личной идентичности. Особый интерес в связи с этим вызывают работы представителей так называемого “социологического конструктивизма”, которые для обоснования своей теории личности или, как они предпочитают ее называть, “идентичности”, обращаются к концепции текстуального мышления, постулируя принципы самоорганизации сознания и специфику его личностного самополагания по законам художественного текста. Например, Дж. Брунер различает нарративный модус самоосмысления и самопонимания и более абстрактный научный модус, который он называет “парадигматическим”. Последний лучше приспособлен для теоретически абстрактного самопонимания индивида. Он абстрагируется от

конкретики индивидуального опыта, от непосредственного жизненного контекста, в то время как “нарративное понимание” несет на себе всю тяжесть жизненного контекста, поэтому является лучшим средством для передачи человеческого опыта и связанных с ним противоречий. Согласно Дж.Брунеру, воплощение опыта в форме истории, рассказа позволяет осмыслить его в интерперсональной, межличностной сфере, поскольку форма нарратива, выработанная в ходе развития культуры, уже сама по себе предполагает исторически опосредствованный опыт межличностных отношений [7].

Пытаясь вскрыть связи между нарративами и личностными образованиями, некоторые авторы указывают на значение нарративов в формировании Я-концепции. Последняя рассматривается как нарративная конфигурация, благодаря которой различные жизненные события и эпизоды структурируются в единое целое [10, 11]. Однако реальный психологический механизм, обеспечивающий соединение различных элементов человеческого существования в единое целое, не описан. Хотя заслуживает внимания мысль Р.Барта о том, что исток, определяющий возникновение всякой сюжетной последовательности, — не в самом по себе наблюдении над действительностью, а в необходимости видоизменить и преодолеть самую первичную форму, данную человеку, форму повтора: по самой своей сути сюжетная последовательность — это такое целое, внутри которого невозможны никакие повторения; сама логика, а вместе с ней и весь повествовательный текст играют здесь эмансипирующую роль. И весьма вероятно, что люди постоянно, снова и снова, проецируют в повествовательный текст все, что они пережили, все, что они видели. Однако, замечает Р.Барт, они проецируют все это в такую форму, которая одержала победу над принципом повторяемости и утвердила модель становящегося бытия [12].

Можно также предположить, что истоком нарративного текста является определенный личностный миф, в котором в символической форме представлены основные смыслы и концепции бытия человека. Этот миф, имеющий, в отличие от нарратива, свернутый вид, превращается в линейную последовательность событий, эпизодов, которые, в свою очередь, подчинены единой внутренней логике, задаваемой личностным мифом. Тут можно сослаться на пример Ю.М.Лотмана, которым он поясняет

порождение литературного произведения из замысла, существующего, как правило, не в линейной, а скорее в пространственной форме, в линейный текст. Этот процесс, по мнению исследователя, напоминает отношение клубка шерсти к нитке, разматывающейся из него: клубок существует пространственно в некотором едином времени, а нитка из него разматывается во временном движении, линейно [13, с.107 – 108].

Таким образом, нарратив можно определить как замкнутую завершённую структуру, включающую такие характеристики, как последовательность и завершённость действий, событий, сменяющих друг друга и размещённых в хронологическом или же другом, подчинённом какой-то внутренней логике порядке; оценки наиболее значимых событий и аффективное отношение к ним рассказчика. Нарратив представляет собой трансформацию неупорядоченных жизненных событий в определённую последовательность, выстроенную исходя из общей жизненной концепции рассказчика или же его личного мифа, определяющих внутреннюю логику порождаемого текста.

В последнее время метод рассказывания историй находит все большее распространение в психотерапии. Как отмечают Е.С.Калмыкова и Э.Мергенталер, в ходе индивидуальной психотерапии происходят осмысление и переработка личной истории пациента через диалог с психотерапевтом. В результате у пациента постепенно возникает новое видение этой истории, причем не только в интеллектуальном, но и в эмоциональном плане. Благодаря этому и происходит изменение в психотерапии — пациент приходит к более целостному и позитивному, оптимистическому восприятию своей жизни и самого себя [14]. Иначе говоря, нарративный модус понимания человека позволяет не только осмыслить суть ситуации клиента, но и помочь ему разобраться в себе, выстроить более продуктивную “историю”, лишенную многих противоречий, проблем и внутренних конфликтов, “историю”, с которой он мог бы примириться, принять ее как свою собственную или же как план, по которому можно создавать дальнейшую “историю” собственной жизни.

В нарративной психологии была осуществлена попытка понять не только способ, которым люди, используя нарративы, приспособляются к различным травмирующим событиям, каким образом они реагируют на них, но и понять, как движется

личность, пытаясь найти выход из этих ситуаций. Было выделено следующие пути приспособления к ситуациям, разрушающим обычный ход человеческой жизни:

1) создание истории изменения/роста (ориентация на настоящее);

2) создание нормализующей истории (ориентация на будущее);

3) создание истории утраты (ориентация на “пустое” настоящее).

Те, кто, приспосабливаясь к критическим ситуациям, использовал историю изменения/роста или нормализующую историю, пытались сохранить смысл, цели своей жизни, несмотря на то, что осознавали неизбежность своей смерти или невозможность вернуть потерянных родных или близких. Конечно, каждый делал это своим способом, создавая свою историю, но эти два пути способствовали поддержанию внутренней целостности, а также помогали сохранить связь с прошлым и поддержать связь с будущим. Построение нарратива изменения/роста связано с принятием своего опыта, когда кризис используется для открытия новых граней своей личности, лучшего самопонимания и как один из путей саморазвития. Если же человек оказывался неспособным выдержать травмирующее событие, поддержать непрерывность и последовательность своей жизни, он строил нарратив “утраты”. Можно сказать, что это утрата не только смысла существования, но и себя как личности, своего Я, отказ от своего опыта, его перечеркивание. Этот нарратив иногда называют не рассказом, а анти-рассказом, в котором не существует никакой последовательности и в котором человек не способен выразить себя [15].

Иными словами, человек, проживая жизнь, создает ее историю, и критическая ситуация, травмирующее событие только тогда способствуют личностному росту человека, если впадают в эту историю, не нарушая ее целостности и тем самым не разрушая личность. Ибо, по Рубинштейну, человек лишь постольку и является личностью, поскольку он имеет свою историю.

РЕЗЮМЕ

Розглянуто проблеми інтерпретації та розуміння кризової ситуації. Остання тлумачиться як різновид психологічної ситуації, що є відображенням реальної життєвої ситуації у свідомості людини. Обґрунтовується підхід, згідно з яким розуміння та інтерпретація складної життєвої ситуації об'єктивуються у свідомості людини у вигляді нарративу як найбільш поширеної в культурі форми представлення особистого досвіду людини.

SUMMARY

Problems of a crisis situation interpretation and comprehension are discerned. The latter is interpreted as a psychological situation variant that is a reflection of a real life situation in the human consciousness. The attitude has been substantiated according to which the comprehension and interpretation of a complicated life situation are objectified in human consciousness as a narrative as one of the most disseminated in the culture forms of the human personal experience presentation.

Литература

1. Брокмейер Й., Харре Р. Нарратив: проблемы и обещания одной альтернативной парадигмы // *Вопр. философии*. — 2000. — № 3.
2. Руткевич А.М. Глубинная герменевтика А. Лоренцера // *Логос*. — 1992. — № 3.
3. Франкл В. Человек в поисках смысла. — Москва, 1990.
4. Рикер П. Конфликт интерпретаций: Очерки о герменевтике. — Москва, 1995.
5. Сидоренко Е.В. Экспериментальная групповая психология: Комплекс “неполноценности” и анализ ранних воспоминаний в концепции Альфреда Адлера. — СПб, 1993.
6. Лобок А. М. Диалог с Л. С. Выготским по поводу письменной речи // *Вопр. психологии*. — 1996. — № 6.
7. Ильин И.П. Постмодернизм от истоков до конца столетия: эволюция научного мифа. — Москва, 1998.
8. Василюк Ф.Е. Психология переживания. — Москва, 1984.
9. Рикер П. Герменевтика. Этика. Политика. — Москва, 1995.
10. Karakozov R.R. Narratives, Personal Sense, Chronotope & Identity // *Activity Theory and Cultural Historical Approaches to Social Practice. Fourth Congress of the Cultural Research and Activity Theory: Abstracts*. — Aarhus. Denmark, 1998.

11. *Mattingly C.* Narrative Suspense and the Lost Self // Activity Theory and Cultural Historical Approaches to Social Practice. Fourth Congress of the Cultural Research and Activity Theory: Abstracts. — Aarhus, Denmark, 1998.
12. *Барт Р.* Введение в структурный анализ повествовательных текстов // Зарубежная эстетика и теория литературы XIX – XX вв. — Москва, 1987.
13. *Лотман Ю.М.* Внутри мыслящих миров. Человек — текст — семиосфера — история. — Москва, 1999.
14. *Калмыкова Е.С., Мергенталер Э.* Нарратив в психотерапии: Рассказы пациентов о личной истории // Психол. журн.. — Т. 19. — № 5. — 1998.
15. *Crossley M.L.* Introducing narrative psychology. Self, trauma and the construction of meaning. — Open university press. — Philadelphia, 2000.

© **Чепелева Н.В.**

И.П.Маноха, Киевский национальный университет им. Тараса Шевченко

ТРАДИЦИЯ И ЭКСТРАДИЦИЯ В МЕТОДОЛОГИЗАЦИИ КРИЗИСНЫХ ЯВЛЕНИЙ БЫТИЯ ЧЕЛОВЕКА

Содержательный уровень культурно-исторического развития науки (как и других сфер культурного пространства в целом) определяется совокупностью характеристик, среди которых особое место занимает диада “традиция — экстрадиция”. Названная диада является той культурно-исторической характеристикой, актуальность которой содержательно определяется признаками конкретного исторического времени (периода, эпохи и т.д.), но по сути остается неизменно высокой, независимо от того, Античность, Новое время или XX век влекут исследователя говорить об их историческом портрете.

Традиция (от лат. *traditio* — передача) понимается как передача духовных ценностей от поколения к поколению, что составляет основу культурной жизни человечества. Традицией называют также то содержание, которое передают. Это содержание должно соответствовать принципам сущности,

целостности и непременно — неизменности. Воспроизводимость в неизменном виде независимо от перемен, которые приносит конкретное историческое время, — существо традиционного (того, что основано на традиции).

Экстрадиция — явление, естественным образом сопровождающее и пронизывающее культурно-исторические процессы. Прежде все это тенденция к преобразованию традиции или инициирование препятствия для ее (традиции) воспроизведения. Можно выделить несколько причин появления экстрадиционных процессов. Во-первых, это стремление к усовершенствованию традиционного и достижению “новизны” в чем-то. Данный побудительный мотив часто воспринимается как позитивная сторона всего экстрадиционного, однако результаты его воплощения далеко не всегда соответствуют признакам “позитива”. Во-вторых, это стремление к отрицанию (смене) установившегося, уже состоявшегося, доминирующего. Как известно, “отрицание доминанты” само по себе имеет достаточно большую побудительную силу, не говоря уже о тех ситуациях, когда предметом отрицания становится общепризнанный авторитет, традиция как воплощенная идея, имеющая культурно-историческую ценность и цену. Проблеме экстрадиционных явлений в психологической науке предполагается посвятить данное исследование.

Иногда науку называют особым видом искусства, суть которого состоит в умении особым образом думать и говорить о предмете. “Говорящий обязан настолько подчиняться природе предмета, о котором идет речь, насколько это необходимо для того, чтобы слушатель мог получить и знание о его науке, и некоторое удовольствие: форма должна быть изящной, содержание — добротным, отдавая тем самым дань элегантности” [3, с.174]. Ведь там, где заканчиваются хорошие искусства, начинаются плохие.

Исходным моментом любого познавательного акта в науке есть **методологизация** — своеобразное “искусство искусств”, если придерживаться определения науки как особого вида искусства. Методологизация открывает познавательный акт, независимо от того, создает ли исследователь оригинальную объяснительную

конструкцию или использует уже существующую для дальнейшего применения ее в конкретном исследовании.

Известны примеры сравнения методологизации со своеобразной и очень серьезной игрой, имеющей последствия значительной потенцирующей мощи. Именно в этом таится корень множества опасных последствий, особенно если методологизация осуществлена по принципам “плохого”, а не “хорошего” искусства (или воплощенного мастерства). “Игра происходит и там, а преимущественно и собственно там, где тематические горизонты не сужены для-себя-бытием субъективности, но и там, где нет субъектов, которые ведут себя игровым образом”, — утверждает *Г.-Г.Гадамер* [2, с.103]. Чтобы игра имела место, не обязательно знать или договориться о ней. Игра имеет место и тогда, когда игроки даже не подозревают о том, что они являются игроками. А уж если правила установлены, тогда нет сомнений в том, что “быть игре”.

Гадамер считал иллюзией думать, что игроки — это субъекты игры. Подлинным и единственным субъектом здесь выступает сама игра и “только игра”. “Игроки — не субъекты игры, в лучшем случае игра приобретает свое воплощение через тех (или благодаря тем), кто играет” [2, с.103]. Если признать, что методологизация — суть серьезная научная игра, то она действительно в каждом конкретном случае диктует свои правила. Однако исполнение этой игры (как сложного научного произведения) может доставить исполнителю немало захватывающих мгновений, условия продуктивности которых — соответствие жанру (или конкретному типу методологизации), соответствие приемам и способам воплощения жанра (или конкретным приемам теоретизирования), а также познавательный порыв творческого субъекта (собственно исследователя, предпринимающего игру, ожидающую ее виртуозного исполнения).

Методологизация состоит из двух необходимых элементов. Первый из них — *теоретизация*. Ее результатом становится построение объяснительной теории предмета. Второй — *технологизация*, или построение системы прикладных проекций познаваемого предмета, воплощенных в конкретных техниках, приемах и методах исследования, техниках преобразующего влияния,

применяемых в том числе и в сфере психологического консультирования, психотерапии и т.д.

Методологизация кризисных явлений бытия человека отличается особой степенью значимости в силу значимости ее предмета, а также с точки зрения “веса и цены” последствий соприкосновения психолога с такими рода явлениями на практике. Считается, что методологизация (или системное и всестороннее “понимающее объяснение” сущности предмета) позволяет избежать многих проблемных ситуаций в сфере практического действия психолога.

Кризисные явления в бытии человека имеют особый статус. Критичность, как онтологическая характеристика бытия человека, свойственна ему по сути способа осуществления. Это значит, что кризисные явления в той или иной сфере жизнедеятельности естественным образом сопровождают, а также во многом обуславливают новые достижения и приобретения человека на пути развертывания его индивидуального потенциала. Следовательно, характер и продуктивность преобразующего влияния психолога на кризисную ситуацию личности, обратившейся за помощью, способны обусловить не только эффективность преодоления личностью признаков конкретного локального кризиса, но и дальнейший уровень, а отчасти и масштаб жизнеосуществлений данной личности.

Поэтому в центре внимания должен оказаться вопрос о том, какие же *способы преодоления кризиса* предлагает психолог “кризисной личности” в системе своих преобразующих воздействий, а также через набор конкретных приемов и техник психологического влияния. Именно в рассмотрении данного вопроса весьма иллюстративным представляется взаимодействие традиционных и экстрадиционных тенденций, обретающих себя в методологизации кризисных явлений бытия человека.

Прежде всего следует отдать дань традиции, которая нашла наиболее яркое отражение в существующей на сегодняшний день совокупности приемов психологического воздействия и взаимодействия с “кризисной” личностью. За всю весьма продолжительную историю своего существования человечество создало шесть (о седьмом ведутся споры) *основных способов познания и*

отражения мира. Это миф, философия, религия, наука, искусство, реально-практическое и духовное действия (последнее часто оспариваемое в качестве самостоятельного способа познания, признаваемое зачастую таковым, что пронизывает все иные способы и формы познания, а потому не имеющее возможности быть самостоятельным, отдельным).

Соответственно, если попытаться построить классификацию наиболее универсальных способов познания и преобразования человеком мира и себя в нем, которые человек непосредственно осуществляет в реальности собственной жизни (подчас даже не подозревая об этом), то это будут: мифологический, философский, религиозный, научный, художественный и реально-практический. Именно эти виды или *типы способов действия в мире* (каждый в отдельности или синтез нескольких) воспроизводят, а следовательно, и предлагают личности все существующие сегодня психологические техники и приемы.

Примером теории и техники *мифологического характера* могут быть психоаналитическая традиция; *религиозный способ* познания и отражения мира — дианетика (своеобразный синтез педагогики, психологии и прикладной теологии); *научный способ* понимания и объяснения мира — сама психологическая наука в виде конкретно-научных объяснительных моделей психического и т.д.

Одной из наиболее ярких иллюстраций того, как экстремизация приобретает разрушительную силу вопреки тому, что в традиционном своем выражении имело достаточно продуктивный вектор и интенцию влияния, есть явление “*орудий кризиса*”, охватившее сегодня все пространство культуры — и искусство, и религию, и науку.

“*Орудиями кризиса*” называют явления, факты, характеристики жизни (в данном случае — научной жизни), которые прежде всего являются естественными и чрезвычайно повседневными, обычными и привычными ее признаками. На первый взгляд, они производят впечатление необходимых ее элементов, таких, без которых жизнь в определенной степени утратила бы свою внешнюю привлекательность, ведь именно эти признаки обуславливают ее многообразие, эмоциональную окрашенность,

содержательную “характерность”. Однако именно эти “украшения бижутерного типа” становятся причиной появления тенденций к “размыванию”, “рассеиванию” содержательного пространства науки. К таким “орудиям кризиса” в науке относят: *символ* (или символизацию), *метафору*, *иронию* (или ироничность), *мудрствование* (или абсолютизированное теоретизирование) и *психологизм*.

Можно не сомневаться, что высказанное утверждение мгновенно вызовет благородный порыв многих ученых “в защиту” таких приятных мелочей (или же величественных сущностных явлений) научного творчества, как, например, символ или метафора. Поэтому следует сразу ввести разграничение в определении и содержательном рассмотрении названных познавательных элементов, которых целесообразно придерживаться в дальнейшем анализе. Во-первых, можно говорить об исследованных феноменах как об элементах человеческой культуры, которые вобрали в себя особенности человеческого способа мышления и отражения мира в синтезированных вербальных и смысловых моделях, примером которых и есть метафора, символ, ирония и т.д. Во-вторых, о названных феноменах можно говорить как о способах собственно научного познания, более или менее корректных по предназначению и результативности научного исследования как такового. То есть, взяв, к примеру, психологическую науку, можно говорить о метафоре и символе *как о предмете психологического познания*, а можно — и *как о средстве психологического исследования*, что в первом случае представляется абсолютно корректным, а во втором — вызывает большое количество вопросов и оговорок. Именно о ситуации второго порядка пойдет речь далее.

Особое место в перечне “орудий кризиса” принадлежит метафоре. *Метафора* — “это, вероятно, наиболее богатая из тех потенциальных возможностей, которыми располагает человек. Ее действительность граничит с чудотворством и представляется орудием творения, которое Бог забыл внутри одного из своих созданий, когда творил его, — подобно тому, как рассеянный хирург оставляет инструмент в теле пациента”, — утверждал *Х.Ортега-и-Гассет* [4, с.248]. Все другие возможности удерживают нас внутри реального, внутри того, что уже есть. Самое большее, что

мы можем сделать, это складывать или вычитать одно из другого. И только метафора облегчает нам выход из этого круга и воздвигает между областями реального воображаемые рифы, “цветущие призрачные острова”.

Поистине удивительной представляется в человеке эта мыслительная потребность заменять один предмет другим не столько с целью овладения предметом, сколько из желания скрыть, спрятать его. Метафора ловко прячет предмет, маскирует его другой вещью. Метафора вообще не имела бы смысла, утверждает Ортега-и-Гассет, если бы за ней не стоял инстинкт, который заставляет человека избегать всего реального.

Немецкий исследователь феномена метафоры Г.Вернер предложил теорию, согласно которой метафора укоренена в духе “табу”. По его мнению, для первобытного человека, в период господства “космического ужаса перед реальностью”, естественным является стремление избежать фактической реальности, как и полного ее понимания. Это прием метафоризации жизни (и бытия в целом) назван *приемом “метафорического уклонения (или избегания)”*.

Табуистичные по природе метафорические приемы могут использоваться с различными целями: облагородить реальный объект; очернить, высмеять его; восполнить (или компенсировать) отсутствие других объяснительных средств (например, научных понятий, теорий и др.).

Если раньше метафора “накрывала реальность как кружево”, то теперь, наоборот, она пытается высвободиться от своих вне-поэтических, или реальных, покровов — речь идет о том, чтобы *реализовать метафору*, метафора “стремится стать реальностью”, встать на одну ступеньку с понятием или даже превзойти его в возможности “отражать реальность”.

Метафора поэтому становится одним из наиболее радикальных средств “размывания понятийного и означенного пространства науки”. Сегодня ученый часто не замечает, как, применив ту или иную метафору с целью яркого иллюстрирования, поддается ее волшебству, отходит в абстрагированное пространство рассеивания смысла научного понятия, а значит — и означенного им явления или феномена.

Метафора возникает только в условиях нарушения категориальных рамок, утверждает Н.Д.Арутюнова. Собственно, ресурс метафоры представляется как замещение в классификации объекта, как включение его в тот категориальный класс, которому он не принадлежит. Метафора применяет образ, сформулированный для другого класса объектов. Именно поэтому за ее достаточно большими иллюстративными возможностями можно увидеть не менее значительные разрушительные возможности категориально-понятийного слоя любой науки.

В практической работе психолога (как консультанта или психотерапевта) сейчас достаточно распространен *прием метафоризации проблем индивидуальной жизни*. Состоит он в том, что для снижения уровня значимости (а соответственно — болезненности) той или иной проблемы человеку предлагается метафоризировать ее: найти некий образ, который воплощал бы ее, а тем самым — отдалял от глубинной сущности Я, пребывающей в кризисном состоянии. Часто этот прием не столько обобщает и визуализирует (отчасти) существо проблемной ситуации, сколько имитирует новую, “иную” реальность, в которую человек с готовностью погружается, условно отдаляясь от проблемы, вызвавшей кризис. Однако подобное отдаление способствует больше частичному уходу от проблемы, нежели ее разрешению.

Исполнение любой профессиональной роли — тоже своеобразная игра, в которой каждому хотелось бы быть не только ведомым, но и “ведущим”, творческим субъектом, которому игра не только создает рамки, но и обеспечивает условия новых, пока не освоенных возможностей. В профессии психолога осознанное владение конструктивными возможностями диады “традиция — экстрадиция” — одно из условий приобретения “нового” в методологизации кризисных явлений бытия человека (как и явлений иного содержания и порядка), а также — одно из условий “не-утраты былого”, что само по себе ценно.

РЕЗЮМЕ

Презентовано основні тенденції у розвитку сучасної психологічної науки, що позначаються співвідношенням явищ “традиції” та “екстрадиції”. Підкреслено, що екстрадиційне застосування певних засобів пізнання призводить до отримання ними статусу “знарядь кризи”, на противагу очікуваному відкриттю “нової перспективи” у науковому пошуку. Наводяться приклади реалізації методологічних досліджень, що здійснюються за правилами “особливої гри”, у полі якої такі звичні “метафора”, “символ”, “іронія” постають як носії не лише конструктивного, але й деструктивного сенсу.

SUMMARY

Main tendencies of the contemporary psychological science development that are marked by the ratio of “tradition” and “extradition” phenomena are presented. It is stressed that ex-traditional usage of certain means of cognition leads to acquisition of a “crisis means” status by them instead of the opening of a “new perspective” in the scientific search. The examples of methodological research realization that is put into practice according to the “special game” rules in the space of which such usual “metaphor”, “symbol”, “irony” show up as mediums of not only constructive but destructive sense also are given

Литература

1. Арутюнова Н.Д. Язык и мир человека. — Москва: Языки русской культуры, 1999.
2. Гадамер Г.-Г. Истина і метод: Пер. з нім. — К.: Юніверс, 2000.
3. Джонсон Б. Заметки или наблюдения над людьми и явлениями, сделанные во время ежедневного чтения и отражающие своеобразие отношения автора к своему времени // Литературные манифесты западноевропейских классицистов. — Москва: Изд-во Моск. ун-та, 1980.
4. Самосознание европейской культуры XX века. — Москва: Изд-во полит. лит-ры, 1991.
5. Werner H. Die Ursprunge der Metapher. — В., 1919.

ПСИХОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ ТРАВМУЮЧИХ СИТУАЦІЙ

Травма і травмуючі ситуації як наукові поняття мають комплексний характер, в тому числі соціальний, правовий, медичний, філософський та психологічний аспекти, для кожного з яких властиві свої проблеми, ієрархія та критерії вивчення. Психологічні проблеми, на яких ми зупинимось, не мають чіткої ієрархії, і важко знайти бодай один критерій для їх класифікації. Тому розглядатимемо їх у напрямку від більш загальних до вузькоконкретних.

Визначимось насамперед з поняттями. Травма — це завжди пошкодження певної цілісності. *Психологічна травма* в класичному розумінні розглядається як руйнування психологічного світу особистості, розрив світу, в якому вона живе. Руйнування психологічного світу пов'язане з переживанням травми в якості процесу і водночас перебування в ній як у стані, що характеризується переживанням певної сукупності емоцій і почуттів, зміною відчуттів та поведінки. *Травмуюча ситуація* — це єдність об'єктивної і суб'єктивної реальностей, котрі з різним рівнем ймовірності можуть призвести до порушення або повного руйнування усталеного, прийнятого особистістю світу, тобто можуть призвести до травми. Якщо травма — це розрив, то травмуюча ситуація — ймовірність цього розриву, його рівня, глибини, тривалості, міри можливого заживлення і т. ін. Це, без сумнівів, пов'язано з психічними процесами особистості, з особливостями її пізнання та регуляції. І перша низка проблем пов'язана зі сферами психіки та функціями психічного.

У психології прийнято виділяти дві основні сфери психіки: когнітивну й афективну та дві основні функції — пізнавальну та регулювальну. Умовно виділимо три підпроблеми, або три аспекти, пізнання та регуляції на рівні психічних процесів.

Травмуюча ситуація з необхідністю сприймається людиною. Це може бути сприймання свідка (Я — свідок травмуючої ситуації); сприймання співрозмовника, котрому розповідають про

травму (Я — співрозмовник про травму) і сприймання “творця” травмуючої ситуації, людини, яка реально перебуває в центрі цієї ситуації, де світ хитається і розпадається (Я — реальний носій травмуючої ситуації і травми). В даному аспекті (аспекті сприймання) змінюються уявлення і є, незаперечно, свої закономірності, властивості сприймання, можливо, в першу чергу — предметність, аперцепція. Це проблеми, пов’язані насамперед з намаганням дати відповідь на явне чи неявне запитання “що?”, “що відбувається?” За цим слідує наступне запитання — “чому?”. Це включення мисленневих процесів, осмислення, конструювання і реконструювання ситуації, світу. Тут можна виділити мінімум два аспекти: “Я розв’язую задачу, розбираюсь з відомим-невідомим” та “Я шукаю нові зв’язки”. Це, як у механізмі мислення, — повертаю суб’єкт щоразу іншою стороною. Такі проблеми пов’язані з намаганням дати відповідь на запитання “чому?”

Конструювання і реконструкція травмуючої ситуації має зв’язок з регулятивними аспектами психічного, з відображенням ставлення особистості до цієї ситуації, із включенням емоцій, почуттів та волі. Ми виділяємо мінімум два полюси ставлення: “Я приймаю ситуацію” та “Я не приймаю ситуацію”. Це виникнення психічного стану, який може вплинути на формування нових психічних властивостей особистості, бо даний аспект можна пов’язати з відповіддю на запитання “для чого?”

В умовах травмуючих ситуацій, що можуть спричинити розвиток психічної травми, ми завжди стикаємося з певним психічним станом. Як психологічне поняття цей стан аналізується нами через категорію суперечливості (Т.С.Кириленко, 1989.) Остання розкривається через переживання нестабільності, зміни, хитання усталеного цілого і спрямованістю динамічного вектора активності на виникнення, формування іншого, нового стану з його знаком, глибиною, тривалістю. Тобто у формі психічного стану відображається ставлення особистості до власних психічних явищ і до тих змін, що в них відбуваються, яке приводить нас до наступної низки проблем — внутрішньої логіки розгортання психотравмуючих ситуацій. Як починає збільшуватись чи зменшуватись ця ймовірність глибини порушення, хитання чи руйнування усталеного світу особистості?

Керуючись принципом єдності зовнішнього і внутрішнього (за С.Л.Рубінштейном), можна говорити про реальність об'єктивної травмуючої ситуації, яка є об'єктивною у “моєму” суб'єктивному просторі, висвічуючи “мою” суб'єктивність, але водночас і тоді, коли суб'єктивна ситуація не залежить від особистості, бо інакше особистість брала б на себе функції творця, Бога, Універсуму. Певна незалежність об'єктивної реальності травмуючої ситуації від особистості дає змогу виявити властивості суб'єкта у самозміні особистості через вчинок переживання ситуації. Така самозміна і дає можливість поставити запитання “від чого залежить трансформація переживань психотравмуючих ситуацій?”. Це проблеми індивідуальних відмінностей емоційної сфери, статевих, вікових особистісних, ситуативних особливостей. Що є загального і відмінного? І чи є таке в логіці розгортання психотравмуючих ситуацій у різних видах діяльності, наприклад, навчальній, трудовій, спортивній? І що може вплинути на трансформацію переживань у різних ситуаціях? Яка значущість зовнішнього впливу, наприклад, дії запаху в ракурсі внутрішніх змін при переживанні травмуючих ситуацій?

Такі запитання висвічують нові проблеми — проблеми механізмів виникнення і танення (як тане крига у воді, котра поступово тоншає аж до зникнення, перетворюючись на воду, що може давати життєдайну силу), психотравмуючих ситуацій. Ми вважаємо доцільним під час аналізу цих проблем користуватись такими поняттями, як емоційна готовність особистості, емоційне самопізнання, емоційна самозміна. Це стосується передусім проблеми резервів, потенціалу людини. Людина в міру ставлення її суб'єктності, висвічуючись на екрані світу, в якому і яким вона живе, претендує на певну представленість у ньому і певне усвідомлення свого призначення (Тейяр-де-Шарден, В.Франкл, В.Татенко, Т.Титаренко), переживаючи цю представленість, розкриваючи при цьому грані свого емоційного потенціалу.

Результуючим виявом розкриття і демонстрації простору свого емоційного потенціалу виступає виникнення, формування стану емоційної готовності особистості до самозміни. Емоційна готовність, як ми її розглядаємо, — це готовність до переживання нових емоцій, різних як за знаком (позитивно-негативні), так і за

модальністю (радість, гнів, печаль і т. ін.). Як психічний стан емоційна готовність має перетворювальну творчу спрямованість і пов'язана з переживаннями душевних затрат, необхідних для такої активності. Причому в понятті “емоційна готовність” ми підкреслюємо значення елемента свободи — “Я готовий до переживання і позитивних, і негативних емоцій, але я не чекаю цих негативних емоцій у тому розумінні, що я не приречений на їх обов'язкове переживання; я готовий їх пережити у міру їх виникнення, розуміючи і приймаючи можливість їх появи”, оскільки саме в емоціях розкривається ставлення особистості до дійсності, до самої себе. Через емоційні переживання особистість усвідомлює свій внутрішній світ (бо, як відомо, ми можемо пережити зовсім інші емоції, не ті, які очікувались і, на нашу думку, виражали б наше ставлення, і саме така невідповідність дає змогу глибше проникнути у свій власний емоційний простір). Тобто за допомогою емоційних переживань відбувається самопізнання, а також здійснюється вплив на інших і на світ, емоційна готовність виступає таким важливим моментом у переживанні психотравмуючих ситуацій, займаючи своє місце серед механізмів зміни особистісного досвіду, шляхом емоційного самопізнання та самозміни.

Шлях емоційного самопізнання, який тісно пов'язаний з емоційною самозмінюю, важкий, тернистий і не тільки тому, що об'єктивно ми пов'язуємо його зараз з переживанням психотравмуючої ситуації. Він завжди важкий, бо передбачає прощання з необхідністю віддати, полишити. Психотравмуюча ситуація загострює, висвітлює безповоротність, необоротність таких операцій, їх інтенсивність, силу, глибину, тривалість.

Переживання втрати — необхідний момент усвідомлення існування того, що втрачено. Переживання втрати — процес і водночас форма досягнення змісту явища, того, що втрачено. Однак це не лише констатація, а й переживання пошуку гармонії відповідно до закону доцільності, вдосконалення всього суцього. Переживання пошуку гармонії — це переживання вибору через бачення, усвідомлення декількох шляхів.

Переживання пошуку через вибір — це послідовне заперечення виявленого через неможливість встановлення зв'язку з уже існуючими елементами свого світу, а отже, і більш глибоке

пізнання себе самого. Переживання втрати пошуку гармонії — це вияв цілої гами емоцій і почуттів у їх єдності та взаємозв'язку, шлях вивільнення, демонстрації і розкриття емоцій і почуттів, розширення емоційного потенціалу особистості.

Гармонія емоційних станів означає заперечення дисгармонії і водночас ствердження незаперечності її існування в конкретному моменті поточного. Гармонізація емоційних переживань — суть переживання втрати через усвідомлення, осягнення втрати через послідовне формулювання запитань у формі самозвернення, як розширення меж внутрішнього світу особистості, в якому вже виявляються, зростають обриси відповіді. Це техніка самозапитання — самовідповіді. Гармонізація емоційних переживань пов'язана з переживаннями пошуку як переживаннями послідовного вибору декількох шляхів самозміни особистості, шляхів вияву її емоційного потенціалу. Це техніка самоаналізу емоційних переживань через аналіз привласнення, віддачі емоційних переживань, у тому числі їх розкриття (Т.С.Кириленко, 1999).

Кожне із наведених для аналізу понять не містить у собі жорстокої статичності. “Привласнення” розкривається через “свободу”, а “віддача”, у свою чергу, — не через створення пустоти, а навпаки, через заповнення. Нарешті, вчасність, вираженість емоційних проявів пов'язується з можливістю позачасового їх виявлення.

Введені категорії, крім розширення теоретичного арсеналу психологічних понять у сфері емоційних переживань, поглиблення теоретико-методологічних основ, пов'язуються також і з технологіями гармонізації Людини і Світу. Це проблеми створення конструкту емоційних переживань, у тому числі зовнішні стимули і внутрішні резерви реконструкції емоційного простору в психотравмуючих ситуаціях.

Шлях реконструкції емоційного простору в психотравмуючих ситуаціях — це вузькі індивідуальні стежки кожної особистості. Психотравмуюча ситуація, розхитуючи усталений світ, змінює його і властивості особистості, створюючи дисгармонію, сигналізує про існування гармонії. Шлях до гармонії є шляхом заперечення її, шляхом втрати, пізнання і прийняття такого

шляху. Це проблема зміни і формування психічних властивостей, які закріплюються, переходячи у стійкі риси особистості.

Окреслені нами проблеми належать до проблем психотравмуючої ситуації з огляду на психічні процеси, через які людині дається особистість психічних станів, у яких вона переживається, і психічних властивостей, які в ній можуть формуватися. Не всі аспекти поставлених проблем розглянуті, не всі повною мірою висвітлені, проте окреслено напрямок розгляду цих проблем, що, сподіваємося, зробить свій внесок в теоретичні та практичні основи вивчення психології травмуючих ситуацій.

РЕЗЮМЕ

Раскрываются психологические проблемы травмирующих ситуаций с учетом особенностей психологических процессов, посредством которых травмирующая ситуация дается личности, психических состояний, в которых она переживается личностью, и психических свойств личности, которые в таких ситуациях могут проявляться и формироваться. Выделены аспекты познания и регуляции травмирующей ситуации, внутренняя логика развертывания психотравмирующих ситуаций, механизмы возникновения и “таяния” таких ситуаций через понимание эмоциональной готовности, эмоционального самопознания переживания поиска гармонии, эмоционального самоизменения.

SUMMARY

Psychological problems of traumatic situations according to psychological processes features through which traumatic situation is presented to a personality, psycho states through which it is experienced by a personality, and psycho features of a personality that can show up and form in such situations are uncovered. The aspects of cognition and regulation of a traumatic situation, inner logic of psycho traumatic situations development, mechanisms of an appearance and “dissolution” of such situations through emotional readiness, emotional self-cognition of a harmony searching reflection, emotional self-changing are detailed.

© Кириленко Т.С.

ЖИТТЄВІ ОРІЄНТАЦІЇ У ФЕНОМЕНОЛОГІЧНОМУ ПОЛІ КРИЗОВОЇ ОСОБИСТОСТІ

У психологічній науці усталеним є уявлення про неусувний і закономірний характер переживання особистістю кризових явищ упродовж її онтогенезу. З цього погляду особистість у період відповідальної життєвої кризи — кризова особистість — являє собою процес розгортання і структурної перебудови базових життєвих орієнтацій у феноменологічному полі суб'єкта.

Під *життєвими орієнтаціями* ми розуміємо загальну спрямованість, детермінуючу тенденцію людини до задоволення центральних потреб у провідній діяльності.

Дедуктивно-логічне виведення життєвих настанов людини в плані розгортання її суб'єктних здібностей розпочнемо з ідеї про п'ятивимірну структуру образу свідомості, подану в теоретичній розвідці Ф.Ю.Василюка [1]. Відштовхуючись від відомого уявлення О.М.Леонтьєва про три складові свідомості — особистісний смисл, значення і чуттєву тканину, Ф.Ю.Василюк “добудовує” первісну теоретичну конструкцію ще двома елементами — предметним змістом і знаком (словом). Учений вважає, що “зовнішній світ представлений предметним змістом, світ культури — значенням, представником мови є слово, а внутрішнього світу — особистісний смисл” [1, с.8].

Остання, п'ята, складова свідомості — *чуттєва тканина* — є представником тіла і зв'язує воедино, подібно до живої плазми, названі вище компоненти. Якщо у Ф.Ю.Василюка чуттєва тканина *інтегрує* і заповнює собою простір тетраедра зі сторонами предметного змісту, особистісного смислу, слова і значення, що репрезентує відносність гносеологічної опозиції “суб'єкт-об'єкт”, то у О.М.Леонтьєва чуттєва тканина *протистойть* предмету як джерелу психічного відображення, що свідчить про гносеологічну абсолютизацію необоротності позицій суб'єкта і об'єкта в пізнавальній і практично-перетворювальній діяльності. Отже, чуттєва тканина є місцем зародження і функціонування цілісного психічного образу, оскільки здійснює інтерференцію відчуттів, що йдуть від різних його полюсів: зовнішнього і

внутрішнього світу, культури і мови (соціуму). Це живе, безпосереднє внутрішньотілесне почуття є, очевидно, не лише *первинною*, але й сталою складовою, що репрезентує *біоцентризм* у ролі життєвої орієнтації людини. В онтогенетичному плані біоцентризм забезпечується *безпосередньо-емоційним спілкуванням немовляти (відносного суб'єкта)* з дорослим, який створює йому необхідний фізичний, сенсорний і психоемоційний комфорт.

Предметний зміст образу свідомості конструюється перцептивними процесами, які забезпечують орієнтування у властивостях предметів і явищ навколишнього світу, оволодіння цим світом за допомогою наочно-дійового мислення. *Полюс предмета цілком захоплює увагу дитини раннього віку (моносуб'єкта)*, підпорядковуючи собі безпосередній інтерес до дорослого, який цікавить малюка насамперед у своїй інструментальній функції, наприклад показати, як цим предметом можна діяти. Отже, провідна у ранньому віці предметна діяльність формує й однойменну життєву настанову — *предметоцентризм*.

На зміну предметоцентризму приходять *егоцентризм дошкільника* — онтогенетичного *полісуб'єкта*. При цьому “мислення і уява мовчать, говорять тільки пам'ять і афект. Слово сприймається як таке, що стосується мене, тільки як річ-для-мене. Ніяких об'єктивно, для себе-існуючих речей так установа свідомість не визнає. Образи з вираженим домінуванням полюса *особистісного смислу* природно назвати егоцентричними” [1, с.10]. В *ігровій діяльності*, яка займає провідне становище в дошкільному віці, складаються сприятливі умови для інтенсивного нарощування ціннісно-сислової сфери. У грі, насамперед сюжетно-рольовій, дошкільнят цікавлять передусім суспільні функції людей, їх взаємовідносини і взаємозобов'язання. Інтеріоризація різноманітних соціальних норм породжує ситуацію боротьби мотивів, а здійснення тих чи інших виборів утворює дитину у відповідній особистісній позиції. Слабкість соціальної рефлексії в дітей дошкільного віку не дає змоги говорити про розвинену моральну саморегуляцію. Дошкільник діє “морально” тому, що так велить йому власний інтерес, “підправлений” заохоченнями чи покараннями дорослих. Образно кажучи, полісуб'єкт дошкільника перебуває в становищі новонародженого, тому його внутрішня позиція є ще досить нестійким

моральним утворенням і насправді репрезентує Его, а не моральнісний імператив.

Молодший шкільний вік характеризується переважанням **учбової діяльності**, головною метою якої є оволодіння базовими знаннями та способами їх здобування (учіння). Ф.Ю.Василюк пише: “Ілюстрацією домінування полюса значення в образі може бути будь-яке наукове поняття, оскільки в процесі формування воно очистилось від предметно-чуттєвих вражень, від емоційного ставлення, від впливів природної мови” [1, с.12]. Засвоєння такого роду формалізованих **знань-значень** (об’єктивної, нейтральної відносно суб’єкта інформації) становить основне завдання молодшого школяра, який вперше дістає змогу вийти в простір **метасуб’єктного діяння** — у світ матеріальної і духовної культури людства. Вперше зароджений **культуроцентризм** у цьому віці, зрозуміло, стає не панівною життєвою настановою, а лише відправним пунктом подальшого освоєння культурних здобутків та самостійної культуротворчості.

Домінування полюса **знака (слова)** з його, за О.О.Потебнею, тріадичною структурою (зовнішньої форми — єдності членороздільних звуків, внутрішньої форми — уявлення і змісту — власне значення) створює винятково широкі можливості для формування **соціоцентризму** як відправної життєвої орієнтації і утвердження людини в ролі **абсолютного суб’єкта**. Вразливість до слова як універсального засобу спілкування, увага до його поняттєвої насиченості, експресивної образності, метафоричності, що виражається в пошуках підтексту, особливо при таманна підліткам, що врешті відкривають для себе глибину і “закодованість” власного Я. Тяга до ровесників як партнерів по самої взаємозрозумінню, суперечлива ідентифікація — відособлення з дорослими, зростаюче почуття дорослості і бунтівне заперечення авторитетів, поведінкових стандартів тощо черпають снагу з інтимно-особистісного спілкування і суспільно корисної діяльності підлітків, що виступають креативним середовищем соціоцентризму. Фактичне досягнення розвитку вищих психічних функцій (довільної пам’яті, абстрактного мислення, творчої уяви, внутрішнього мовлення, волі) забезпечує можливість значної розбудови змістовно-значеннєвої бази особистого досвіду, індивідуалізації світосприйняття, знаходження рівноваги (хай іще хиткої, “пробної”) індивідуальності і колективності.

На наступному життєвому етапі — *навчально-професійної діяльності*, що є провідною в *юнацькому віці*, — відбувається посилення соціоцентричних тенденцій у зв'язку вирішуваними проблемами формування світогляду, морального й екзистенціального самовизначення. Соціоцентричний простір розширюється до масштабності *антропоцентризму* і стає можливим діалог “Я і людство”, роздуми на тему “Для чого я покликаний у цей світ?”, “Мое життєве призначення” і далі: “В чому суть буття?”; “Як відкрити таємницю світопобудови?”. Останні два запитання індукують гранично широкий контекст появи *космоцентричної життєвої орієнтації* людини, що виявляється в переживанні глибинної духовної єдності з Універсумом. Піком духовності, на думку М.Боуен, є “такий момент, в який ми діємо, виходячи з нашого Внутрішнього Я, відчуваючи тим самим свій взаємозв'язок з енергією Універсуму. В подібні моменти ми є не окремою частиною цілого, ми і є це ціле. Межі між Я-Ти-Вони-Бог зникають. Тут нема ніякого мислення, ми суть чиста свідомість, чистий досвід... Все є Одно. Це може відбутися, коли ми втягнуті в творчий процес, заглиблені в молитву або медитацію, перебуваємо в єдності з природою або відчуваємо почуття любові” [2, с.31].

Як видно з наведеної цитати, космоцентрична орієнтація може стати ще визначенішою, тобто перейти в *теоцентризм*, що передбачає визнання деміурга світопобудови, причини і начала всіх начал. “Спочатку було Слово. І Слово було у Бога. І Слово було Бог”, — мовиться у Святому Письмі. Лиш через проникнення у таємницю Слова, святая святих образної тканини свідомості, можна пізнати глибокий сенс буття. Залишаючись тим же смертним, без гордині всемогутності, можна вийти за межі Я: стати Не-Я, а тому й Над-Я, тобто безсмертним. Космоцентризм ненавільницьки включає біоцентризм і всю решту життєвих орієнтацій людини, відводячи їм належне місце в ієрархії духовних устремлінь.

Послугуючись загальнонауковим *принципом рекурентного ряду*, який дає змогу описати формальну динаміку системи у вигляді послідовних часових трансформацій з певними акцентованими стадіями, а також *принципом синхронності*, відповідно до якого події в зовнішньому світі збігаються за своїм смисловим значенням з психічним станом певної людини,

доходимо висновку: в кожен момент свого існування індивід існує в кількох буттєвісних вимірах, між якими немає каузального зв'язку. Як духовний суб'єкт, він володіє свободою виходу в різні (паралельні) реальності, в яких може відбутися як особистість. Цей висновок сповнює перспективу людини оптимістичним змістом. Водночас чим ширша сфера впливу особистості, чим тісніший її контакт зі своїм духовним єством, тим об'єктивно більша відповідальність за результати ціннісного самовизначення.

Разом з тим ранні життєві кризи відзначаються вузькістю феноменологічного поля особистості, концентрацією сприймання на одному або двох життєвих ставленнях, що не дає змоги встановити між ними складні функціональні залежності. Домінування певної орієнтації нерідко веде до прийняття однієї з альтернатив, що не є свідченням духовного зростання особистості. Справжня її трансформація відбувається при поступовому розширенні спектра свідомості на зразок складання мотрійки. При цьому початкові здібності суб'єкта життєтворчості поглинаються наступними онтогенетичними утвореннями (життєвими орієнтаціями), зберігаються в них у "знятому вигляді" і забезпечують гнучку тактику цілепокладання згідно зі специфікою переживаного історичного моменту.

Кризова особистість стоїть перед проблемою включення новопосталої життєвої орієнтації в уже сформовану систему цінностей, що зумовлює процеси переструктурування і появи нових опосередковуючих ланок у життєвому просторі індивіда. У цьому зв'язку стратегічна лінія психологічної допомоги кризовій особистості визначається застосуванням відповідної герменевтичної процедури (психоаналіз, трансактний аналіз, логотерапія тощо), адекватної віковим і персональним завданням розвитку.

РЕЗЮМЕ

Исходя из представлений А.Н.Леонтьева о трех составляющих сознания — личностный смысл, значение и чувственная ткань, которые Ф.Е.Василук дополнил предметным содержанием образа и знаком (словом), автор обосновывает среду возникновения соответствующей жизненной ориентации. Так, биоцентризм как первичная жизненная ориентация младенца

акцентирует роль чувственной ткани и реализуется в непосредственно-эмоциональном общении со взрослым. Следующие жизненные ориентации — предмето-центризм, эгоцентризм, культуросциентизм, социосциентизм (и далее антропо- и космоцентризм), которые репрезентуют доминирование соответственно предметного содержания, личностного смысла, значения, знака (слова) в структуре сознания личности и последовательно реализуются в предметной деятельности (ранний возраст), игре (дошкольники), учебно-профессиональной деятельности (юношеский возраст) и т.д.

SUMMARY

According to the statement of Leonjev A.N. on three constituents of a consciousness — personal sense, meaning and sense material that have been completed by F.E.Vasylyuk by subject content of an image and a sign (word) the author substantiates an environment of a corresponding situation appearance. Thus biocentrism as an initial life orientation of an infant stresses the role of a sense material and is realized in the direct emotional contact with an adult. Other life orientations such as subject centricism, egocentrism, culture centricism, sociocentrism (as well as antropocentrism and cosmocentrism), which represent correspondingly domineering of a subject content, personal sense, meaning, sign (word) in the structure of a consciousness of a personality are realized in the subject activities (early age), game (preschool age), education and professional activities (youths).

Литература

1. *Василук Ф.Ю.* Структура образа // *Вопр. психологии.* — 1993. — №3.
2. *Боуэн М.* Духовность и личностно-центрированный подход // *Вопр. психологии.* — 1992. — № 3—4.
3. *Карпенко З.С.* Аксіопсихологія особистості. — К.: ТОВ “Міжнар. фін. агенція”, 1998.
4. *Леонтьев А.Н.* Деятельность. Сознание. Личность. — Москва: Политиздат, 1975.
5. *Психологія життєвої кризи / Відп. ред. Т. М. Титаренко.* — К.: Агропромвидав України, 1998.

© Карпенко З.С.

О.П.Санникова, Южноукраинский государственный педагогический университет им. К.Д. Ушинского, г. Одесса

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ КРИЗИС И ПРОБЛЕМА ИНДИВИДУАЛЬНЫХ РАЗЛИЧИЙ

Разработка данной проблемы обусловлена не только необходимостью обогащения теории вопроса, но и требованиями практики, нуждающейся в психокоррекционных программах, учитывающих особенности переживания и преодоления кризиса людьми с разными индивидуально-типическими особенностями. Прежде чем излагать результаты наших исследований, кратко рассмотрим основные теоретические положения, непосредственно касающиеся проблемы психологического кризиса.

Под кризисом понимается периодически повторяющееся в течение жизни острое, ограниченное во времени, субъективное переживание невозможности реализации жизненных целей, задач, планов. Его можно рассматривать как перманентное состояние нормально развивающейся личности, как состояние, которое предшествует появлению качественно новой личности, вплоть до изменения системы установок, отношений, ценностей и т.п. Необходимость подобной смены многими переживается как драма, катастрофа. Такие переживания “перекрывают” возможности и ресурсы личности, лишают ее на некоторое время способности сопротивляться сложившейся ситуации, что приводит к потере контроля над ней, над своими эмоциями, поведением и т.д.

Термин “кризис” означает поворотный пункт, резкий, крутой перелом, тяжелое переходное состояние. С одной стороны, само понятие несет в себе оттенок чрезвычайности, угрозы (опасности), с другой — необходимости в последующем действии (возможности).

Существует много причин внешнего и внутреннего характера, способных вызвать переживание кризиса. В психологии они широко описаны и классифицированы. Важно, что основной причиной считается кризисная ситуация, традиционно рассматриваемая как система внешних по отношению к субъекту условий, побуждающих и опосредствующих его активность. Но кризис вызывает не само событие, а скорее его интерпретация,

индивидуальная способность реагировать тем или иным образом на воздействие окружающего мира. Важнейшими элементами кризисной ситуации являются и исходное состояние самого субъекта (предшествующее ситуации), его индивидуальные особенности, которые во многом обуславливают последующее поведение.

Можно сказать, что **кризисная ситуация** включает два аспекта: а) внешний, объективный, а точнее, **событийный** (факт потери близкого человека, тяжелая болезнь, увечье, резкие изменения жизненного пути, развод, женитьба, увольнение с работы и т.д.) и б) внутренний, субъективный, который, в свою очередь, включает и устойчивые индивидуальные особенности субъекта, и его отношение к конкретной ситуации.

Итак, каковы бы ни были объективные причины психологического кризиса, именно субъективное отношение к ним, их интерпретация, а не самовоздействие определяют **степень** их эмоциогенности-неэмоциогенности для каждого индивида. Мы полагаем, что состояние кризиса возникает как эмоциональная, когнитивная, поведенческая реакция человека на субъективно драматическую, нерешаемую им в данный момент, сверхзначимую и, очевидно, именно поэтому критическую ситуацию.

По мнению Ф.Е.Василюка, к развитию кризиса ведут не любые критические ситуации, а только те, которые глубоко затрагивают интересы человека, вызывают у него сильные чувства неудовлетворенности, обиды, горя, разочарования, стыда, унижения и т.п. Причем критическая ситуация не может быть разрешена ни внешней практической, ни познавательной деятельностью, а должна быть **пережита**. Под переживанием Ф.Е.Василюк понимает специфическую деятельность по совпадению с кризисными ситуациями.

Разделяя эту точку зрения, мы различаем понятия **“переживание кризиса”** и **“кризисные переживания”**. Первое используется нами в широком смысле и рассматривается как сложное структурное психическое явление, разворачивающееся во времени (**“переживание”** как психическая деятельность: время жить и **“пере-жить”**).

Второе понятие рассматривается в более узком контексте — как эмоциональные переживания и реакции, возникающие у человека, оказавшегося в кризисной ситуации. Упрощенно можно

сказать, что переживание кризиса, как относительно устойчивое, но конечное во времени состояние личности, в качестве одного из элементов (показателей) включает паттерн кризисных переживаний.

В приведенной ниже таблице даны основные показатели (признаки) кризиса, отражающие субъективные состояния индивида, и их внешние (объективно наблюдаемые) проявления. Кризис рассматривается как единство взаимосвязанных психических компонентов, характеризующихся относительной стабильностью, содержанием и целостностью входящих в нее психических элементов.

В таблице приведены лишь основные признаки переживания кризиса, что позволило структурировать многообразие его проявлений. Как процесс, имеющий свою логику, психологический кризис характеризуется особенностями динамики и определенными периодами развития. В качестве основных можно выделить периоды: начальный, накопления напряжения, критический, или период “острых” переживаний, период выхода (принятия решения) и период стабилизации. Каждый из периодов характеризуется своим специфическим содержанием и выраженными формами поведенческих реакций.

Как уже подчеркивалось, разные люди по-разному и в разной степени переживают психологический кризис. Индивидуальные отличия в этом переживании могут проявляться в разных качественно-количественных сочетаниях его показателей, особенностях эмоциональных переживаний, в поведении, специфике протекания и способах преодоления кризиса.

Индивидуальные отличия переживания профессионального кризиса мы исследовали по их эмоциональности, рассматривая как свойство индивидуальности, выражающее устойчивую склонность, предрасположенность к переживаниям эмоций определенного качества (знака и модальности).

В рамках исследований эмоциональности, начатых по инициативе Б.М.Теплова, В.Д.Небылицына и проводившихся в дальнейшем А.Е.Ольшанниковой, ее сотрудниками и автором данной статьи, эмоциональность рассматривается как одна из фундаментальных характеристик индивидуальности и трактуется как комплекс индивидуально-устойчивых свойств, отражающих особенности возникновения и протекания эмоциональных переживаний.

Общие признаки переживания кризиса

№ п/п	Субъективный компонент (внутренние состояния)	Объективный компонент (внешнее поведение)
1	Эмоциональные переживания. Повышенная тревога. Переживание раздражения, озлобленности, гнева, агрессии, страха, испуга, шока, отчаяния, подавленности, горечи, душевной боли. Ощущение бессилия, беспомощности, безысходности. Апатия, равнодушие, эмоциональное истощение и др.	Экспрессия. Появление мимики, пантомимики, жестикуляции, свойственных паттерну пессимистических переживаний. Изменение выразительности движений, интонации голоса, тембра, скорости речи и т.п. Изменение внешнего облика. Физиологические сдвиги и т.д.
2	Когнитивный анализ. Фиксация внимания на психотравмирующем прошлом (интеллектуальная переработка событий и ситуаций), на негативном будущем (пессимистический прогноз). Негативное отношение к себе в прошлом и будущем (“я всегда был неудачником”, “у меня никогда ничего не выйдет”), неадекватная критичность к своим ресурсам, отсутствие решения и т.д.	Сужение сознания, неустойчивость, рассеянность внимания, невозможность сосредоточиться, потеря контроля и нарушение памяти, мышления, речевые затруднения, нарушения связности и логичности речи, избирательное восприятие негативных ситуаций и т.п.
3	Особенности саморегуляции, самопознания. Доминирование эмоциональной регуляции над рациональной (в ущерб трезвым расчетам). Потеря контроля над эмоциями и их выражением. Нарушение планирования, недостаточный контроль своих действий и т.п.	Поведение. Нерациональная активность, полевое поведение, зависимость от текущей ситуации. Существенные колебания в результатах деятельности, нетипичные и частые ошибки в работе, избегание неудач, отказ от ответственности, отказ от деятельности в разных ее сферах и т.д.
4	Отношение к другим. Резкое изменение (поражение) самооценки и оценок объектов общения, повышенная ранимость, переживание одиночества, чувства вины и обиды, равнодушие к другим людям, снижение эмпатии, обвинения других, склонность к конфликтам, утрата коммуникативных навыков и т.п.	Отношения с другими людьми. Сокращение круга общения, ограничение контактов, вплоть до полного отказа даже в привычной сфере общения; максимальное ограничение контактов в профессиональной сфере общения, кроме необходимых; преобладание контактов формального характера; появление либо увеличение числа конфликтов и т.п.

Важнейшими в совокупности всех параметров признаны качественные особенности эмоциональности (модальности Р, Г, С, П), так как именно в них выражается психологическая сущность эмоций — отношение к отражаемому. Сочетание базальных эмоций (паттернов “радость”, “гнев”, “страх” и “печаль”), степень доминирования каждой из них определяют тип эмоциональности. При этом эмоциональный облик каждого человека представляет собой “точку” в пространстве указанных характеристик.

Рассматривая эмоциональность в ряду эмоциональных явлений, следует отличать ее от понятий “эмоциогенная ситуация”, “актуальные эмоции” и “эмоциональные переживания”. В контексте данного исследования это весьма существенно.

Эмоциогенная ситуация — это ситуация, которая может вызвать у субъекта определенные эмоциональные переживания. Ее эмоциогенность определяется в первую очередь степенью значимости, насыщенности раздражителя, вызывающего ту или иную эмоцию. Чем выше степень эмоциогенности ситуации, тем однозначнее реакции разных людей.

Актуальные эмоции, возникающие как реакция на эмоциогенную ситуацию, презентуют сознанию актуальное, активно-избирательное отношение субъекта к отражаемому. Переживаемая эмоция, возникающая в определенных ситуациях как актуальная эмоциональная реакция, реализуется в *эмоциональных переживаниях*.

Однако степень выраженности эмоциональной реакции во многом зависит от предрасположенности, склонности индивида к переживаниям эмоций определенной модальности, то есть от устойчивых особенностей эмоциональности. Например, на ситуацию опасности быстрее отреагирует индивид со склонностью к отрицательной модальности (страх, печаль), чем с положительной эмоциональной диспозицией.

Таким образом, *эмоциональность*, как устойчивое свойство индивидуальности, в соотношении с другими эмоциональными явлениями выступает в качестве исходного уровня реагирования на эмоциогенные ситуации. Очевидно, именно различиями в эмоциональности, как устойчивом свойстве индивидуальности, можно объяснить различия и по качеству, и по интенсивности между актуальными эмоциями, которые возникают у разных людей в одних и тех же ситуациях.

Ранее нами установлено, что устойчивая склонность к переживаниям эмоций определенной модальности, характеризующая тип эмоциональности, влияет на исходный уровень, “порог” эмоциональной чувствительности, на фоне которого разворачиваются актуальные (ситуативные, транзитные) эмоциональные переживания, возникающие в процессе жизни при изменяющихся условиях среды. Актуальные эмоциональные переживания при частом и длительном повторении закрепляются, могут переходить в устойчивые состояния и в какой-то степени подтверждать или маскировать исходную индивидуальную структуру эмоциональности.

Итак, при выборе эмоциональности в качестве основания для исследования индивидуальных различий в переживании кризиса мы исходили из следующих соображений.

Во-первых, установлено, что любые трудные ситуации (стрессовые, фрустрационные, конфликтные), в том числе и кризисные, затрагивают прежде всего эмоциональную сферу. Эмоциональные переживания и особенности их проявлений не только служат основным индикатором всевозможных психических расстройств, но и той сферой психики, непосредственно воздействуя на которую осуществляются психокоррекция, психотерапия, психологическая реабилитация кризисных состояний.

Во-вторых, предметом пристального внимания психолога, психотерапевта являются преимущественно актуальные эмоциональные переживания, необходимость анализа которых обуславливается требованиями самой профессиональной деятельности, осуществляемой в ситуации “здесь-и-теперь”. Именно в этом, на наш взгляд, как ни парадоксально, кроется возможность диагностической и психотерапевтической ошибки при распознавании и коррекции (в случае необходимости) актуальных (ситуативных, транзитных) переживаний. Суть этой ошибки заключается в игнорировании информации об устойчивых (внеситуативных) переживаниях, свойственных индивиду, то есть информации об особенностях эмоциональности конкретного индивида. Именно они, как установлено в наших исследованиях, влияют на порог эмоциональной чувствительности к эмоциогенным ситуациям, с точки зрения любого отклонения от комфортных условий общения и деятельности.

В-третьих, при разработке теории эмоциональности установлено, что она является одной из детерминант успешности деятельности, участвует в регуляции деятельности, в том числе и профессиональной, и выступает как системообразующее свойство личности. Таким образом, в силу многообразия всех возможных проявлений эмоциональности, детерминированных разным сочетанием базальных эмоций, в процессе жизни избираются и закрепляются преимущественно те свойства личности и характеристики деятельности, которые в первую очередь совпадают с ее индивидуально-типическими особенностями.

Иными словами, каждому типу эмоциональности, помимо общих для всех “кризисников” симптомов (черт), свойственна определенная специфика субъективных признаков и их объективных проявлений, определенное их качественно-количественное сочетание.

Высказанная гипотеза в контексте исследования профессионального кризиса экспериментально доказана и изложена в диссертационной работе И.В.Брынзы, выполненной под нашим руководством. В данной статье мы приводим часть обобщенных выводов, которые основываются не только на экспериментальных данных нашей аспирантки, но и включают собственные исследования автора, полученные в процессе диагностической и психотерапевтической работы с людьми, переживающими острый кризис.

Прежде всего, у испытуемых, независимо от типа эмоциональности, при переживании психологического кризиса возникают ранее не свойственные им изменения в эмоциональной, когнитивной, поведенческой сферах на фоне значительного повышения общего уровня ситуативной и личностной тревожности. Этот факт дает основание полагать, что само по себе возникновение, наличие таких изменений, как и повышение тревожности, являются обязательным индикатором переживания кризиса для личности с любым типом эмоциональности, но не могут рассматриваться как дифференцирующие показатели эмоциональных типов в условиях острого кризиса.

Иными словами, эмоциональность проявляется не столько в наличии перечисленных изменений (в том, **что** меняется в личности), сколько в их содержании, качественно-количественном сочетании особенностей этих изменений (в том, **ак** и **какие** происходят изменения). Конкретно это выражается в следующем.

Наиболее остро, с наибольшей психической напряженностью, амбивалентностью и драматизмом переживают кризис испытуемые, склонные к доминированию эмоций паттерна “гнев” (тип Г) и паттерна “страх” (тип С). У типа Р (доминирование эмоций модальности “радость”) в кризисе преобладает беспокойство общего характера с последующим эмоциональным спадом, а у типа П (“печаль”) на всех этапах протекания кризиса — эмоциональное истощение, вплоть до эмоционального выгорания. Причем испытуемые со склонностью к отрицательным переживаниям “страх” и “печаль” на фоне неудовлетворенности собой обладают значительно большим репертуаром эмоциональных переживаний и разнообразием мыслеформ, возникающих у них в кризисе. Эмоциональная палитра переживаний обогащается насыщенностью более тонких ее оттенков.

В зависимости от принадлежности к определенному эмоциональному типу испытуемые проявляют разную активность. Так, переживание безысходности, опустошенности, эмоциональной истощенности у “печальника” сопровождается нежеланием что-либо менять. Малая активность “страховика” сопряжена с тенденцией избегать кризисных ситуаций. “Радостник” в кризисе умеренно активен и, наконец, “гневливик” стремится активно повлиять на происходящие события.

Меняется характер и качество общения. Испытуемые типов П и С, обычно стремящиеся по жизни к общению в узком кругу только близких людей, при переживании кризиса минимизируют свои отрицательные переживания за счет ограничения общения до самых необходимых контактов, вплоть до полного отказа от общения, предпочитая одиночество. Вместе с тем они теряют свойственные им осторожность, избирательность в общении, что проявляется в возникновении новых сомнительных знакомств, в смене обычного узкого круга общения, в нарастании проблем во взаимоотношениях с близкими людьми.

Испытуемые, переживающие кризис, принадлежащие к разным эмоциональным типам, в частности Р и Г, минимизируют свои отрицательные переживания, возникающие в общении, либо за счет активного общения в широком кругу, избегая негативных контактов, постоянно отвлекаясь от проблем, либо за счет очень интенсивного общения в привычной обстановке.

Установлено, что индивиды с разным типом эмоциональности в разной степени подвержены кризисным ситуациям. Так, из всей выборки индивиды с эмоциональной диспозицией по типу Р переживали кризис только в 6% случаях, по типу Г — в 45%, по типу С — в 22% и по типу П — в 20%. Кроме того, при исследовании динамики кризиса обнаружено, что эмоциональность влияет не только на особенности субъективных переживаний и их объективные проявления, но и на выбор стратегий преодоления кризиса.

Пояснить полученные результаты можно, обратившись к психологической сущности эмоциональности. Известно, что эмоциональность как устойчивое свойство индивидуальности и как психическое явление, относящееся к разряду эмоциональных, включает в себе устойчивое отношение к предметам и явлениям окружающей действительности. В результате воздействия окружающей действительности особым образом “преломляются” эмоциональностью, что вводит в их понимание определенный субъективный смысл. Эмоциональность при этом выполняет функцию *фильтра*, который пропускает одни средовые воздействия и блокирует другие. Можно считать, что эмоциональность оказывает влияние на структуру психологического кризиса, на особенности его протекания, на частоту переживания, на выбор способов выхода из кризисной ситуации и на *предрасположенность* индивида к переживанию кризиса.

РЕЗЮМЕ

Состояние кризиса возникает как эмоциональная, когнитивная поведенческая реакция человека на субъективно-драматическую, нерешаемую им в данный момент сверхзначимую ситуацию. Установлено, что индивидуальные различия специфики переживания кризиса детерминированы эмоциональностью (установка, склонность и переживание эмоций определенного знака и модальности). Показано, что эмоциональность оказывает влияние на структуру психологического кризиса, особенности его протекания, частоту его переживания, выбор способов выхода из кризисной ситуации и на предрасположенность индивида к подобным переживаниям.

SUMMARY

Crisis state appears as an emotional, cognitive behavioral reaction of a personality to a subjective dramatic super meaningful situation that cannot be resolved at the moment. It is stated that individual differences of specific crisis experience are determined by the emotionality (attitude, tendency and experiencing of emotions of a certain modality and a sign). It is shown that emotionality influences psychological crisis structure, peculiarities of its running, frequency of its experiencing, ways of crisis situation overcoming choice, and predisposition of an individual to the reaction of the kind.

© Санникова О.П.

В.О.Васютинський, Інститут соціальної та політичної психології АПН України

СПРОБА КРАТОЛОГІЧНОЇ ПЕРІОДИЗАЦІЇ ЖИТТЄВОГО ШЛЯХУ ОСОБИСТОСТІ

Багатогранний процес формування особистості можна розглядати у вельми різноманітних ракурсах, у кожному з яких відображено ту чи ту частину психологічної істини. Ці можливі ракурси, підходи, парадигми перебувають у певній ієрархії, яка не є, утім, цілком сталою, бо й сама змінюється залежно від вибору кута зору, того ж таки ракурсу, парадигми аналізу.

Наші дослідження особистісного розвитку, “зануреного” в контекст інтерперсональної взаємодії, дають підстави для виділення, як одного з найістотніших, владно-підвладного, або кратологічного (від грец. кратос — влада), дискурсу формування особистості — насамперед дитячої, але також і дорослої. Такий підхід, зокрема, означає, що будь-який акт міжособистісної взаємодії можна трактувати як прояв взаємозалежності її учасників, у якому в певний спосіб виявляються їхні потреби та здатності до підпорядкування собі інших (панування, домінування) та іншим — себе (власне підпорядкування, підлягання). Відтак міжособистісна взаємодія завжди має характер взаємодії владно-підвладної.

У контексті панування та підпорядкування як доволі очевидних складових кратичної взаємодії виділяються два не завжди явні, але винятково значущі для формування особистості дискурси (субдискурси): узалежнення і впорядкування. Перший більшою мірою відображає емоційно-чуттєво-іраціональні параметри психологічного зв'язку, що постає між взаємодіючими суб'єктами. У другому виразніше фіксуються логічно-раціональні намагання впорядкувати спільний простір взаємодії. (Належить зазначити, що дихотомія “раціональне — іраціональне” є тут не визначальною, а радше найбільш помітною, зрозумілою).

Ці два субдискурси не існують (якщо можна вжити це дієслово щодо поняття “дискурс”) окремо один від одного. Вони тісно переплетені і становлять нерозривну цілісність, визначаючи одне й те саме явище (владно-підвладну міжособистісну взаємодію) ніби трохи під іншим кутом зору. Це можна порівняти з бінокулярним зором, який дає змогу бачити нібито те саме, але водночас набагато більше, ніж монокулярний зір кожного ока окремо.

Важливо також зазначити, що названі субдискурси не становлять і полюсів єдиного континууму, бо, власне кажучи, і не бувають полюсами, тобто певними крайностями як такими. Вони завжди взаємно пронизують одне одного, і, за великою міркою, у кожному акті впорядкування більш чи менш виразно простежується наявність узалежнення, як і навпаки.

Якщо розуміти процес формування особистості як насамперед рух індивіда до дедалі вищих рівнів індивідуальної адаптації до середовища (маючи на увазі й так звану неадаптивну активність), то належить визнати, що істотною стороною цього процесу має бути впорядкування як самого індивіда, його початкового внутрішнього хаосу, так і власне середовища, яке перед індивідом постає.

Таке впорядкування спочатку можливе лише як результат “накладання” соціально впорядкованих структур дорослої особи на первинні біологічні (генетичні, спадкові, природжені) структури новонародженого, що однак на початку “настроєні” на специфічно людські соціальні впливи. Згодом і водночас дитя, яке включилося в процес соціалізації, саме стає суб'єктом такої специфічної впорядковуючої взаємодії.

Але для того щоб почалося це впорядкування, необхідний первинний чуттєво наповнений психологічний контакт. І коли це ще не взаємодія, то вже принаймні взаємна спрямованість одне на одного, взаємна включеність в один спільний контекст, сприятливе для взаємодії взаємне просторово-часове розташування двох суб'єктів. Таке-от становище має виразні ознаки обопільного взаємнення партнерів: без відповідного їхнього підпорядкування себе ситуації взаємодія стає неможливою.

Таким чином, упорядкування та взаємнення набувають статусу істотних характеристик міжособистісної взаємодії як взаємодії владно-підвладної. На окремих вікових етапах суб'єктивний зміст та об'єктивна спрямованість цих субдискурсів виявляються вельми різними, як і принципово різною є їхня роль у формуванні та функціонуванні особистості. Спільною, проте, залишається необхідність уключення індивіда у владно-підвладні стосунки як передумова власне особистісного розвитку.

Якщо дії і вчинки, у яких дістають вираження потреби й прагнення домінувати над іншими, мають порівняно виразніший характер, то ті, що спрямовано на підкорення, підпорядкування іншим, на пошук собі авторитету, господаря, вождя, бувають зазвичай менш явними та очевидними. Ще складніше окреслити їх у разі, коли місце конкретної особи посідають абстрактна ідея, норма, ідеал тощо.

Класичний психоаналіз переконливо показав, що генетичну (розвиткову) основу такого підпорядкування “невідомо кому” становлять первинні взаємнення немовляти, маляти від розвивального впливу дорослих, спочатку матері, батька, інших учасників найближчого соціального оточення. Але вже в досить ранньому віці маємо певне роздвоєння: з одного боку, індивід узалежнюється від дедалі ширшого кола осіб, з другого — стає спроможним підпорядковуватися не лише іншим людям, а й абстрактним, ідеальним явищам.

Зразком такого підпорядкування може бути відданість громадян певним ідеям, ідеологіям, нормам поведінки — релігійним, політичним та ін., які звичайно діють непомітно навіть для самого їх носія, але впевнено й ефективно. Аналізуючи життєвий шлях особистості, можемо без особливих зусиль знайти чимало відповідних прикладів. Прискіпливий погляд на їхній зміст виявляє певну двоїстість їхньої природи, що, врешті-решт,

дає підстави говорити про наявність ще двох субдискурсів владно-підвладної взаємодії в межах субдискурсу взаєзнання. З одного боку, йдеться про взаєзнання “материнського” типу, де в ставленні до владної особи або ідеї переважає емоційно-чуттєвий компонент, узалежнення виявляється в актуальному або потенційному регресі до глибинних верств психічного, у задоволенні потреб у сфері любові, прихильності, емпатії (таке взаєзнання можна назвати первинним). З другого боку, має місце взаєзнання “батьківського” типу, коли за такою самою особою або ідеєю вбачається право на панування, домінування, керування життєвим шляхом, долею суб’єкта, коли ця особа, ідея виконує функцію цілепокладання (вторинне взаєзнання).

Таким чином, зроблено припущення про те, що цілісний процес формування особистості може бути розглянутий як процес розгортання її владно-підвладної взаємодії із значущими іншими та репрезентований в розрізі кратологічного, владно-підвладного дискурсу з визначенням провідних субдискурсів упорядкування та взаєзнання (первинного і вторинного). Ці субдискурси можуть у певному розумінні бути найбільш природними, притаманними, визначальними для певних періодів (стадій) індивідуального розвитку.

Проекція такої дискурсивної структури на схему періодизації процесу особистісного поставання, життєвого шляху особистості висвітлює цікаву послідовність у своєрідному чергуванні дискурсів і субдискурсів, кожний із яких виходить на перший план у визначенні змісту розвитку на тій чи тій віковій стадії. (Це щось трохи подібне до чергування різних сторін провідної діяльності в найпоширенішій у вітчизняній психології віковій періодизації за Д.Ельконіним [2]). Ця послідовність замикається в такий собі цикл: від первинного взаєзнання “материнського” типу через упорядкування до вторинного взаєзнання “батьківського” типу і далі знову до “материнського” взаєзнання.

Такий цикл протягом людського життя може здійснюватися різну кількість разів — від одного до кількох і навіть більше — залежно від вибору певного ракурсу проблеми, від акцентування тих чи тих особливостей розвитку особистості. Скажімо, одноразовий цикл поділяє людське життя на три головні періоди: дитинство (у широкому значенні від народження до досягнення біологічної зрілості), дорослий вік, старість (рис. 1).

Дитинство назагал характеризується виразним початковим узалежненням “материнського” типу від соціального середовища та поступовим вивільненням з-під такого взалежнення. Життя дорослої особи спрямовується переважно на його впорядкування, на впорядкування власного буття, стосунків з оточенням, найближчого та порівняно віддаленого середовищ. Старість символізує досягнення стану певної гармонії особи зі світом, усвідомлення міри власної реалізованості, життєвої мудрості, набуття завершеного світогляду — стану, у якому неважко бачити ознаки взалежнення “батьківського” типу.

Кратологічні дискурси

<i>Первинне взалежнення</i>	<i>Упорядкування</i>	<i>Вторинне взалежнення</i>	<i>Первинне взалежнення</i>
Дитинство	Зрілий вік	Старість	Дряхління

Періоди життєвого шляху особистості

Рис. 1. Одноразовий цикл кратологічної періодизації життєвого шляху особистості

За старістю, проте, звичайно настає ще один важливий період людського життя — дряхління, коли дедалі частішим і сильнішим стає регрес до станів безпорадності, до актуалізації постійної дбайливої опіки, допомоги в задоволенні первинних потреб. Відтак знову може вестися мова про взалежнення “материнського” типу.

Дворазовий цикл додатково поділяє дитинство на три періоди (рис.2). Психологічний зміст розвитку дитини в ранньому та дошкільному віці більшою мірою зумовлюється її емоційно насиченими стосунками з найближчим оточенням, від якого вона так чи так узалежнюється, намагаючись водночас від такої залежності звільнитися. Найбільш актуальними тут є потреби в турботі, догляді, участі дорослого [3], проблеми довіри-недовіри, сорому, провини [4] — глибинних психічних почуттів, які пов’язують індивіда зі значущими іншими первинними чуттєвими узами. Відтак формується узалежнення “материнського” типу.

Кратологічні дискурси

Первинне взалеження	Упорядкування	Вторинне взалеження	Первинне взалеження	Упорядкування	Вторинне взалеження	Первинне взалеження
Раннє і дошкільне дитинство	Молодший шкільний вік	Підлітковий вік	Юність	Зрілий вік	Старість	Дряхління

Періоди життєвого шляху особистості

Рис. 2. Дворазовий цикл кратологічної періодизації життєвого шляху особистості

Молодший шкільний вік із його логікою та раціоналізацією набуває модусу впорядкування як зовнішнього, так і внутрішнього світу.

Зі вступом у стадію підліткового дозрівання це впорядкування за багатьма аспектами руйнується. Постає ніби нова особистість. Але щоб було збережено її цілісність, потрібним стає нове взалежнення — уже інакшого, “батьківського” типу.

Таке взалежнення виявляється в різних формах. Найочевиднішими з них є: так звана криза авторитетів, за якою насправді стоїть прагнення підпорядкуватися новим авторитетам, більш відстороненим та соціально визнаним; самоствердження, яке означає прагнення діяти не згідно з нав’язуваними вимогами дорослих, а нібито самостійно, хоча, по суті, відповідно до правил, норм, ідеалів певного соціального середовища.

Підліток навчається підпорядковувати своє життя не так конкретній людині, як більш чи менш абстрактному образу, ідеї. Підліткова криза, таким чином, знаменується опануванням здатності підлягати ідеальним чинникам, які дістають таку собі “несправжню”, “символічну” владу над особою.

Наступний після підліткового юнацький вік, згідно з пропонуваною логікою періодизації, має бути періодом, у якому в тих чи тих аспектах домінує взаємини “материнського” типу. І таких аспектів є чимало. Насамперед може йтися про властиве цьому етапові інтенсивне функціонування емоційної сфери у зв’язку з міжособистісними стосунками. Як відомо, стосунки дружби та кохання в цьому віці є особливо бурхливі й узалежнюючі. У певному розумінні юнацька особистість стає рабом своїх емоційних переживань. Це позначається навіть на раціонально-логічних сферах її життя. Наприклад, у виборі провідної для неї ідеології, у визначенні світоглядних позицій та ін. дається взнаки пресловутий юнацький максималізм.

Проте емоції влягаються й особистість переходить до процесів упорядкування, як це буває в зрілому віці.

Якщо ще більше заглибитися в дитинство та звернути увагу на його ранні етапи, то легко дійдемо до три- (рис.3) і чотириразового (рис.4) чергування дискурсів узалежнення і впорядкування. Спочатку охарактеризуємо зміну дискурсів протягом раннього віку (від народження до трьох років) на стадіях немовляцтва, ясельного віку та кризи трьох років.

Період немовляцтва — це якраз дуже яскравий приклад узалежнення “материнського” типу. Адже й сам провідний вид діяльності — безпосереднє емоційне спілкування з матір’ю, у межах якого досягаються найбільш значущі показники психічного розвитку, є виразним чинником потрапляння в таке взаємини.

У віці від одного до трьох років, коли для маляти актуальною стає предметно-знаряддева діяльність, посилюються ознаки, що характеризують його розвиток у парадигмі впорядкування. Упорядковується простір спільних дій із дорослими, структура як самих предметних дій, так і їх суб’єктивного відображення.

Далі має йти взаємини “батьківського” типу. Здається, що наступний після ясельного дошкільний вік якось не дуже підходить під таке визначення. І тут варто звернути увагу на кризу трьох років.

Кратологічні дискурси

<i>ПУ</i>	<i>Упор.</i>	<i>ВУ</i>	<i>ПУ</i>	<i>Упор.</i>	<i>ВУ</i>	<i>ПУ</i>	<i>Упор.</i>	<i>ВУ</i>	<i>ПУ</i>
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Періоди життєвого шляху особистості

<i>ПУ</i> – первинне взаєзнання	5 – молодший шкільний вік
<i>Упор.</i> – упорядкування	6 – підлітковий вік
<i>ВУ</i> – вторинне взаєзнання	7 – юність
1 – вік немовляцтва	8 – зрілий вік
2 – ясельний вік	9 – старість
3 – криза 3-х років	10 – дряхління
4 – дошкільний вік	

Рис. 3. Триразовий цикл кратологічної періодизації життєвого шляху особистості

Зазвичай вікові кризи трактуються як межі тривалих вікових етапів. Проте криза трьох років за цілою низкою ознак може претендувати на те, аби її розглядати як окремий віковий етап. Підтвердженням цього може бути, зокрема, наявність численних особистісно-змістових аналогій між кризою трьох років і кризою підлітковою. Інша річ, що об’єктивні часові масштаби цих двох етапів надто різні, але їхні ролі в особистісному формуванні є цілком порівнянними.

Отже, кризі трьох років притаманні процеси, які можна описати за параметрами взаєзнання “батьківського” типу. Мається на увазі, що дитина, у якої формуються свідомість і самосвідомість, стає здатною виходити за межі актуальної ситуації, орієнтуватися на минуле і на майбутнє, ставити перед собою вже не цілком конкретні цілі і таким чином узалежнюватися від образу або ідеї як доволі абстрактного феномена.

А далі вже дошкільне дитинство набуває статусу періоду, у якому вторинне взаєзнання трансформується в узалежнення первинне. Це має свій вияв, зокрема, в емоційних узалежненнях, що виникають між дітьми і дорослими, у намаганнях дітей

наслідувати бодай зовнішній рисунок дорослої поведінки, а також між дітьми в ході сюжетно-рольових ігор, де емоційно-образний компонент здебільшого відіграє провідну роль.

Дошкільний вік також може поділятися ще на три етапи за ознакою переважання того чи того кратологічного дискурсу. У молодшому дошкільному віці (після узалежнення “батьківського” типу під час кризи трьох років) відбувається узалежнення “материнського” типу, яке емоційно “прив’язує” дитину до найближчого оточення, де різко зростає питома вага впливу інших дітей-ровесників.

Кратологічні дискурси

<i>ПУ</i>	<i>Упор.</i>	<i>ВУ</i>	<i>ПУ</i>	<i>Упор.</i>	<i>ВУ</i>	<i>ПУ</i>	<i>Упор.</i>	<i>ВУ</i>	<i>ПУ</i>	<i>Упор.</i>	<i>ВУ</i>	<i>ПУ</i>
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13

Періоди життєвого шляху особистості

<i>ПУ</i> – первинне взалежнення	6 – криза 6–7 років
<i>Упор.</i> – упорядкування	7 – початковий період навчання в школі
<i>ВУ</i> – вторинне взалежнення	8 – молодший шкільний вік
1 – вік немовляцтва	9 – підлітковий вік
2 – ясельний вік	10 – юність
3 – криза 3-х років	11 – зрілий вік
4 – молодший дошкільний вік	12 – старість
5 – старший дошкільний вік	13 – дряхління

Рис. 4. Чотириразовий цикл кратологічної періодизації життєвого шляху особистості

З ускладненням та вдосконаленням сюжетно-рольової гри в старшому дошкільному віці у її структурі дедалі виразнішими стають елементи впорядкування — спільних дій, простору взаємодії, стосунків.

Криза 6 — 7 років, як період формування готовності дитини до навчання в школі, знаменує водночас і прояв здатностей розпочати нове життя — незалежне від звичного домашньо-ясельно-дитсадківського оточення і залежне від оточення шкільного. Таке життя вимагає від індивіда значуще самостійної поведінки та позиції в групі, здатності до вольової саморегуляції, що може трактуватися як узалежнення “батьківського” типу.

У наступному молодшому шкільному віковому періоді виразно переважають процеси впорядкування. Можна, проте, виділити і відносно короткий період початкового входження учня-першокласника в умови шкільного навчання, коли він істотно взаємозалежний від учительки, переносячи на неї стиль спілкування з матір'ю. Таким чином, узалежнення “материнського” типу також є важливим елементом розвитку особистості молодшого школяра.

Для отримання п'ятиразового дискурсивного циклу (рис.5) перенесімо увагу на дорослий вік. Хоча загалом це період різного роду особистісних самореалізацій, що найчастіше мають вигляд упорядкувань, проте й він не позбавлений тих чи тих кризових етапів [5], під час яких відбувається більш чи менш істотна зміна дискурсів.

Узяти хоч би “кризу середини життя”, яка припадає на вік 35 — 45 років. Видається, що безпосередньо перед цією кризою процеси впорядкування переходять у стани дещо надмірної впорядкованості, застигlosti, рутинності (вторинне взаємозалежнення). Особа раптом усвідомлює обмеженість раніше поставлених цілей, досягнутість певного життєвого максимуму, більшу чи меншу самодостатність свого існування, безглуздість подальших зусиль. І це зумовлює кризу, часом дуже серйозну, коли відбувається такий собі регрес у вигляді депресії, тривоги, розчарування, зневіри. Людина знову потребує підтримки, співчуття, лагідної опіки (первинне взаємозалежнення).

Вихід із кризи середини життя веде до впорядкування себе і свого світу вже на новому рівні — рівні тієї “мудрої старості”, про яку йшлося в описі одноразового кратологічного циклу.

Кратологічні дискурси

ПУ	Упор	ВУ	ПУ	Упор	ВУ	ПУ	Упор	ВУ	ПУ	Упор	ВУ	ПУ	Упор	ВУ	ПУ
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16

Періоди життєвого шляху особистості

<p><i>ПУ</i> – первинне взаєзнання</p> <p><i>Упор.</i> – упорядкування</p> <p><i>ВУ</i> – вторинне взаєзнання</p> <p>1 – вік немовляцтва</p> <p>2 – ясельний вік</p> <p>3 – криза 3-х років</p> <p>4 – молодший дошкільний вік</p> <p>5 – старший дошкільний вік</p> <p>6 – криза 6–7 років</p> <p>7 – початковий період навчання в школі</p>	<p>8 – молодший шкільний вік</p> <p>9 – підлітковий вік</p> <p>10 – юність</p> <p>11 – рання зрілість</p> <p>12 – середня (“рутинна”) зрілість</p> <p>13 – “криза середини життя”</p> <p>14 – пізня зрілість</p> <p>15 – старість</p> <p>16 – дряхління</p>
---	---

Рис. 5. П’ятиразовий цикл кратологічної періодизації життєвого шляху особистості

Таким чином, проведений аналіз життєвого шляху особистості показав можливість і доцільність інтерпретації змісту окремих його етапів за дискурсами владно-підвладної взаємодії суб’єкта із соціальним середовищем. Існує певна послідовність у чергуванні таких кратологічних дискурсів узалежнення і впорядкування, що втілюється в життєвих циклах.

Залежно від масштабів і параметрів аналізу кількість таких циклів може бути різною. Тут розглядалося від одного до п’яти, хоча може бути й більше. Але в разі збільшення їх числа, по-перше, пошук індикаторів відповідних дискурсів стає дещо штучним, насильницьким, по-друге, дискурси дедалі сильніше зливаються, переплітаються один з одним і відтак їх виділення поступово втрачає психологічний сенс. А життєвий шлях особистості знову віднаходить свою онтологічну цілісність.

РЕЗЮМЕ

Высказано предположение, что процесс формирования личности может быть рассмотрен со стороны ее властно-подвластного взаимодействия со значимыми другими и представлен в кратологическом дискурсе. Для определенных периодов индивидуального развития ведущими являются дискурсы упорядочения и попадания в зависимость (“отцовского” и “материнского” типа). Обнаружена любопытная последовательность в их чередовании: от зависимости “материнского” типа через упорядочение к зависимости “отцовского”. Данный цикл на протяжении человеческой жизни может осуществляться различное количество раз.

SUMMARY

It is supposed that the process of a personality formation can be discerned from the point of view of her power-subordinate interaction with significant others and presented in the cratological discourse. The most significant discourses for certain periods of an individual development are those of a regulation and subordination (“father” and “mother” type). The interesting order of their ranking is found: from a subordination of “mother” type through a regulation to “father” subordination. A number of this cycle realization during a life of a personality can be different.

Література

1. Бергер П., Лукман Т. Социальное конструирование реальности. Трактат по социологии знания. — Москва: Academia-Центр, Медимум, 1995.
2. Обухова Л.Ф. Детская психология: теории, факты, проблемы. — Москва: Тривола, 1995.
3. Салливан Г.С. Интерперсональная теория в психиатрии: Пер. с англ. — СПб.: Ювента; М.: КСП Плюс, 1999.
4. Эриксон Э.Г. Детство и общество. — Изд. 2-е, перераб. и доп.: Пер с англ. — СПб.: Ленато, АСТ, Фонд “Университетская книга”, 1996.
5. Шихи Г. Возрастные кризисы. Ступени личностного роста: Пер. с англ. — СПб.: Ювента, 1999.

© Васютинський В.О.

КРИЗОВА ОСОБИСТІТЬ: ПРИЧИНИ, ДЕТЕРМІНАНТИ, ЗАКОНОМІРНОСТІ

*І.І.Лановенко, Інститут соціальної
та політичної психології АПН України*

АКТУАЛЬНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ТРАНСФОРМАЦІЙ ПОВЕДІНКИ МОЛОДІ В УМОВАХ СОЦІАЛЬНОЇ КРИЗИ

Процесу розвитку суспільства як складно організованої системи притаманне постійне ускладнення його структури та, відповідно, усіх форм життєдіяльності. Але якщо раніше соціальні зміни мали певною мірою екстенсивний характер, то за останнє сторіччя суспільні перетворення, набуваючи все більшої інтенсивності, привели до загострення багатьох соціальних проблем, які звичайно заявляли про себе і в минулому, проте сьогодні набули виключної актуальності. Зокрема, це стосується значних змін у поведінці молоді, які не тільки набувають все більш масового характеру, а й стають все більш незвичними, а тому й сприймаються як неприйнятні і навіть небезпечні і для особи, і для суспільства. Теоретично ж ця проблема, незважаючи на постійне підвищення дослідницького інтересу до неї, представлена неадекватно її значущості, бо, як показує аналіз існуючих наукових підходів до природи й закономірностей трансформацій поведінки, й досі немає єдності у визначенні їх сутності, а більшості підходів бракує системного бачення різноманітних аспектів цього складного соціально-психологічного феномена.

Відправною точкою вивчення змін поведінки особи або спільноти є норма, без уявлення про яку розуміння і констатація трансформації принципово неможливі. В літературі існують багато тлумачень поняття “норма”, є в них і принципово загальна риса — норма визначається як узаконене установлення, міра, середня величина. Зокрема, в соціальній психології норма поведінки найчастіше ототожнюється із соціальними репрезентаціями —

широко представленими поглядами людей на соціальну дійсність, які містять підтримувані більшістю суспільні ідеї та цінності. Однак дослідження свідчать, що ці погляди, як основа розуміння соціальної норми, іноді мають досить значні розбіжності залежно від місця респондентів у структурі соціального розподілу та в цілому від певного історичного періоду розвитку суспільства. “Те, що раніше називалося ненормальним, незабаром буде для нас лише незвичним. Але у великому царстві природної необхідності незвичне так само правомірне, як і звичне... Кількість фактичного визнання ніколи не в змозі служити доказом нормативності. Більшість, таким чином, здатна помилятися, як і окрема людина...” [1, с.222].

Відповідно соціальні репрезентації та більш конкретні приписи, в яких вони знаходять своє відображення, можуть розглядатись як норма лише в контексті виділення найтиповіших, найбільш стійких з них, які, безпосередньо закріплюючи історичний досвід, становлять природну основу соціогенезу. Такою основою, як відомо, є традиції — інтегруюча суспільний простір сила, невід’ємна риса способу існування, загальнокультурний норматив, котрий регулює практично всі сторони життя.

Щодо культури, інформаційну характеристику якої репрезентують традиції, можна послатися на З.Фрейда, який вважав, що культура має дві сторони. З одного боку, вона охоплює всі знання і вміння, набуті людьми, що дає їм змогу опанувати сили природи й отримувати від неї матеріальні блага для задоволення своїх потреб; з другого — в культуру входять усі настанови, необхідні для впорядкування стосунків людей [2, с.482]. Норми культури узгоджують особистісні прояви людини та її поведінку із структурою і вимогами суспільства. “Їх мета, — писав учений, — не тільки встановити певний розподіл матеріальних благ, а й утримати його; більше того, вони повинні захищати від ворожих спонукань людини все те, що служить для опанування природи і матеріальних благ” [2, с.482].

У соціально-психологічному контексті механізм традиційної поведінки вбачався в інстинктивній природі (Г.Спенсер, У.Беджгот, У.Саммер), імітації (Н.Карасєв), у певних моделях дій і взаємодій індивідів (Д.Мід та його послідовники), системі рольових ставлень (Т.Парсонс). Багато дослідників прирівнювала традиції до широкого кола проявів стереотипізованої поведінки

(О.М.Нельга, С.Н.Артаповський, В.М.Массон та ін.), її взірця та алгоритму (Д.М.Угринович). Можна навести ще багато визначень, але більшість із них, навіть коли йдеться про духовну (ціннісну) складову формування традицій, залишає “за кадром” проблему сутності їх утворення.

Відповідно до біосоціальної природи психіки, а отже, до психології поведінки, вихідною детермінантою формування її норм є не якась середня величина, збіг поглядів і думок, а ідеал способу існування людей як суб’єктивне відображення об’єктивно оптимальної форми пристосування (адаптації) до навколишнього світу. Під нормою адаптації в соціально-психологічному смислі розуміється підтримання ефективного рівня взаємодії з оточуючим соціальним середовищем через організацію своєї поведінки, модифікацію спонукань, емоцій та взаємин (А.Є.Личко, Н.Я.Іванов) та у смислі життєдіяльності взагалі — здатність до “авторегуляції” (І.І.Шмальгаузен) і самозбереження. Тільки за наявності всіх цих ознак можна говорити про загальну адаптацію, тобто про узгодження внутрішньої і зовнішньої складових суспільно значущої поведінки.

Розуміння людської поведінки як вищої форми адаптації до умов середовища можна вважати загальноприйнятим, але таким, що потребує подальшого дослідження самого поняття адаптації крізь призму уявлень і природничих та суспільних наук про її конкретні пристосувальні функції і механізми. Так, розрізняють загальні й приватні види адаптації. Якщо останні пов’язані з окремими специфічними особливостями “середовища існування”, то більш загальні зберігаються значно довше, маючи універсальний характер. Встановлення традицій, дію яких у соціумі іноді порівнюють з еволюцією у живому світі [3, с.10], свідомо чи підсвідомо має на меті підтримку або відновлення гармонії природи та суспільства, суспільних інституцій і відносин. Досягнуті форми людської діяльності засвоюються, “згортаються” у формі певної структурної організації успадкованої психіки і “розгортаються” в подальшому розвитку індивіда або нового покоління завдяки екстеріоризації шляхом породження нових форм діяльності на основі вже існуючих. Традиції відіграють роль упорядника ентропійних процесів і, з одного боку, забезпечують усталеність соціальної системи, а з другого — виступають підґрунтям поступального

суспільного руху, визначаючи “типи пристосування”, тобто межі допустимих змін у діяльності та поведінці.

У періоди відносної сталості суспільного устрою традиції (насамперед традиції та їх компонента, яка підтримується волею держави) отримують соціально-правове забезпечення і, відповідно, дозвіл, припис, заборона стають головними критеріями оцінки будь-якої форми поведінки. Стандартизована система, в якій домінують певні рішення і певні спрямування та засоби їх задоволення, визначає і форму адаптації, зокрема, соціалізації молоді, яка допускає деякі відхилення від норми (традицій), але межі їх прояву локалізуються міцною стабілізаційною суспільною свідомістю. В такі періоди девіантна поведінка молоді найчастіше розглядається як мікросоціально-психологічне явище, що детермінується передусім клінічними або межовими розладами, віковими та характерологічними особливостями, педагогічною занедбаністю і в більшості випадків засуджується.

Однак історико-суспільний процес об’єктивно веде до розхитування старих і формування нових моделей суспільної взаємодії. І якщо традиція — це відбиток і підтримка сталості руху, то відхилення від неї, тобто нетрадиційність, — ознака й умова його мінливості. Завдяки тому, що в світі такі процеси взаємозумовлені, є підстави і на рівні суспільної організації розглядати їх такими самими. І традиційна (нормальна), і девіантна поведінка — єдиний цілісний, внутрішній суперечливий процес.

За умов якісних суспільних перетворень, особливо на зламі історичних епох, соціальні відносини, модифікуючись, закономірно супроводжуються значними трансформаціями поведінки, в тому числі й негативного характеру. Вони по суті є результатом суспільної кризи — хворобливого періоду якісної перебудови соціуму, дезорганізації історично вичерпаних суспільних форм, є тим, що розуміється під аномією (Е.Дюркгейм, Р.Мертон). Впливаючи на сутнісні зміни світоглядних настанов молоді, внутрішні суперечності суспільства супроводжуються процесом руйнування усталених зразків соціалізації, зумовлюючи поширення морального релятивізму, деструкцію традиційних, загальноприйнятих стандартів поведінки. Відповідно, соціальний та духовний розлад перехідного часу потребує спеціального “кризового” соціально-психологічного аналізу, а оскільки

девіантність пов'язана і з деленквентністю, — то й межового психолого-правового (кримінологічного) дослідження.

Виходячи з того, що соціально-культурні мутації реалізуються саме через нетрадиційну поведінку і тільки за її допомогою можлива зміна й подальший розвиток соціальної системи, є всі підстави розглядати термін “трансформація” як такий, що охоплює не тільки весь спектр нетрадиційності в поведінці, а й стадії формування самих відхилень: від початкових, майже незначених, до несумісних із нормою перетворень. В останньому випадку конфлікт призводить або до зміни норми, або до нейтралізації та природного зникнення девіації. В узагальненому вигляді девіація є проявом суспільного руху, відтворюючи спрямування соціогенезу в цілому; на рівні окремого суспільства — результатом специфічних, внутрішніх та зовнішніх протиріч у соціальній взаємодії спільноти; на рівні тих чи інших конкретних суспільних відносин (економічних, політичних, правових, ідеологічних та ін.) — набуває об'єктивного експериментального та процесуального значення; на груповому — є основою групової динаміки (міжособистісний аспект); в окремій ситуації, в якій діє суб'єкт, — реалізується в певних актах поведінки.

Кожен із наведених рівнів формування нетрадиційної поведінки за своїми сутнісними ознаками є “своєрідним царством”, що закономірно зумовило значну диференціацію як суто психологічних досліджень різних форм нетрадиційності, так і аналіз їх з позицій багатьох інших наук про людину та суспільство — філософії, соціології, теорії права, кримінології, медицини (передусім психіатрії) та ін. Проте, як зазначав Г.Гегель, останнє царство є “конкретна єдність усіх попередніх, як і взагалі кожен наступний рівень містить у собі нижчі ступені” [4, с.36 – 37]. Виходячи з визнання цілісності суспільної організації та об'єктивно існуючого діалектичного взаємозв'язку одиничного й загального, логічно зробити висновок, що створення узагальнюючої теорії трансформацій поведінки неможливе без створення “концептуальних мостів” (П.К.Анохін) між різними галузями наукового знання, в яких накопичено дані відносно механізмів формування та прояву тих чи інших форм нетрадиційної, девіантної поведінки.

Застосування досягнень суміжних наук у психологічних дослідженнях є особливо виправданим щодо поведінки молоді, яка, перебуваючи в інтенсивних пошуках шляхів адаптації до рухливих суспільних процесів і маючи зумовлені віком специфічні проблеми та потреби, найбільш чутко реагує на будь-які суспільні зміни, виражаючи їх у своїй поведінці. Комплексний метод пізнання дає змогу виявити деякі загальні й глибинні підстави трансформацій її поведінки, водночас розкрити їх специфіку, притаманний їм взаємозв'язок.

Видається, що ключовим моментом розуміння детермінації трансформацій поведінки молоді, їх змісту є усвідомлення сутності безпосередніх або опосередкованих соціальних та психологічних впливів (відповідно до діалектики суб'єкт-об'єктних стосунків і організації суспільства), які, заломлюючись через генетично зумовлені особливості сприйняття молодою людиною соціальної дійсності, визначають напрямки змін усталених форм реакцій на екзогенні й ендогенні подразники та стимули. Такий підхід дасть змогу не тільки проаналізувати сучасні соціально-психологічні, культурно-освітні, аксіологічні, родинні чинники прогресивного розвитку особи або її деградації, а й накреслити їх характерні типологічні особливості.

Проблема традиційного — нетрадиційного поведінки, в тому числі й молоді, під різним кутом зору почала досліджуватися ще в епоху Античності, розкриваючись, зокрема, в етико-психологічних уявленнях Сократа й Аристотеля. В подальшому вона набула розвитку у філософських поглядах відомих представників Нового часу, Просвітництва, новітньої філософії, а також у психології, кримінально-психологічних дослідженнях.

Наукова дискусія щодо причин виникнення поведінки з відхиленнями розгорталася переважно в межах дослідження співвідношення вищих і нижчих закономірностей розвитку психічної діяльності людини. Свого часу предметом спеціального вивчення були біологічні (антропологічні, генетичні, ендокринні) витоки нетрадиційної поведінки (Ч.Ломброзо, У.Шелдон, Я.Тейлор, Д.Янг, П.Джекобс, М.Шлапп та ін.). При цьому підкреслювалося, що схильність до суспільно небезпечної поведінки передається в спадщину (О.Кінберг, О.Ланге, Е.Гейер, Ж.Пинатель) так само, як є спадковою в цілому більшість хвороб людини чи форм біосоціальної дезадаптації (Г.Сел'є, П.К.Анохін, О.О.Богомолец,

І.В.Давидовський та ін.). Проголошувалась виключна роль конфлікту між примітивними інстинктами, якими наділена кожна людина, і альтруїстичним кодексом, що встановлюється суспільством (З.Фрейд, Э.Гловер, Д.Абрахамсан). Девіантність пов'язувалася з різними типами соціальної дезадаптації, котрі здатні приводити до авторитарних чи деструктивних проявів поведінки (Е.Фромм), особливо в разі патологічного виховання в дитинстві (К.Хорні) з формуванням відповідної “схеми аперцепції” (А.Адлер), а також з абсолютизацією соціальної детермінації нетрадиційної поведінки, коли вона розглядається як дія (бездіяльність), сформована на основі попередньо набутого досвіду, навчання (Б.Ф.Скіннер, Дж.Роттер), конфлікту культур (Т. Селлін) та ін.

Проте ні генетична схильність, ні самі по собі соціальні або психологічні властивості — ще не єдині детермінанти відхилень у поведінці. Життя є тим, що ми робимо з нього, відмічав Ж.-П. Сартр. Особистість — це “відкрита можливість”, активна творча істота, життя якої є єдиним процесом розвитку, йому ж, як відомо, притаманні водночас і прогрес і регрес, сталість і рухомість. Їх витoki треба шукати в особливостях відображення людиною умов свого існування, відповідної динаміки психічного стану, що позначається на тих чи інших актах поведінки, і залежно від того, чи знаходить особистість у ній свій “предмет” і чи вдається їй відтворити його.

Стан соціальної психіки, в якому накопичується й кодується інформація про майбутні суспільні зміни, персоніфікуючись в індивідуальній поведінці, є одним з найважливіших чинників її трансформації. Однак сьогодні соціально-психологічні дослідження, зазвичай, обминають цю проблему. Найбільш вдалим видається підхід, за яким стан соціальної психіки є результатом інтегрального оцінювання усієї сукупності інформації, яку суб'єкти отримують у той чи інший проміжок часу щодо відповідності їх потенціалу, можливостей, статусу рівневі особистих домагань, очікувань, планів, сподівань [5, с.436].

Таким чином, вивчення характеру соціальної психіки передбачає аналіз шляхів здійснення вибору “життєвого плану” (А.Адлер), способу взаємодії з оточуючим суспільним середовищем як на міжособистісному рівні, так і у сфері певних суспільних відносин. Ступінь збігу (незбігу) соціальних запитів з можливостями їх задоволення вбачається в усвідомленні пріоритетних,

провідних потреб і, відповідно, провідних мотивів поведінки, що зумовлює вибір типових чи ні їх проявів.

Не тільки руйнуючи, а й створюючи, організуючи соціальний простір, нетрадиційна поведінка відіграє роль своєрідної передадаптації — пристосування до майбутніх властивостей середовища, коли типові риси нової соціальної норми ще тільки визначаються. У молоді це яскраво виявляється в типовому прагненні бути залученою до молодіжної субкультури, норми якої, з одного боку, психологічно більш прийнятні й зрозумілі їй, а з другого — є важливим переходом від стану дитинства до стану дорослості, стаючи однією із соціально-психологічних основ самоорганізації соціалізації. Поведінка молоді загалом відбиває історичну реальність, на фоні якої вона розгортається. Перебуваючи в інтенсивних пошуках шляхів адаптації до рухливих соціальних процесів, молодь привласнює ті цінності, які найбільше відповідають її “життєвим пориванням”, а їх активна маніфестація спрямовується (в колективному вигляді) на суспільне (нехай спочатку і в межах неформальної групи) визнання нової самоідентифікації [6, с.352 – 353].

Однак “пошукова активність”, бажання побудувати власну систему цінностей можуть бути поєднані з ризиком настання не тільки сприятливого, а й несприятливого результату як для особи — носія девіації, так і для певних соціальних відносин. Ризикова поведінка в молодіжному середовищі може мати навмисну і стихійну форми, механізми яких іноді дуже тісно переплетені. Якщо навмисність асоціюється передусім із спрямованим експериментом, то стихійність часто набуває вигляду моди, яка містить у собі істотний елемент заперечення певних естетичних, моральних норм, прихований або більш-менш явний суспільний протест, коли розвиток молодої людини може виходити на непередбачений, руйнівний для фізичного, психологічного й соціального здоров'я шлях, породжуючи, зокрема, багато конфліктів у суспільній взаємодії, в тому числі правового характеру.

Практика свідчить, що для уникнення конфлікту із суспільною мораллю і законом молода людина має навчитись здійснювати нормальний, з огляду на співвідношення суспільних і особистісних інтересів, вибір певних варіантів поведінки. Для цього вельми необхідно зорієнтувати її поведінку, особливо в кризових ситуаціях, коли питання моралі, що постають перед нею,

потребують негайного вирішення стосовно не тільки “етики переконань”, а й “етики відповідальності”.

Моральність, так само як і відповідальність, є результатом досвідченості й самовизначення особистості відповідно до діючих нормативних моделей поведінки та відхилень від них. Свобода вибору — основа відповідальності, бо “там, де немає вибору, немає ні мислення, ні прийняття рішень” [7, с.86 – 87]. Однак свобода вибору не може бути абсолютною. Межі свідомого вибору тієї чи тієї форми поведінки завжди визначаються ситуацією прийняття рішення та індивідуальністю суб’єкта дії, а також завданнями виховання. Свобода вибору важлива, але недостатня умова “ для того, щоб навчити людину рахуватися з іншими людьми, з їх потребами та бажаннями, ...навчитися передбачати можливі несприятливі наслідки задоволення того чи іншого бажання” [8. с.364]. Вона може призводити до непередбачуваних негативних наслідків в разі, якщо особистість молодшої особи “деформована патогенними впливами” [7, с.365]. Важливе значення має і те, що вибір поведінки (в діапазоні від норми до девіації і злочину) визначається не тільки способом життя, а значною мірою інстинктами, вплив яких на поведінку повністю не можна пояснити досвідом окремого індивідуума, хоча він по суті є представником усього людського роду, де панує колективний досвід з його розмаїтістю норм та відхилень. Ось чому розв’язання проблеми запобігання деструктивним формам поведінки має передбачати своєчасну, виправдану об’єктивними умовами і завданнями суспільного розвитку корекцію свободи вибору, що ґрунтується на усвідомленому сприйнятті та відтворенні найкращих зразків поведінки з огляду на запобігання суспільним конфліктам та сприяння співробітництву.

Соціальні норми допомагають людині краще орієнтуватися серед моральних і правових цінностей свого соціального середовища. Однак, коли норма “ з тих чи інших причин... суспільно некорисна, то, хоча б така норма і залишалась обов’язковою згідно з діючим моральним або правовим приписом і навіть фактично виконувалася б населенням, результат її соціальної дії буде негативним або принаймні нейтральним” [9, с.74]. Виходячи з цього, слід зауважити, що суспільне значення певних трансформацій поведінки не завжди залежить від того, чи вважаються вони нормальними з погляду і окремої особистості, і групи, і навіть

суспільства в цілому. Мова йде насамперед про прогресивну нетрадиційну поведінку, що формується, поки не отримає визнання більшості, іноді в аморальному вигляді, але потребує, зокрема, на думку видатного письменника Б.Шоу, певного захисту “ від нападів тих, хто має тільки одне мірило — звичай і хто вважає будь-яку критику звичаїв нападом на основу суспільства, на релігію і на добродетель” [10, с.25].

Вихідною для соціально-психологічної оцінки тієї чи іншої моделі поведінки молоді має бути її відповідність завданням особистісного розвитку (самоактуалізації) та вектору еволюційного розвитку суспільства. Щоб норма справді служила основним критерієм для висновку про відповідальність особи за свою поведінку, вона повинна мати характер динамічної, відкритої системи розпоряджень, які, з одного боку, мають значне число ступенів свободи, що дає змогу якнайкраще враховувати складність взаємозв'язку об'єктивних та суб'єктивних чинників, котрі детермінують людську поведінку, зростаючий запит сучасного суспільства на інноваційну діяльність, а з другого — підтримувати ідеал здоров'я — єдність фізичного, душевного й соціального благополуччя [11, с.293]. Такий підхід до визначення соціальної норми може позитивно позначитися на запобіганні поширенню, а також на корекції спотвореного способу життя (наприклад, суспільна думка стосовно різних збочень у статевих стосунках у певні історичні часи не просто ставала більш ліберальною, а навіть обґрунтовувала потребу в них), вдосконаленні існуючої системи правових, організаційних норм поведінки [12] тощо.

Взагалі ж трансформації норм поведінки молоді є суперечливим проявом установа динамічної рівноваги між індивідуальною та колективною (спільноти, суспільства) соціальною психікою, вибору нової форми більш адекватного пристосування до мінливих існуючих і майбутніх умов середовища на основі синтезування всіх векторів відхилень, бо єдність завжди становить єдність множини. Визначення цієї об'єктивної закономірності має бути покладене в основу формування цілісної психологічної моделі розвитку людської поведінки.

РЕЗЮМЕ

На основе комплексного метода исследования определены актуальные направления изучения трансформаций поведения молодежи в условиях социального кризиса и концептуальные подходы к нему. Сущность трансформаций поведения усматривается в трансформациях традиций (норм) социально-психологического взаимодействия молодежи и общества, осуществляемых вследствие изменения типа организации общества и, соответственно, типов социальной и психологической адаптации. Раскрывается роль нетрадиционного поведения — исходной основы трансформаций поведения в целом и в механизмах социализации молодежи.

SUMMARY

On the basis of a complex method of research the actual tendencies of youths' behavior transformations investigation under the circumstances of the social crisis and conceptual attitudes toward it are defined. The essence of behavioral transformations is seen as a result of the traditions (norms) of socio-psychological youths and a society interaction transformation. The latter result from the changes in the society organization type and correspondingly social and psychological adaptation type. The role of untraditional behavior as an initial basis of behavioral transformations in general and in the mechanisms of youths' socialization is discerned.

Література

1. Виндельбанд В. Дух и история: Пер. с нем. — Москва, 1995.
2. Фрейд З. Психоаналитические этюды. — Минск, 1997.
3. Спиркин А.Г. Человек, культура, традиция // Традиция в истории культуры. — Москва, 1978.
4. Гегель Г. Сочинения. — Москва, 1937. — Т. 2.
5. Парыгин Б.Д. Социальная психология. Проблемы методологии и теории. — СПб.: ИГУП, 1999.
6. Осипова О.С. Методологическое обоснование социогенеза: классические подходы и инновации. — Гомель, 1997.
7. Сухарев В.А. Психология интеллекта. — Донецк, 1997.
8. Маслоу А.Г. Мотивация и личность. — СПб., 1999.
9. Социальные отклонения. — Москва, 1989.
10. Борохов Э. Энциклопедия афоризмов. — Москва, 1999.

11. Здоровье — 21: Основы политики достижения здоровья для всех в европейском регионе ВОЗ / ВОЗ. Европейское региональное бюро. — Копенгаген, 1999.
12. Лановенко І.І., Мельник П.В. Проблема вибору в кримінології. — К., 1999.

© Лановенко І.І.

Н.В.Алікіна, Інститут соціальної та політичної психології АПН України

ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЗАХИСТ ОСОБИСТОСТІ: ОСОБЛИВОСТІ СЬОГОДЕННЯ

Численні форми та психологічні метаморфози захисної поведінки особистості мають виникати в широкому діапазоні її життєвих ситуацій: від захисту на біологічному рівні (фізичне існування) до захисту у сфері соціальних комунікацій.

При захисті людина зазвичай не шукає наукових визначень психологічної специфіки своєї захисної поведінки. Частіше за все вона діє безпосередньо, відповідно до притаманної їй властивості захищати себе від негативних впливів, тобто на основі її схильності до самозахисту від будь-якого джерела небезпеки та психотравмуючих переживань. Якщо ситуація, що передбачала самозахист, позитивно вирішується, людина, скоріше, не буде цікавитися нюансами власної захисної поведінки, тобто вона не виявить, який психологічний механізм дав їй змогу зберегти цілісність власної особистості, її стійкість або почуття впевненості в собі. Коли людина без зайвих душевних переживань зберігає чи утримує оптимальний для себе рівень адаптивної поведінки у значущих для неї сферах життєдіяльності та рівень психологічно комфортного самопочуття, вона рідко буває схильною до аналізу того, як це досягається.

У разі, коли якась життєва ситуація стає для людини проблемною чи, як криза, загострюється, її захисна поведінка, як відомо з психологічної практики, може стати небезпечною для неї самої. У таких випадках конструктивна захисна поведінка, котра не руйнує особистість, не завжди можлива без допомоги психолога [1]. Традиційних видів психологічної допомоги

(психологічне консультування, психологічна корекція, психотерапія) за певних ситуацій, що сприяють актуалізації захисної поведінки особистості (чи детермінують або провокують), інколи буває недостатньо, і тоді виникає потреба в так званій нетрадиційній психологічній допомозі. Остання ґрунтується на законодавчому визнанні права людини на захист честі й гідності своєї особистості і починає здійснюватися сьогодні в рамках судово-психологічної експертизи для з'ясування питання про заподіяння їй моральної шкоди.

Надаючи право на такий соціально-психологічний захист, закон спирається, з психологічної точки зору, на дещо безособистісне визначення “моральної шкоди”, яка, відповідно, полягає у стражданнях, котрі має відчувати певна “середня” особа, що “нормально” реагує на скоєні стосовно неї неправомірні дії [2]. Тягар доведення факту заподіяння моральної шкоди лягає на саму людину. Тобто вона повинна довести достовірність зумовлених цим фактом власних переживань. У багатьох випадках для людини це перетворюється на нову соціально-проблемну ситуацію, котра вимагає подолання перепон буденної свідомості, для якої психологічний факт взагалі має ефемерну сутність і є недостовірним.

Означена психологічна помилка має своє історичне минуле. Вона є прямим наслідком закономірно властивої для будь-якого тоталітарного суспільства настанови на знецінення людини як особистості, яка має право на почуття власної гідності, право на індивідуально-психологічні закони свого життя та авторське право на розвиток його сюжетів. Ці негативні наслідки, носіями яких є конкретні люди, або не дають змоги побачити індивідуальну проблему особистості, або зумовлюють зневажливе ставлення до неї (бо “середня” (!) людина занадто мала для того, щоб її турботи привертали до себе увагу), або викликають роздратування від того, що особистість дозволила собі розкіш самозахисту, тобто претендувати на сатисфакцію скривдженого почуття власної гідності, взагалі заявити про нього та про свою незалежну позицію чи зробити спробу реалізувати право на неї [3].

Окрім указаних соціальних та психологічних проблем, поведінка людини, спрямована на реалізацію права психологічного захисту своєї особистості, викликає також складні психологічні питання на зразок “Якою мірою людина сама

(свідомо чи несвідомо) сприяла виникненню своєї соціально-проблемної ситуації?” Відповіді на це запитання можуть бути різними: від повного звинувачення зовнішніх обставин та реалій сьогодення до критичних висловлювань на свою адресу на кшталт “У своїй ситуації я повною мірою був винен сам”.

Між протилежними полюсами таких відповідей багато різних психологічних проблем людини, що спричинюються її особистісними властивостями. Так, від рівня розвитку суб’єктивного контролю, котрий є багатомірним психологічним утворенням і бере участь у роботі системи саморегуляції діяльності людини, навіть є “головуючим” усієї цієї системи, залежала адекватність оцінок, якими особистість визначала казуїстику свого проблемного становища. Індивідуальні ознаки суб’єктивного контролю зумовлювали різну психологічну забарвленість поведінки людини. Вона могла бути, наприклад, обачливою, обережною, передбачливою, дипломатичною, психологічно-політичною. Однак психологічно-політична поведінка передбачає вправний самоконтроль навіть у некерованих обставинах і не завжди може, будучи етичною формою поведінки, протистояти маніпулятивним та безпринципним діям осіб, що завдали образи. Тому вона була рідким явищем. Взагалі властивості людини багато в чому зумовлювали силу й рівень складності психологічного захисту особистості, тобто характерологічно суттєві стратегії її поведінки, спрямованої на самозахист.

Перелічити й описати всі можливі варіанти характерологічно суттєвих способів зазначених дій в принципі неможливо, бо число індивідуальних варіацій у проявах поведінки особистості лише можна уявити. Воно складається з низки різноманітних поєднань різних властивостей та особливостей людини з певним пропорційним співвідношенням кожного з них. Завдяки цьому утворювані психологічні комбінації становлять безкінечний ряд неповторної своєрідності.

Наші спостереження свідчать, що в поведінці людини, спрямованої на психологічний захист своєї особистості, на захист почуття власної гідності, дивно можуть переплітатися: тверезий розрахунок і недостатня спроможність розуміти мотиви власних дій та оцінити їх наслідки; енергійний натиск, що поступається перед привабливістю чуттєвих насолод, та недооцінка подій, які загубились у глибині зосередженості на власному внутрішньому

світі; логіка ясного, послідовного, антиципаційного мислення, творча уява та практично безпорадна ідеалізація оточуючої дійсності; комунікативність, ділова винахідливість і афективна небезпечна вибуховість інтенсивних глибоких образ і переживань; прагнення до подолання перепон, власного волевиявлення і до влади впливати на оточуючих; здатність до планомірної організації дій та свідомо орієнтація на матеріально-меркантильний характер їх результату; спрощеність, одноманітність, недостатня координованість зусиль у реалізації принципів добра й справедливості; відсутність чітких уявлень про складні явища сучасного життя у поєднанні з почуттями обов'язку та жалю; безпосередність дій та емоційних реакцій, готовність до засвоєння ідей референтної групи без достатньої здатності до їх детальної розробки і самостійного втілення; перевага ідейних інтересів, оригінальні починання і деяка непослідовність, надмірна зосередженість на власному Я.

Якими б не були окремі дії та певні індивідуальні характеристики досліджуваних, загальну, основну лінію своєї захисної поведінки вони мотивували здебільшого порушенням соціальної справедливості, що займало провідне (в усякому разі не останнє) місце в системі їхніх особистісних цінностей, тобто дійсно мало для людини важливе суб'єктивне значення, було тим особистісним смислом, що мотивує поведінку не як приватний інтерес, а як надособистісну цінність.

Однак, якщо ідея соціальної справедливості досягає в людини рівня надособистісної цінності, яку вона намагається захистити, буденній свідомості це здається принципово незрозумілим, оскільки вона замість спокійного, благополучного (у її розумінні) життя бачить у таких випадках лише дії, позбавлені (з огляду на буденну свідомість) життєво необхідної доцільності. Людині з домінантою приватного інтересу завжди важко (неможливо!) зрозуміти людину, в якій домінують надособистісні цінності.

Деякі узагальнення щодо свідомого психологічного захисту особистості, коли вона відчуває зневагу до своїх морально-етичних цінностей, дають підстави для висновку, що буденна свідомість виключає будь-які міркування з приводу численних порушень балансу справедливості і конкретно — з приводу обтяжливих переживань людини, які визначаються через їх суб'єктивність як необ'єктивні, тобто недостовірні. Видається, що

необхідна соціальна реставрація суб'єктивної шкали обтяжливих переживань особистості, яка може здійснюватися за допомогою психології, сприятиме утворенню умов гарантування прав людини на соціальну та психологічну безпеку, а також захисту цього, істотно притаманного людині права [4, 5].

РЕЗЮМЕ

Рассмотрены нетрадиционные аспекты защитного поведения человека. Выделена тема характерологически существенных для личности способов психологической самозащиты в социально-проблемных ситуациях. Подчеркнуты трудности преодоления личностью барьеров обыденного сознания, для которого переживание несправедливости лишено значения объективного психологического факта

SUMMARY

Untraditional aspects of defensive behavior of a personality are discerned. The problem of significant modes of psychological self-defense in the social problematic situations from the point of view of a psychological make-up is defined. The stress has been made upon the difficulties of the overcoming the barriers of an everyday consciousness that experiences the unfairness as a phenomenon lacking any objective psychological fact meaning by a personality.

Література

1. Роджерс К.Р. Консультирование и психотерапия. Новейшие подходы в области практической работы. — Москва: ЭКСМО-Пресс, 2000.
2. Эрделевский А.М. Компенсация морального вреда в России и за рубежом.— Москва: Форум, 1997.
3. Проблеми соціального захисту в Україні / Матеріали наук.-практ. конф. — Чернігів, 1996.
4. Большой юридический словарь.— Москва: Инфра, 2000.
5. Фуллер Лон Л. Мораль права.— К.: Сфера, 1999.

© Алікіна Н.В.

ФЕНОМЕНОЛОГІЯ І СТРУКТУРА САМОРЕГУЛЯЦІЇ

Актуальність вивчення проблеми саморегуляції в контексті проблем психологічних криз особистості не потребує доведень, адже ясно, що успішність і “безпроблемність” людини в реальному житті не завжди зумовлюються мірою її обдарованості у певних видах діяльності: кожен може згадати безліч прикладів, коли талановиті люди або тихо скінують у нестатках та “незактуалізованості”, або шикуються в черги до психотерапевтів. Водночас багато дуже посередніх і навіть нездарних успішно просуваються по кар’єрних шаблях та самоздійснюються різними способами. Очевидно, справа не в здібностях і талантах як таких, а в тому, наскільки вправно дана людина змогла скористатися з того, що відпущено їй природою, й наскільки вдало вона зуміла організувати свою діяльність, тобто наскільки ефективною є система саморегуляції людини.

Дослідження саморегуляції — одна з найскладніших психологічних проблем хоча б тому, що забагато біологічних і соціальних, зовнішніх та внутрішніх, особистісних (“диспозиційних”) і ситуативних чинників впливає на ефективність саморегуляції; дуже розмаїтими за цілями і методами є конкретні дослідження навіть в рамках “чистої науки”, а про практично орієнтовані годі й казати. Академічні дослідження характеризуються наявністю суттєвих, а подекуди й сутнісних робіжностей у поглядах на природу та структуру саморегуляції. Звичайно, в них можна вирізнити деяку “суспільну згоду”: про саморегуляцію можна говорити як про свідомі або неусвідомлювані впливи людини на притаманні їй психічні явища (процеси, стани, властивості), виконувану нею діяльність, власну поведінку з метою збереження чи зміни характеру їх перебігу (функціонування), тобто коло психологічних реалій, що підлягають регулюванню (поведінка, діяльність, процеси, стани, властивості). Більш суттєвим є те, що існує певний розрив між теоретичним дослідженням і практичною, в тому числі терапевтичною, роботою.

Річ у тім, що довгий час саморегуляція вивчалася як структура саморегуляції діяльності, тому майже всі структурні моделі саморегуляції викликають ланцюжок занадто явних алузій зі структурними моделями діяльності: наприклад, одна з найкращих, найбільш детально обґрунтованих і розроблених структурних моделей саморегуляції О.О.Конопкіна [1] дуже нагадує структуру учбової діяльності В.В.Давидова — В.В.Репкіна, яка оснащена ідеями про образ “потребного” майбутнього і етапом-компонентом зворотного зв’язку, але також відчутно перегукується зі структурою діяльності О.М.Леонтьєва, яка, в свою чергу, має витoki зі структури трудового акту К.Маркса, що виросла на фундаменті “будинку, який побудував” Г.Гегель. Але фактично ми майже нічого не можемо сказати про природу успішності діяльності, якщо не розділимо в активності людини пласт власне виконання, реалізації діяльності та пласт регуляції, управління цією діяльністю. Система діяльності й система саморегуляції тісно пов’язані та взаємозалежні, але кожна має свою логіку розгортання, що аж ніяк не дублюють одна одну.

Ще однією поширеною рисою дефініцій та структурних моделей саморегуляції є практично повсюдне ототожнення процесів самоуправління та саморегуляції, яке в ряді випадків безумовно виправдане, але все ж потребує концептуальної специфікації. Слушними видаються думки про те, що система самоуправління реалізує гетеростатичні тенденції суб’єкта, а саморегуляції — гомеостатичні; управління є інформаційно відкритою системою, а регуляція — закритою [2]. Експлікувати ці тези можна таким чином. Реалізація гетеростатичних тенденцій означає, що самоуправління, будучи інформаційно відкритою системою, охоплює вибудовування всіх етапів діяльності й мислене її здійснення аж до прогнозування результатів, включаючи передбачення варіантів розбіжності між бажаним та можливим і переживання (віртуальне) задоволеності від результату, якого треба досягти. Це здійснюється як багатоступінчасте і психологічно витончене прогнозування.

Суттєво, що процес самоуправління починається (принаймні розгортається) з моменту появи більш або менш обґрунтованого, ясного у своїй однозначності відчуття принципової досяжності бажаного. Фактично початок самоуправління

збігається із закінченням переходу потребового стану від неясного “тяжіння” до відчуття впевненості в досяжності. Тут виникає момент уточнення психологічної термінології: звичайно меті атрибууються дві найважливіші ознаки — усвідомленість та атракційність. Сутнісна, тобто організуюча і спрямовуюча щодо діяльності, функція мети є похідною від них. Проте дещо бажане може виконувати цю організуючу роль лише тоді, коли людина має хоча б якісь суб’єктивні підстави для відчуття доступності бажаного. У недосяжного бажаного, як відомо, немає шансів стати метою діяльності. В міру розгортання “прогностично-програмуючої частини” самоуправління виникають підстави для раціональної, об’єктивної оцінки міри досяжності: оцінюються зовнішні і внутрішні передумови ефективної діяльності, передбачаються труднощі і шляхи їх подолання, формується модель “умов діяльності” та ін. Однак ця реальна оцінка своїх можливостей є результатом вже актуалізованого, “запущеного в дію” процесу самоуправління.

З цього погляду саморегуляція є частиною, підсистемою більш широкої системи самоуправління. Якщо функцією самоуправління є програмування і побудова ефективної діяльності, включаючи створення задуму і вибору (або формування) умов його реалізації, то саморегуляція “відповідальна” за ефективну діяльність, котра вже почалася. В цьому плані саморегуляція дійсно реалізує гомеостатичні тенденції, оскільки одним (не єдиним, звичайно) з її предметів є оцінювання розбіжностей між намірами і реальним перебігом подій і/або зміна якихось параметрів системи або повернення її до попереднього режиму. Тому, якщо система самоуправління орієнтована на мету, на результат, то система саморегуляції “тримає у фокусі уваги” вимоги щодо ефективної діяльності та об’єктивний і суб’єктивний стани людини. Коли програмуючий блок самоуправління спрямований на майбутнє, то саморегуляція більше зосереджена на теперішньому.

Аналіз проблеми саморегуляції дає підстави вважати, що в ототожненні понять саморегуляції та самоуправління “винна” мета. Оскільки структура саморегуляції є фактичним аналогом структури діяльності, то мета діяльності автоматично включається також у структуру саморегуляції. Проте помилка полягає в тому,

що мета якраз не входить у контур саморегуляції. Мета “належить” діяльності, яка має розгорнутися. Точніше, мета належить навіть не діяльності, а смислам і цінностям суб’єкта; стосовно діяльності мета є скоріше точкою росту, запуском діяльності. І тим більше мета не включається в систему саморегуляції, що виступає своєрідним “сервісним обслуговуванням” діяльності з досягнення мети, тобто стосовно саморегуляції мета є певною мірою зовнішнім утворенням.

Самоуправління і саморегуляція пов’язані таким чином. Діяльність спрямована на ціль, самоуправління — на прогнозування умов для “ціледосягаючої”, тобто ефективної, діяльності, саморегуляція — на реально здійснювану діяльність. Самоуправління і саморегуляція прямо залежать від мети, але остання не входить до структури саморегуляції. Можна вибудувати таку послідовність: 1) бажаність, приналежність чогось; 2) відчуття досяжності бажаного; 3) усвідомлення його як мети; 4) початок розгортання самоуправління; 5) початок “основної” діяльності + збудження системи саморегуляції; 6) розгортання процесу саморегулювання; 7) закінчення діяльності (закінчення окремого її циклу); 8) закінчення самоуправління і саморегуляції = задоволеність.

Саме міра задоволеності є важливим мірилом ефективності саморегуляції, на відміну від ефективності діяльності. Остання вимірюється і, власне, має смисл лише в контексті кінцевого продукту; і принцип вимірювання ефективності діяльності простий: чим більше наближається отриманий продукт до ідеального, задуманого, тим ефективніша діяльність. Ми не розглядатимемо численні варіанти того, що самі цілі та відповідні їм продукти діяльності можуть бути дуже різними, і чим меншій стандартизації підлягає отримуваний продукт, тим менш проясненими є критерії оцінювання: це може бути і уречевлений продукт, і науковий чи мистецький витвір, спортивне досягнення чи виконавська майстерність; це може бути побудова певних відносин або діяльність самовдосконалення, де оцінити продукт вкрай важко, і т. ін. Але сам принцип оцінювання залишається незмінним; якість процесу в цілому й окремих його операцій оцінюється ретроспективно за якістю продукту: чим краще зробили, тим краще робили.

Зовсім інший смисл гіпотетичного оцінювання ефективності саморегуляції: вбачання ефективності саморегуляції за продуктом діяльності доцільне лише за певного класу ситуацій. Саме таким чином можна оцінювати ефективність так званої мобілізаційної, або "фазної", саморегуляції: якщо певний продукт (результат) має надвисоку цінність і повинен бути досягнутим за будь-яку ціну і всупереч усім об'єктивним і суб'єктивним перешкодам ("нам нужна победа..., мы за ценой не постоим"). У таких термінальних ситуаціях ефективність саморегуляції дійсно дорівнює мірі наближення до мети і мова про вартість, величину докладених зусиль не йде. Проте більш актуальною є ефективність "пересічної", тонічної саморегуляції, що здійснюється всюди й повсякчас. Стосовно неї, на жаль, психотерапевтична (навіть психіатрична) практика свідчить, що психічні ресурси людини не безмежні. Відомо, що успішність у занадто легкій діяльності не дає задоволення, залишаючи людину байдужою, навіть розчарованою, а найбільше задоволення вона має від успіху достатньо напруженої діяльності. Відомо також, що занадто важке чи складне завдання призводить до порушення діяльності. Деструкція останньої супроводжується безліччю відтінків негативних емоційних реакцій, призводить у кращому випадку до пониження рівня домагань, а в гіршому — до психологічних або психічних розладів.

Інший варіант видається не таким трагедійним, проте вартим уваги. Це варіант вкрай напруженої діяльності, коли досягнення мети можливе лише ціною граничної мобілізації всіх (психологічних і фізіологічних) ресурсів людини. Що частіше трапляються такі ситуації фазної саморегуляції, то швидше людина виснажується. Першою ознакою виснаження є втрата задоволеності від отриманого результату, відчуття нав'язаності. Раз по раз уявляючи себе перерослим у тяжкий обов'язок прагненням робити все "найкращим чином", людина врешті-решт виснажується до повного психічного спустошення, "вигоряє". Фізіологічним аналогом цього стану є поширений синдром хронічної втоми. Такий стан спустошеності при об'єктивно успішній діяльності є, так би мовити, "хронічною кризою", показником неефективності саме регуляційних процесів. З цього випливає, що єдиним достовірним критерієм оцінки ефективності саморегуляції діяльності

(на відміну від ефективності самої діяльності) є суб'єктивне відчуття задоволеності. Це може бути як глобальна задоволеність собою взагалі, так і задоволеність від конкретного фрагмента діяльності. Смысл розрізнення “видів задоволеності” полягає в тому, що вони можуть не збігатися, навіть суперечити один одному залежно від того, за допомогою яких механізмів селекції інформації вони формуються. Важливо, що критерієм варто вважати не об'єктивні “діяльнісні” досягнення самі по собі, а відчуття задоволеності.

Діяльність ставить об'єктивні вимоги до нервових навантажень, швидкості реакцій, підтримання рівномірної активності тощо. Це одна система вимог, а друга зумовлена психофізіологічними, психічними та особистісними станами на даний момент. Саморегуляція якраз і полягає в узгодженні вимог обох цих систем. На відміну від самоуправління в цілому, підсистема саморегуляції функціонує за принципом оптимальності, тобто психологічною сутністю саморегуляції є гармонізація, взаємозбалансованість цінності (результату) діяльності та її ціни. Ціна діяльності визначається психологічними та фізіологічними зусиллями, докладеними для досягнення певного результату. Гармонізація полягає в дотриманні такого режиму напруженості, щоб максимізувати цінність і водночас мінімізувати ціну діяльності. (Існування вже згаданої термінальної саморегуляції цьому не суперечить, оскільки надвисокою цінністю “окупаються” всі психологічні видатки. Не суперечить цьому також ситуація “розвитку виконавської майстерності”, тобто коли здійснення максимально складної діяльності або вироблення нового способу дії і є справжньою цінністю). Таким чином, саморегуляція, будучи підструктурою системи самоуправління, виконує завдання впорядкування реально здійснюваної діяльності; це процес взаємоприспосовування “об'єктивних” умов діяльності, видатків або ціни діяльності та стану діючого суб'єкта. Система саморегуляції є в цьому плані деякою супервізорською інстанцією, і саме “всередині” неї кожен психічний процес, кожна властивість і кожна функція набувають визначеності, розвитку й смислу. Ця система виконує завдання активації, розподілу (“каналізування”) енергії, забезпечення опірності перешкодам і, зрештою, формування (само)достатності особистості в досягненні цілей. Тому основним “філософським”

питанням саморегуляції є питання про те, “чи варта шкурка вичинки”.

Оскільки саморегуляція має свою, відмінну від діяльнійної, логіку, вона має і свою структуру, яка зовсім не збігається зі структурою діяльності. Саморегуляція активується, “вмикається” з початком діяльності і розгортається вже відносно, незалежно від мети діяльності. Рівень, вид, мікроструктура саморегуляції формуються досвідним шляхом: це стосується як потенційної можливості, здатності до саморегуляції, так і уподобань, тобто легкості актуалізації певних операцій. У свою чергу, втілені уподобання або схильності можуть бути: 1) неусвідомлено-стихійними і автоматичними; 2) усвідомленими (або псевдоусвідомленими) і довільними; 3) ритуально-стереотипними, тобто зумисним використанням перевіреного корисного; 4) ризиково-пошуковими, випробуванням нового. Розглянемо більш детально, з яких процесів “складається” саморегуляція та які функції виконують ці процеси в забезпеченні впорядкованості цілеспрямованої діяльності. Є всі підстави вважати, що основними компонентами системи саморегуляції є (само)активація, (само)контроль і (само)підкріплення — незалежно від міри їх усвідомленості.

1. Важливий блок саморегуляції становить самоактивація. Функцією її в кінцевому підсумку є підвищення або принаймі підтримання функціонального рівня. Можна вирізнити такі види джерел самопідсилення: 1) раціональні, серед яких головне місце посідають: а) довільність і воля, тобто пряме наказування-спонукання до необхідних в даній ситуації дій, та б) ті, що ґрунтуються на підтриманні в належному стані фізіологічних процесів (відпочинок, здоровий спосіб життя та ін. — все, що сприяє підвищенню енергійності, точніше, ергійності); 2) малораціоналізовані — аутотренінг, медитація, східні практики типу йоги, цигун і т.ін.; 3) ірраціонально-містичні — молитва чи, навпаки, так званий вампіризм. Основним психологічним процесом здійснення активації є самонавіювання, результатом якого має бути загальне підсилення себе як суб’єкта діяльності. Механізми активації діють під гаслом “я зможу”. Адже справді неможливо сказати з певністю, від чого людина відчуває себе бадьорою — від вегетаріанства чи від віри у його корисність. Зрештою, це не має значення, якщо справляє очікуваний вплив.

2. Головними функціями самоконтролю є: 1) спрямування і фокусування уваги на релевантних аспектах ситуації діяльності; 2) відволікання уваги від несуттєвих особливостей, концентрація на діяльності; 3) порівняння, зіставлення, звіряння отримуваних параметрів з бажаними; 4) утримання себе “всередині” обраного способу та інтенсивності дії або стану; 5) тісно пов’язана за смыслом з відволіканням від несуттєвого заборонно-гальмівна функція: контролювати себе значить відгальмовувати спонтанно актуалізовані, але недоречні реакції. Основним психічним процесом забезпечення функціонування самоконтролю є увага, а основним психологічним процесом — стеження, “відстежування”, результатом якого має бути отримання якомога диференційованішої та об’єктивнішої інформації про деталі перебігу діяльності. Детальність, об’єктивність та неупередженість (як ідеал) потрібні для прийняття рішення про корекцію.

Найважливішими видами самоконтролю є вирізнені за критерієм частоти і крупності покроковий (дрібний) та етапний самоконтроль; це континуальні риси, між ними можливі плавні переходи. Важливою також є спрямованість самоконтролю переважно на здійснення діяльності або переважно на стан діючого суб’єкта; між “задачним” контролем і контролем стану існують реципрокні взамовідносини. Це важливо, оскільки у віддаленому смысловому оформленні індивідуальна схильність до того чи іншого виду контролю поєднується відповідно з мотивацією досягнення або мотивацією уникання невдачі. Така широкодосліджувана індивідуальна схильність, як локус контролю, до механізмів власне контролю не належить. (Почасти, хоча й не тільки, це пов’язано з неповним збігом значення українського “контролювати” з англійським “to control”).

3. Укупі із зазначеним вище загальнозміцнюючу роль відіграють механізми самопідкріплення, серед яких важливе місце займає своєчасне зниження інтенсивності або припинення виснажливої (як фізично, так і психічно) діяльності, вироблення стереотипів та ритуалів, які за природою є енергозберігаючими технологіями психічного життя і “економлять особистість”. Ця гальмівна дія дещо споріднена із заборонною функцією самоконтролю. Однак набагато важливішого значення набувають Я-зберігаючі механізми обробки інформації. Всі вони спрямовані, зрештою, на

підвищення чи підтримання Я-концепції. Сюди входять: 1) зміна еталонів успішності діяльності: як правило, корекція еталона-взірця в напрямку реально досягнутого або реально спрогнозованого результату (який може дуже суттєво відрізнитися від первинного відчуття досяжності мети), сюди можна віднести також відоме явище пониження рівня домагань після поразки; 2) різноманітні способи самовиправдання й редукції дисонансу задля емоційної стабілізації: селекція “корисної” і блокування “негативної” інформації, переоцінювання своїх результатів, знецінення того, що виявилось недосяжним, усі види “класичних” психологічних захистів, атрибуція відповідальності — як-то кажуть, “хто на що вчився”. Саме сюди, а не до контролю, відноситься така індивідуально-особистісна риса, як інтернальність-екстернальність (локус контролю).

Самооцінка в цих процесах відіграє роль парадигми в кунівському розумінні, вона задає напрям і форму сприйнятого і водночас є фундаментом, результатом і тлом для циркуляції інформації. Зрештою, вона задає межі безпосереднього набування досвіду, забезпечуючи тим самим цілісність і самототожність Я. Факт існування різних оцінок одного й того самого явища різними людьми вказує не стільки на роль індивідуальних відмінностей сприйняття з точки зору аналізатора як такого, скільки по-новому ставить питання про адекватність і роль суб’єктивних критеріїв сприйняття й оцінювання. Стосовно точного сприйняття фізичних об’єктів питань начебто немає: більш точне сприйняття дає в результаті більш точну, адекватну картину світу. Але тут же виникає запитання: чи завжди точне сприйняття є дійсно кращим і чому воно, власне, адекватне? Наприклад, у відомих досліджах С.Аша з вивчення групового тиску було виявлено, що при оцінюванні довжини відрізка прямої одні піддослідні залишаються вірними своїй первісній, тобто правильній точці зору, тоді як інші змінюють свою думку в напрямку тиску групи. Припустімо, що в реальній життєвій ситуації вихідна індивідуальна оцінка більш точна, а група (чи інша особа) нав’язує менш точну думку. Тут і виникають сумніви щодо адекватності: чи фізикально точне сприйняття все ж таки більш адекватне, чи, може, воно менш адекватне, а більш прийнятна точка зору групи? Власне, обидва варіанти однаково адекватні, вони просто адекватні різним інтенціям:

настанові на прийняття й асиміляцію соціуму та несурядне прагнення до утвердження своєї ідентичності, аутентичності. Відповідно, й суб'єктивні критерії, що перебувають у “робочому використанні”, абсолютно різні. Ще багатозначнішою є інтерпретація соціально-психологічних подій (будь-який поведінковий і навіть діяльнісний акт, безперечно, є соціально-психологічним явищем). А оскільки самооцінка дотична до світу цінностей особистості, вона справляє визначальний вплив також на вибір цілей та засобів їх досягнення.

Основним психологічним процесом, у формі якого здійснюється самозбереження, є процес інтерпретації, котрий може бути як повністю згорнутим і неусвідомлюваним (“вигідна” категоризація), так і частково або повністю усвідомленим. Безстороннє знання про себе не лише неможливе, а й не потрібне; інтерпретація діє за принципом білої пропаганди, коли “об'єктивна” за походженням інформація сприймається, фільтрується, пояснюється і, зрештою, вбудовується в самооцінковий контекст своєю позитивною або корисною стороною. В цьому плані інтерпретацію можна вважати своєрідною формою семантичного самонавіювання. Звичайно, задля кращої адаптації до поставлених особистістю завдань механізми збереження передбачають також критичне оцінювання. Але критичність стосується лише певних, окремих аспектів діяльності, вона має бути парціальною. В цілому ж самозбереження надається доведенням того, що “загалом я справді такий хороший, як і думав”.

Особливу роль у процесах самоуправління і саморегуляції відіграє рефлексія, яка є продуктом високорозвиненої і “сміливої” свідомості. Не розглядаючи докладно питання про рефлексію, відзначимо таке. Будучи органом експансії самосвідомості та уможлиблюючи надання собі звіту про певну царину діяльності, себе самого, ситуації в цілому, рефлексія як вища санкціонуюча інстанція особистості виконує такі регуляційні функції: 1) феноменологічну презентацію смислу, мети, засобів діяльності та поведінки; 2) на цій підставі обґрунтування прогнозу продуктів, результатів та наслідків діяльності; 3) конвенціоналізацію, тобто апеляцію і пристосування до апробованого людського досвіду; 4) деконтекстуалізацію, тобто вихід за межі наявної ситуації та вибудовування нового репертуару особистісних позицій;

5) самозіставлення, зіставлення себе зі змістом своєї діяльності. Рефлексія ставить і намагається відповісти на запитання “а що я, власне, роблю?” та “навіщо я?”, тобто надає і відбирає зміст життя.

РЕЗЮМЕ

Изложены проблемы саморегуляции. Предложена структура саморегуляции, включающая в качестве базисных три составляющие: самоактивацию, самоконтроль и самоподтверждение. Рассмотрены строение, протекание и функции каждой из этих составляющих, а также функции “супервизорской” инстанции личности, каковой является рефлексия, в целостной системе саморегуляции поведения.

SUMMARY

The article is devoted to the problems of self-regulation. The structure of the self-regulation that includes three basic constituents such as self-activation, self-control and self-affirmation is proposed. The structure, development and function of each of them as well as functions of a “supervision” function of a personality that is fulfilled by a reflection in the whole system of self-regulation of a behavior are studied.

Література

1. Конопкин О.А. Психологические механизмы регуляции деятельности. — Москва: Наука, 1980.
2. Теоретические и прикладные исследования психической саморегуляции: Тез. докладов науч. конф. — Казань: Изд-во Казан. ун-та, 1975.

© Куценко Г.В.

*В.І.Лисенко, І.В.Загоруйченко, Ю.К.Батозський,
Лабораторія кризової психології НДІ дитячої
курортології та фізіатрії, м. Євпаторія*

КРИЗОВІ ІНТЕРВЕНЦІЇ В ЧАС ВЕЛИКОМАСШТАБНИХ КАТАСТРОФ

Зростання небезпеки виникнення надзвичайних ситуацій, а відповідно, і ризику виникнення техногенних, природних, екологічних та інших аварій і катастроф є загальносвітовою тенденцією. Катастрофічні події та їх наслідки стають дедалі більше транснаціональними. Світова спільнота відшукує можливості для поєднання зусиль з метою надання допомоги у надзвичайних ситуаціях. Після того як 17 серпня 1999 р. стався руйнівний землетрус у Туреччині, їй надавали допомогу 2192 представники рятувальних служб з 65 країн світу. Тут, вперше був повністю врахований психологічний аспект великої аварійно-рятувальної операції: для рятувальників Європи в Італії були розгорнуті центри медико-психологічної реабілітації.

У ліквідації наслідків землетрусу в Туреччині брав участь і зведений загін Міністерства з питань надзвичайних ситуацій у справах захисту населення від наслідків Чорнобильської катастрофи України. У містах Адапазари, Гельджок та Дегірмендере українські рятувальники обстежили понад 100 будинків, з яких 80 повністю розібрали. З-під уламків було піднято на поверхню 78 постраждалих, з яких тільки 6 живих. Самі рятувальники зазнали досить серйозного фізичного та психоемоційного навантаження під час виконання цієї гуманітарної акції.

Саме в цей час автори брали участь у розробці положень про медико-психологічну реабілітацію Закону України “Про аварійно-рятувальні служби” (№1281-14 від 14.12.1999 р.) [1]. У ст. 35 Закону, зокрема, було введено таке положення: “Після проведення аварійно-рятувальних робіт, що були пов’язані з загибеллю людей, а також при отриманні будь-якої травми професійним рятувальником особового складу професійної аварійно-рятувальної служби йому обов’язково надається гарантоване забезпечення відповідним лікуванням та психологічним відновленням у санаторно-курортних закладах, у яких створені центри медико-психологічної реабілітації”.

Після повернення рятувальників в Україну, ще до прийняття зазначеного Закону, відпрацьовувалась організаційно-методична модель реабілітації професійних рятувальників.

Питання загального керівництва та організаційних аспектів були вирішені за допомогою “Посібника з психосоціальної допомоги після катастроф” П.Годжкінсона та М.Стюарта [2]. Методологію проведення процедури дебрифінгу (“психологічної дезінфекції”) взято з операційного керівництва Дж.Г.Мітчелла та Г.С.Іверлі “Дебрифінг стресу критичного інциденту. Керівництво для запобігання травматичному стресу серед рятувальників”. Було використано також методичний матеріал, наданий Центром кризової психології Бельгії. Принципи психологічної реабілітації були взяті з монографії С.І.Яковенка, В.І.Лисенка “Соціально-психологічна допомога при надзвичайних ситуаціях та критичних інцидентах” [3].

За модель ми брали американську “команду стресу критичного інциденту” (СКІ) та бельгійську “рапідну команду психологічної підтримки”. Дж.Т.Мітчелл та Г.С.Іверлі визначають команду СКІ як таку, що “сформована з професійного персоналу психологічної підтримки (кризові психологи, психотерапевти) та персоналу “стрес-команд” (підготовлений за програмами психотравматології персонал аварійно-рятувальних формувань)”. У нашому випадку були залучені кризовий психолог, психіатр-психотерапевт та інформаційний спеціаліст, добре обізнані в питаннях відновлювального санаторно-курортного лікування. З командного складу рятувальників залучались безпосередні командири підрозділів, з якими в першу чергу була проведена бесіда з основ психотравматології.

Прибулих з Туреччини рятувальників було розміщено у санаторіях “Пуща-Водиця” та “Україна” (Ворзель). Оскільки достатнього досвіду з реалізації медико-психологічних програм реабілітації після НС фахівці не мали, керівництво Головного штабу Міністерства з питань надзвичайних ситуацій України оперативно скоординувало дії фахівців санаторіїв та відділення кризової і клінічної психології Науково-дослідного інституту курортології та фізіотерапії Міністерства охорони здоров’я (МОЗ) України.

Реабілітація рятувальників здійснювалася за медико-психологічною програмою, адаптованою спеціально до особового

складу зведеного загону Міністерства з питань надзвичайних ситуацій України, який брав участь у ліквідації наслідків землетрусу в Туреччині. Застосовувалися, зокрема, такі форми й методи роботи:

- 1) співбесіда з командним складом контингенту;
- 2) психодіагностичне тестування та обстеження рятувальників;
- 3) інсталяція й розгортання необхідного програмного забезпечення та формування бази даних;
- 4) введення отриманих тестових даних та їх комп'ютерна обробка;
- 5) проведення процедури дебрифінгу (корекції психоемоційного стану після психотравмуючих подій), яка складалася з таких фаз: вступна, фаза фактів, фаза почуттів та думок, фаза реакцій і реагування, фаза симптомів, інформаційна, завершальна, реадаптації;
- 6) індивідуальна психотерапевтична робота;
- 7) бесіда-лекція з питань психотравматології і травматичного стресу з командним складом зведеного рятувального загону.

Психологічну реабілітацію особового складу зведеного загону МНС України було проведено за повною програмою. Цю програму можна назвати комплексною реабілітаційною та медико-психологічною, оскільки рятувальники отримували необхідне відновлювальне санаторно-курортне лікування: обстеження, оцінка соматичного стану, проведення бальнеофізіопроцедур.

Вдалося встановити тісні робочі контакти з рятувальниками, що сприяло мінімізації наслідків травматичного, організаційного та кумулятивного стресу, який би міг розвинути у них після аварійно-рятувальних робіт у Туреччині.

Нами був проведений аналіз, який дав змогу встановити специфічні прояви травматичного стресу на рівні всього зведеного загону, окремих підрозділів (Київського ЦВАРЗУ та ВГРЗ, Олександрійського ВГРЗ) та окремих рятувальників. За катamnестичною оцінкою психоемоційного стану рятувальників, у 40% їх були прояви та симптоми гострої реакції на стрес (F 43.0 за МКХ-10), 25% — симптоматика посттравматичного стресового розладу (F 43.1 за МКХ-10). Ці дані збігаються з європейськими (П.С.Годжкінсон, Л.Квентін). Тому вкрай необхідно було провести

процедуру “дебрифінгу стресу критичного інциденту” з цим контингентом.

Було проведено психодіагностичне обстеження всіх рятувальників з оперативною обробкою отриманих даних. За результатами застосування опитувальника SCL-90 на рівні загону спостерігалися такі психоемоційні прояви: тенденція до підвищеної фізичної та психічної напруженості, почуття роздратованості й суперечливості (фактор АН), нереалістичне сприйняття виконаної операції з елементами ворожості (фактор РІ). До позитивних аспектів слід віднести низький рівень проявів соматизації (фактор S), що свідчить про те, що медичний супровід під час рятувальної акції та після її завершення (направлення до санаторію) дали певний позитивний результат — у рятувальників не очікувався розвиток різних психосоматичних захворювань внаслідок участі в акції. Проведення психологічної реабілітації зупинило розвиток травматичного стресу, що підтверджується низькими показниками депресії (фактор D) та фобічної тривоги (фактор РА) (табл.1).

Таблиця 1

**Профіль симптомів стресового розладу
за опитувальником SCL-90**

Симптом	І н д е к с
Соматизація (S)	0,48
Обесивно-компульсивний (OC)	0,59
Інтерперсональна сенситивність (IS)	0,67
Депресія (D)	0,49
Тривога (A)	0,60
Ворожість (АН)	0,82
Фобічна тривога (РА)	0,19
Параноїдне мислення (РІ)	0,73
Психотицизм (Р)	0,32
Зведений індекс (GSI)	0,54

За результатами аналізу стресові реакції та специфіка їх проявів розподілились по підрозділах таким чином:

1-й підрозділ:

- психотравматичний стрес низького рівня;
- організаційний стрес низького рівня;
- кумулятивний стрес між низьким та середнім, почав накопичуватись з 7-го дня рятувальної акції.

2-й підрозділ:

- психотравматичний стрес виразний на початку рятувальної акції та середнього рівня наприкінці;
- організаційний стрес середнього рівня;
 - кумулятивний стрес середнього рівня, почав накопичуватись у другій половині рятувальної акції.

3-й підрозділ:

- психотравматичний стрес між середнім та високим рівнями;
- організаційний стрес високого рівня (постійно);
- кумулятивний стрес почав зростати ще до початку рятувальної операції й досяг високого рівня.

Наведені дані свідчать про доцільність використання в рятувальних підрозділах, що мають великий досвід (в т.ч. психотравмуючий) рятування постраждалих.

Усі рятувальники оцінили проведення процедури дебрифінгу як корисну, добровільно погодившись брати в ній участь. Під час проведення дебрифінгу виникли певні проблеми через алекситимію і труднощі у висловленні рятувальниками своїх почуттів та переживань. Розкутості їх під час процедури сприяло те, що дебрифінг проводився з кожним окремим підрозділом. Для всіх досліджуваних досить важливою була оцінка їхніх дій командиром. Багато слушних рекомендацій було отримано і від самих рятувальників. Принагідно зазначимо, що оптимальним виявився варіант залучення молодих рятувальників до серйозних операцій у пропорції 1 на 2–3 відділення. Наприклад, в Олександрійському ВГРЗ молодий рятувальник мав спочатку психоемоційні та вегетативні (до непритомлення) проблеми, але потім пройшов компенсування за підтримки більш досвідчених рятувальників відділення. В КЦВАРЗ ця проблема була більш актуальною, тому що тільки один рятувальник мав подібний досвід під час аварійно-пошукової операції в Салоніках (Греція).

Проведений нами аналіз отриманих результатів дав змогу зробити такі висновки:

- актуальний психотравмуючий вплив на особовий склад рятувальників залежить від їхнього психотравмуючого досвіду (участь в НС із загибеллю людей та проведення рятувальних робіт із загрозою для особистого життя). Зведені загони їх слід формувати з більш однорідних та досвідчених формувань (один воєнізований гірничо-рятувальний загін);

- крім травматичного стресу на рятувальників не менш вагомо впливає так званий організаційний та кумулятивний (накопичений) стрес. Необхідно організувати проведення тренінг-семінарів для командного складу аварійно-рятувальних загонів на тему “Стрес, його види, методи запобігання та подолання”;

- соматизація стресу рятувальників не сталася, тому що вони всі (у складі зведеного загону) були направлені керівництвом в санаторно-курортний заклад, обстежені та мали можливість звернутись до кваліфікованих фахівців. Зі світової практики відомо, що у професійних рятувальників після здійснення важких рятувальних заходів існує велика ймовірність розвитку захворювань на ґрунті психологічного перенавантаження, наприклад, виразкова хвороба шлунку, стенокардія, нейродерміти тощо;

- у зведених загонах необхідно використовувати підрозділи, які вже мають досвід спільної праці (на тренуваннях та в реальних подіях). Оптимальний варіант такого підрозділу — постійно чергуючі гірничо-рятувальні загони;

- успішність дії рятувальних формувань безпосередньо залежить від раніше набутої згуртованості особового складу в активний період та період чергування;

- ефективність злагодженої роботи досить істотно залежить від співпадання формального та неформального лідерства в підрозділі рятувальників.

Під час тренінгу з керівництвом аварійно-рятувальних формувань нами були використані англійські рекомендації для служб професійних рятувальників:

1. Необхідно завжди пам’ятати про фізичне та психічне благополуччя офіцерського та командного складу. Під час операції командир обов’язково повинен вміти виявляти стресовий стан у себе, і тільки тоді вимагати цього від своїх підлеглих.

2. Слід дотримуватись принципу добровільності щодо участі в операції. Кожний доброволець повинен мати можливість вийти зі складу загону, якщо вважає для себе ситуацію напруженою, не побоюючись критики від командування і товаришів.

3. Необхідно уникати надмірного бюрократизму. Формальні бюрократичні заходи сприймаються особовим складом як серйозні перешкоди у виконанні поставлених завдань.

4. Під час проведення операції треба уникати вимог щодо суворого дотримання рутинних дисциплінарних правил і норм. Послаблення деяких дисциплінарних норм (наприклад, під час рятувальних робіт учасники їх отримують невелику дозу спирту з чаєм) сприяє нормалізації морально-психологічного клімату в колективі, знімає накопичене психоемоційне напруження.

5. Зменшення субординаційної дистанції між командним складом загону та підлеглими на період активних дій. Взаємопорозуміння та взаємна моральна підтримка є важливими компонентами успішного досягнення поставлених цілей та виконання завдань.

6. Важливим є “відчуття ліктя” в загоні. Цьому сприяють групові збори, спільне харчування тощо.

7. Слід дотримуватись принципу поінформованості. Регулярні короткі наради під час операції в цілому, а також постановка конкретних особистих завдань посилюють розуміння особовим складом мети й завдань операції.

8. Має бути забезпечена єдність мети операції. Послідовність досягнення і розуміння мети полегшують виконання завдання, особливо під час операції підвищеної складності при можливій брутальності з психотравмуючим змістом.

9. Необхідно забезпечити тісну співпрацю із загонами інших установ. Для запобігання можливим непорозумінням та оперативним “нестиккуванням” у діях слід періодично проводити спільні наради по ходу операції.

10. Обов’язковим є проведення оперативного дебрифінгу, а також забезпечена готовність провести необхідний психологічний дебрифінг у місцях базування рятувальників.

11. Похвала та схвалення дій і поведінки рятувальників командирами загонів є одним з вирішальних факторів успішного

проведення операції. Командир повинен завжди дотримуватись свого слова.

12. Підтримка та супровід. Командири повинні мати можливість особисто контактувати з особовим складом в період після завершення рятувальної операції.

Назагал зазначимо, що в лавах МНС України необхідно сформувати загін швидкого реагування для участі в міжнародних акціях з надання допомоги у випадках великомасштабних надзвичайних ситуацій. Найбільш оптимальним є використання загонів воєнізованої гірничо-рятувальної служби, які мають досвід роботи в реальних НС. Окрім професійної та спеціальної підготовки, особовий склад повинен пройти оцінювання психофізіологічного статусу, тренінг з питань психотравматології (“Стрес, його види та надання допомоги”). Залишаються також актуальними питання профвідбору та психологічного супроводу рятувальників на рівні як окремих підрозділів МНС, так і індивідуальному.

Здійснивши комплексну реабілітацію рятувальників, які брали участь у рятувальних роботах після землетрусу в Туреччині, керівництво МНС України засвідчило свою прихильність до європейського стандарту супроводу професійних рятувальників після катастроф великого масштабу.

РЕЗЮМЕ

Приведен опыт кризисных интервенций для предупреждения развития травматического стресса среди профессиональных спасателей. Проанализированы неблагоприятные изменения психологического статуса у спасателей после аварийно-спасательных работ. Предложены рекомендации для спасательных формирований по вопросам психотравматологии.

SUMMARY

The experience of crisis interventions aimed at the protection of traumatic stress development among professional rescue workers is described. The undesirable changes of a psychological status of rescue workers after rescue tasks are analyzed. Recommendations for rescue squads according to the psycho-traumatic aspects are presented.

Література

1. Урядовий кур'єр. — 2000. — 12 січня.
2. *Hodginson P.E., Steuhart M.* Coping with Catastrophe. A Handbook of Post-Disaster Psychosocial Aftercare. — London, 1992.
3. *Яковенко С.І., Лисенко В.І.* Соціально-психологічна допомога при надзвичайних ситуаціях та критичних інцидентах. — К., 1999.

© **Лисенко В.І., Загоруйченко І.В., Батозський Ю.К.**

*Ю. А.Власенко, Таврійський національний
університет ім. В.І.Вернадського*

ВІКОВІ ОСОБЛИВОСТІ ПОДОЛАННЯ КРИЗИ ЗМІН

В освоєнні людиною світу неминуче зіткнення з новим, що вимагає виявлення і оцінки. Зміни лежать в основі розвитку і є необхідною умовою взаємодії людини зі світом. Феноменологічний простір змін великий: він охоплює всі рівні взаємодії людини зі світом і самою собою — природний, соціальний, культурний, рівень самосуб'єктних відносин, на якому людина цілеспрямовано й усвідомлено організує власне життя, виходить за межі актуальної ситуації й охоплює у своєму орієнтуванні не просто момент, а певну сторону функціонування всієї системи людина-світ [1]. Психологічні проблеми, що виникають перед людиною в ситуації змін, нерідко переходять критичну межу. Це трапляється тоді, коли не вироблено відповідно до нової проблемної ситуації механізмів її розв'язання, а наявні стратегії її подолання виявляються неефективними. Вибір інноваційної стратегії визначається особливостями реалізації інноваційного потенціалу особистості [2, с.41–44].

Закономірно, що представники різних поколінь неоднаково переборюють кризи змін. Виявлення ситуації змін залежить передовсім від характеру сформованих у сучасній культурі уявлень про світ — його статичність, динамічність, систему існуючих заборон, соціальних настанов і стереотипів. Вони створюють

апріорні умови, за яких світ і окремі події, що відбуваються у ньому, уявляються і переживаються як змінені.

Критерієм класифікації типів переживання нового обрано їх екзистенційний чи просторово-часовий статус [3]. Адекватність вибору саме цього критерію підтверджується результатами лінгвістичного дослідження семантики “слів новизни” [4]. Екзистенційний статус переживань задається ступенем особистісного включення в нову ситуацію, ступенем її значущості для подальшого розгортання індивідуального буття. Він і визначає, чи буде ситуація змін пережита як криза, шок чи не буде, чи стане її подолання умовою для подальшого особистісного зростання. Просторово-часовий статус указує на час входження в нову ситуацію і її межі — природні, культурні, естетичні, соціальні.

Переживання проектування змін пов’язане з поняттям волі суб’єкта, що змінює ситуацію. Предметом такого переживання є образ наявної, реально існуючої ситуації, якою вона повинна стати по завершенні інноваційної активності суб’єкта, та можливі шляхи досягнення зміни ситуації.

Подібним до переживання проектування є переживання можливих змін у найближчому майбутньому — **переживання, що передуює змінам**. Воно відрізняється від проектування тим, що пережита ситуація ще не перебуває в стані зміни, а тільки з великим ступенем вірогідності зміниться найближчим часом. Зміна може мислитись як бажане чи небажане, ймовірне чи ні. Причому факт прийдешніх змін і їх наслідків може витіснятися зі свідомості. Людина в такій ситуації не є суб’єктом, котрий цілком визначає її результат. Сила, що змінює, лежить за межами впливу суб’єкта, однак своєю творчою активністю він може з деякою вірогідністю вплинути на результат ситуації.

Існують також **ретроспективні переживання нового**, спогади про які виявилися настільки сильними, що людина до кінця своїх днів згадуватиме ту чи іншу подію, котра вперше сталася з нею, навіть якщо згодом вона повторюватиметься. Ці переживання надто яскраво емоційно забарвлені, часто ідеалізовані чи гіперболізовані. Типовим є приклад переживання будь-якого нового досвіду, події, яка докорінно змінили подальше світосприйняття. Для багатьох опитаних це народження дитини, перше

кохання. Представники післявоєнного покоління такою подією часто називають звістку про перший запуск супутника Землі. Загалом такі події часто марковані словами “уперше”, “перший”.

Ще одним різновидом переживань змін є переживання, які накладаються на нові події, що відбуваються. Вони тривають стільки, скільки й події, і є *супровідником змін*. У мові зафіксовано переважно їх емоційне забарвлення (збудження, радість, збентеження, розпач), бо це переживання подій живої дійсності.

В основі нашого буття лежить уявлення про світ як реальність, що сама собою розуміється. Це світ здорового глузду, самозрозумілий — світ чітко окреслених предметів і подій. Хоча реалії здорового глузду є передумовою соціальної активності, перебування кожної людини у повсякденному світі є особливим, що У.Шюц називає “біографічною ситуацією”. Без урахування біографічної ситуації розвитку особистості неможливе повне розкриття причин того чи іншого типу подолання кризи змін. Виховання, освітній період у житті кожної людини протікають унікально. Крім того, кожна особистість продовжує протягом свого життя інтерпретувати те, з чим вона стикається в цьому світі, в перспективі своїх особливих інтересів, бажань, прихильностей, релігійних та ідеологічних переконань. Реальність світу дана кожному в історичних і культурних формах універсальної значущості, але спосіб втілення цих форм в індивідуальному житті залежить від сукупного життєвого досвіду, якого набуває людина. Серед життєвих умов людина розрізняє ті, котрі перебувають під її контролем чи можуть стати такими, й ті, що лежать поза можливістю власного контролю. “Цей” світ перетвориться на “мій” світ відповідно до належних елементів біографічної ситуації.

Біографічна, інноваційна ситуація характеризується тим, що в кожен момент життя людина має певний набір знань, “наявних під рукою”. Актуальна ситуація змін має свою історію, седиментацію всього попереднього життєвого досвіду людини. Цим, можливо, і визначаються вікові відмінності в реалізації нею свого інноваційного потенціалу. Адже в останні роки сталися значні зрушення у сприйнятті людиною себе як суб’єкта власної активності, що вільно організовує власне життя. У кожен момент тільки певний сектор життєвого простору перебуває під її конт-

ролем і створює простір вільного маніпулювання обставинами, простір необмеженої реалізації інноваційного потенціалу. Змінені соціальні, політичні, культурні умови життя, індивідуальні механізми подолання нових ситуацій, різні за ступенем успішності для кожного, визначають домінування того чи іншого компонента інноваційного потенціалу особистості.

Ситуацію змін людина переживає не як анонімну, а як суб'єктивно дану їй і тільки їй. Нове чи відмінне розпізнається як незвичайне саме тому, що з'являється на основі повсякденного. Ще з дитинства людина отримує величезну кількість "рецептів", котрі потім утворюють техніку розуміння й інтерпретування, контролю різних аспектів свого інноваційного досвіду. Для розв'язання деяких проблем запас знань може бути цілком достатнім, однак у нових ситуаціях людина мусить імпровізувати й екстраполювати. Знання соціальне розподілене й соціально схвалене (як правові і моральні норми, правила поведінки у межах тієї чи іншої соціальної групи). Це також є чинником впливу на вікові особливості подолання кризи змін, тому що межі соціально прийнятних способів розв'язання інноваційних ситуацій суттєво змінилися протягом останніх років. Ця частина простору змінюється зовнішніми для людини обставинами. Те, що раніше було доступне для зміни нею самою, стає недоступним і навпаки.

В.Б.Яковенко говорить про можливість сприймати нове залежно від віку. Він пов'язує цю залежність з ефектом інноваційного сприйняття. "Ні в кого не викликає сумніву, що завтра буде ранок, але далеко не всі здатні побачити цей ранок як нове і неповторне. Інтенсивність інноваційного сприйняття, як показує досвід, залежить від віку. У дитинстві світ розгорнутий для нас і становить громаддя нових знань" [5, с.38]. Обсяг інноваційного сприйняття $I(t)$ В.Б.Яковенко пропонує оцінити кількісно — як функцію часу, що дорівнює відношенню кількості інновацій за інтервал часу до величини цього інтервалу. Він виявив певну закономірність вікової еволюції інноваційного сприйняття і подав її у вигляді закону природного зниження інтенсивності інноваційного сприйняття: $I = I(t)$ (рис. 1).

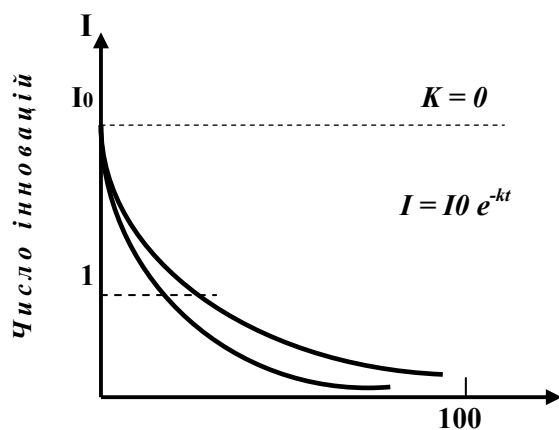


Рис. 1. Графік зниження інтенсивності інноваційного сприйняття (I_0 – початкова; I – миттєва інтенсивність інноваційного сприйняття; K – коефіцієнт байдужості; $K > 0$; t – час; e – експонента)

Для виявлення вікових особливостей подолання кризи змін (через реалізацію людиною свого інноваційного потенціалу) використовувався складений нами опитувальник “Вивчення особливостей вияву інноваційного потенціалу особистості”. Він дав змогу з’ясувати:

— інтегральний показник інноваційного потенціалу особистості (ІПО) на різних рівнях взаємодії людини зі світом (природної, соціальної, культурної організації власного життя);

— осмислено-інтенсивний (ОІ), формально-накопичувальний (ФН) типи реалізації інноваційної можливості виявлення нової інформації — гносеологічний аспект ІПО (Г);

— позитивно-диференційований (ПД), негативно-генералізований (НГ) типи реалізації інноваційної можливості адекватної оцінки нового явища — аксіологічний аспект ІПО (А);

— ініціативно-перетворювальний (ІП), вимушено-приспосувальний (ВП) типи реалізації можливості продуктивної інноваційної діяльності — праксеологічний аспект ІПО (П);

— особливості домінування різних інноваційних можливостей (6 типів), наприклад тип ПГА. Домінуючою є можливість продуктивної інноваційної діяльності (П), субдомінантою і фоном стає, відповідно, можливість виявлення нової інформації (Г) і адекватної оцінки нових явищ (А);

— поєднання типів реалізації різних інноваційних можливостей (8 типів), наприклад ОІ НГ, ВП. Представник такого типу осмислено-інтенсивно веде пошук нового, переважно негативно-генералізовано ставиться до змін, вимушено пристосовується до зміни ситуації.

Вибірка із 180 осіб була поділена на три вікові групи. У першу групу ввійшли учасники експерименту віком від 18 до 25, у другу й третю — відповідно 25 — 40 і 41 — 60. Деякі результати цього дослідження наведено в гістограмах, що дає змогу докладно простежити вікові особливості інноваційних можливостей людини (рис.2).

У сфері повсякденного життя, в науці, мистецтві відкриття нового явища приводить людину до тимчасового перебільшення чи ідеалізації його значення. Молоді люди, що вперше відкривають для себе світ, стикаються з новими, незнайомими явищами на кожному кроці. Світ для них вічно новий і непізнаний. Ця новизна приваблює, зачаровує. Вона має переважно позитивне забарвлення і породжує потяг до пізнання, бажання усе спробувати “на смак”. Це покоління значною мірою реалізує свої інноваційні можливості переважно за інноваційно-перетворювальним (64%) і осмислено-інтенсивним (68%) типами. Виразно простежується домінування праксеологічного компонента інноваційного потенціалу (51%). Лише 15% з цієї вибірки орієнтуються в ситуації змін на її негативну чи позитивну оцінку, обираючи для себе тип її подолання.

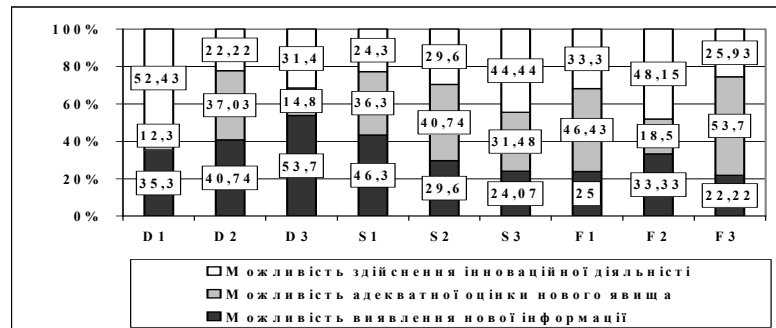
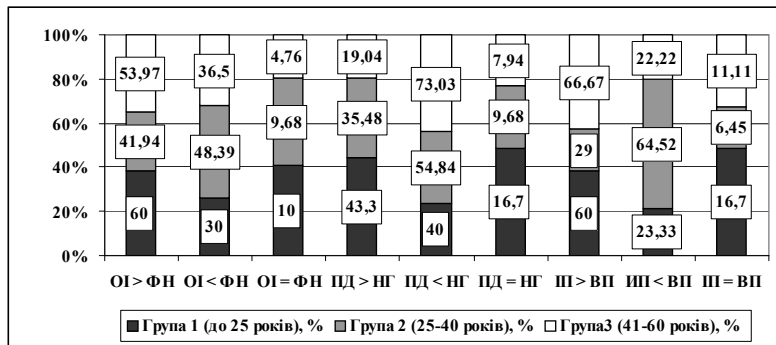
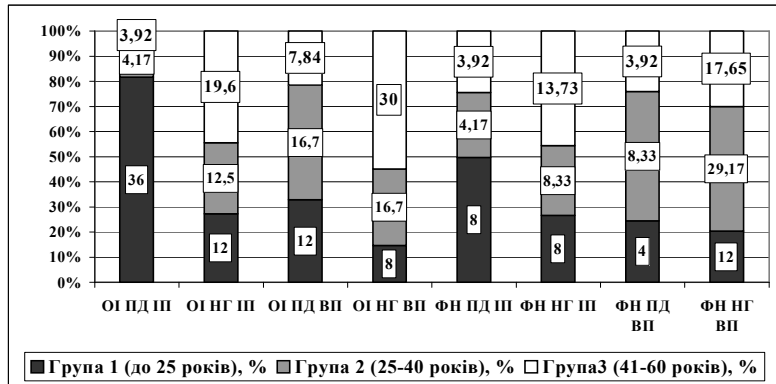


Рис. 2. Гістограми вікових особливостей: 1– типів реалізації інноваційних можливостей; 2– домінування інноваційних можливостей; 3– способу вибору інноваційної взаємодії зі світом

Покоління середнього віку, яке захоплене епохою змін і без особливого страху прийняло її, багато в чому розчароване в її наслідках і тепер не в змозі скинути з себе той психологічний вантаж розчарування. Кожна нова зміна в державній політиці, культурні й соціальні інновації приховано сприймаються ними як чергова “обманка”, “наживка”, на яку хтось хитріший і успішніший намагається їх піймати, використати їхній інтелектуальний і фізичний ресурси. Можливо, тому люди цього покоління належать переважно до вимушено-приспосувального типу реалізації своїх інноваційних можливостей (64,5% вибірки), схильні виявляти в будь-якій новій події негативний зміст, обережні у виборі й оцінці нової інформації. Домінантою, яка визначає тип подолання кризи змін цього віку, виступає аксіологічний компонент інноваційного потенціалу (37% вибірки). Залежно від ступеню позитивності ситуації змін, люди цього покоління можуть використати чи не використати свій інноваційний ресурс. А оскільки оцінки нових подій здебільшого негативно-генералізовані (55% випадків), то тільки 22% досліджуваних розкривають свій інноваційний потенціал у продуктивній інноваційній діяльності.

Старше покоління, що пережило і епоху застою з її гіпертрофованою стабільністю, і переломний нестабільний та небезпечний перебудовний час, виявилось в досить неоднозначній сучасній ситуації. Воно поєднує у своєму досвіді подолання ситуацій змін осмислено-інтенсивний тип виявлення нової інформації, яку оцінює переважно негативно-генералізовано, й ініціативно-перетворювальний тип діяльності в межах цієї ситуації. Причому їхня інноваційна активність рідко виступає як домінуючий компонент інноваційного потенціалу (у 25,4 % випадків). Найбільшим є внесок у реалізацію інноваційних можливостей у гносеологічному компоненті (59,2 % випадків). Оцінка нового визначає лише 13,5% випадків подолання нових ситуацій.

Вивченням індивідуальних особливостей подолання інноваційних ситуацій ми займаємося майже 5 років. Зібрано значний теоретичний і фактичний матеріал, однак обсяг статті дає змогу лише частково окреслити напрям досліджень інноваційного потенціалу особистості й описати основну його проблематику.

Значення такого дослідження очевидне. Знання механізмів, стратегій і детермінуючих способів подолання інноваційних проблем сприяє визначенню найбільш продуктивних шляхів психологічної допомоги особистості, що опинилася сам на сам зі змінами.

РЕЗЮМЕ

Проанализированы причины восприятия человеком перемен в качестве кризиса. Описаны особенности выбора той или иной инновационной стратегии в зависимости от биографической ситуации развития личности и социально воспринимаемых способов решения инновационных проблем. Даны результаты феноменологического анализа переживаний человеком изменений. Критериями классификации типов переживания определен их экзистенционный или пространственно-временной статус. Сделан вывод, что знание механизмов, стратегий и детерминирующих способов преодоления инновационных проблем способствует определению наиболее продуктивных путей психологической помощи личности в ситуации перемен.

SUMMARY

Reasons of a human perception of changes as a crisis phenomenon are analyzed. Peculiarities of innovation strategies choosing according to biographic situation of a personality development and socially accepted modes of innovation problems solution are described. Results of phenomenological analyses of a personal experiencing of changes are given. Criteria of types of experience classification determine their existential and space-and-time status. The conclusion has been made that knowledge of mechanisms, strategies and determining modes of innovation problems overcoming helps to define the most productive ways of psychological aid in the situation of changes.

Література

1. *Калин В.К.* Анализ самоорганизации и самодетерминации активности личности с позиций системного подхода // Наука и образование. — 1999. — №1.
2. *Власенко Ю.А.* Психологическая феноменология инновационного потенциала личности // Наука и образование. — 1999. — №1.

3. Очерки феноменологической философии / Под ред. Я.А.Слинина, Б.В.Маркова. — СПб.: Изд-во Санкт-Петербургского ун-та, 1997.
4. Арутюнова Н.Д. Язык и мир человека. — Москва: Языки русской культуры, 1999.
5. Яковенко В.Б. Введение в инновационные технологии. — К.: Изд-во Европ. ун-та финансов и информ. систем, 1999.

© Власенко Ю.А.

*О.С.Исаенко, Крымский государственный
индустриально-педагогический институт*

МАТЬ И РЕБЕНОК: КРИЗИС ОТДЕЛЕНИЯ

В процессе отделения ребенка от матери можно выделить несколько этапов: кризис рождения, детальное описание которого можно встретить в работах С.Гроффа; шизоидный и депрессивный этапы первого года жизни, рассматриваемые М.Кляйн; Эдипова стадия, выделенная З.Фрейдом; кризис эгоидентичности в подростковом возрасте (Э.Эриксон), связанный с обособлением от семьи в целом.

Остановимся подробнее на ранних объектных отношениях в трактовке М.Кляйн и психотерапевтических стратегиях, закономерно вытекающих из этих представлений.

М.Кляйн и ее последователи в британской психоаналитической школе полагают, что в первые месяцы жизни ребенок приписывает собственные эмоциональные реакции внешним объектам, разделяя их на “хорошие” и “плохие”. Первым таким объектом является мать, точнее материнская грудь. Поскольку преобладающее значение в жизни годовалого ребенка имеют процессы выделение и поглощения, т.е. “проецирование” и “интроецирование”, то именно вследствие включения этих защитных механизмов происходит интроецирование удовлетворяющей груди и способность представлять себя самого как хорошего и “целого”, что благоприятствует формированию устойчивой самости. В случае если материнская грудь недостаточно хороша и отвергается младенцем, одновременно с этим отвергаются также враждебные эмоциональные реакции, они проецируются во вне. Может

возникнуть “установка преследования”, когда “плохие” объекты, а на самом деле перенесенная во внешний мир собственная агрессия ребенка, начинают его осаждать, и он чувствует страх.

На более поздней стадии младенец совершает открытие, что хорошие и плохие объекты, с которыми он сталкивается в первые месяцы жизни, представляют собой различные аспекты одной и той же персоны — его матери, т.е. он стремится разрушить персону, в которой более всего нуждается и любит. Так развивается депрессивная установка и возникает чувство вины.

Другими словами, М.Кляйн предполагает, что компоненты супер-эго закладываются раньше, чем это принято считать в классическом психоанализе. Успешность социализации ребенка зависит от того, насколько мать сможет предоставить ему возможность выразить это чувство вины. Ребенок перерастает депрессивный период, когда убеждается, что мать присутствует постоянно и его агрессивные желания не настолько разрушительны. В связи с этим М.Кляйн приходит к выводу, что родительская агрессивность является незначительной по сравнению с агрессивностью, проецируемой на родителя ребенком. Поэтому разрешение ранней инфантильной тревоги в процессе аналитической работы “не только ослабляет и модифицирует агрессивные импульсы ребенка, но и приводит к более ценному использованию и удовлетворению их с социальной точки зрения” [1, с. 100].

Еще одним элементом в стратегии отделения ребенка от матери является преодоление эмоциональной зависимости от нее и возможность пользоваться собственной поддержкой и поддержкой других людей. Успешность прохождения этой стадии связана, кроме всего прочего, со способностью мамы чувствовать себя комфортно, когда ее ребенок любит кого-то еще, кроме нее.

Группа британских исследователей (Bowlby J. и др., 1969, 1973), изучавшая детей отделенных от матери описывает три стадии сепарационного синдрома, через которые проходит маленький ребенок: стадию протеста (энергичные попытки обрести мать или другого человека, который будет заботиться о нем), стадию отчаяния (непрекращающийся плач), стадию отчуждения (признаки горя и скорби) [2].

Способность некоторое время обходиться без матери обеспечивает сначала любимая игрушка, которая воплощает собой

мать и является переходным объектом. Переживание утраты как поведения связывают с инстинктом обладания (I.Eibl-Eibesfeldt, 1989) [цит. за 3], которое предполагает удерживание своего предмета и реагирование на его отбирание. В часы одиночества дети хватают и обнимают другие предметы, части своего тела.

В основе нормативного поведения утраты лежит дублирование объекта любви (Самохвалов В.П., Гильбурд О.А., 2000), что, будучи элементом эволюционно стабильной стратегии поведения, способствует смягчению внезапности утраты и избежанию сепарационного стресса и депрессии. Появление подобных переходных объектов, косвенно напоминающих утраченный объект любви и привязанности, можно наблюдать у животных и архаичных народов (мумифицирование тел, изготовление кукол, символизирующих умерших родственников) [3].

Следующим элементом стратегии отделения является “выход на сцену” отца. В классическом психоанализе этот этап обозначен Эдиповой стадией. Известный семейный терапевт К.Витакер в рамках психотерапевтических сессий обращает внимание прежде всего на эмоциональное отсутствие отца в семье, побуждая его “ожить и стать реальным человеческим существом, а не абстрактным мужчиной, обитающим по соседству” [4, с.49]. Эмоциональное присутствие отца в семье не только позволяет ребенку получить поддержку и заботу от кого-то еще, кроме мамы, не только идентифицировать себя с полом, но и предоставляет возможность матери сделать шаг к роли жены и так преодолеть фазу слияния с малышом.

Таким образом, психотерапевтическое сопровождение кризиса отделения может включать в себя следующие этапы:

- присвоения спроецированных враждебных эмоций;
- преодоления инфантильной тревоги, возникшей на стадии ранних объектных отношений, через моделирование шизоидной и депрессивной стадий;
- создания переходного объекта, которым обычно является психотерапевт;
- реабилитации отца как семейного эмоционального аутсайдера.

Подобную психологическую помощь может обеспечить не только классический психоанализ, или Кляйн-анализ. Форми-

рование необходимых терапевтических отношений возможно в рамках современной гештальт-терапии. Это может быть индивидуальная или семейная терапия, работа с парой мать-ребенок. Именно на свой опыт пролонгированной работы с парой я буду опираться при описании терапевтического пространства.

Сравнительно простой переход от Кляйн-анализа к гештальт-парадигме в описании кризиса обеспечивает использование в этих подходах классических защитных механизмов: интроекции и проекции. Кроме них, к группе основных нарушений на границе контакта организм-среда в гештальт-терапии принято относить конфлюэнцию (слияние) и ретрофлексию (причинение себе того, что хотел бы сделать другим). При этом интроекция и проекция являются признаками шизоидной стадии: распад объектов на “плохие” и “хорошие”. Конфлюэнция описывает слияние как таковое, которое за пределами младенческого возраста становится патологическим. С помощью ретрофлексии можно описывать депрессивную стадию: появление чувства вины у ребенка вслед за выражением его агрессии к матери и, как следствие, социализация агрессивных импульсов через их подавление и ограничение.

Конфлюэнтные отношения при работе с парой мать-ребенок прерываются разбиением “мы” в описании личного опыта благодаря поощрению автономии и я-языка в выражении чувств. При этом значительное место отводится присвоению враждебных эмоций, умению их выражать и принимать от значимых и близких людей.

В.Оклендер выделяет 4 фазы работы с детским гневом [5, с.215]:

- 1) предоставление практически приемлемых методов для выражения подавленного гнева;
- 2) помочь детям подойти к реальному восприятию чувства гнева;
- 3) побуждение их к тому, чтобы эмоционально отреагировать на этот гнев прямо в кабинете: пусть скажут все, что нужно сказать тому, кому следует;
- 4) обсуждение проблемы гнева: что заставляет их гневаться, как они это обнаруживают и как ведут себя в это время.

Другими словами, речь идет об осознании, определении враждебного чувства, снятии “культурных запретов” на экспрессивное выражение эмоций.

Следующая стадия — распознавание зарождающейся эмоции и выбор способов ее адекватного выражения. В агрессивном акте выделяют следующие элементы: агрессивно-предупредительные (пристальный взгляд, мимика решимости, жесты угрозы), агрессивно-конфликтные (приближение, мимика напряженности, резкий поворот к объекту, интенсификация жестов угрозы) и агрессивно-контактные (нападение, удар, укусы) [6].

Распознавание предпочтительнее осуществлять на предупредительной стадии, а адекватное выражение в реальной жизни возможно на любом из этапов, в зависимости от степени угрозы для организма. В терапевтической ситуации прямая физическая агрессия обычно запрещается и переадресуется (“подушку поколотить”).

Методы работы с парой по выражению агрессии направлены на вербальные и невербальные стороны контакта. Очень эффективны, в частности, коммуникативные упражнения “Я хочу...”, “Я недоволен, когда...”, “Я обижаюсь, когда...”, “Я ценю...” [7]. Примечательно, что даже упражнения “Я хочу...” и “Я ценю...”, требующие определенного уровня активности (агрессии, энергии), удаются далеко не всем парам. Так, ребенок может затрудняться произносить “Я хочу...”, смущаться при этом (“Разве можно так говорить?”). А упражнение “Я ценю...” нередко у взрослых людей превращается в “рождественские поздравления”: много мишуры и мало подлинного, реального, конкретного, как бы незначительного и поэтому ценного. Вербальные упражнения подкрепляются невербальными. Так, терапевт, наблюдая за мамой или ребенком, может вычленять агрессивные маркеры (пристальный взгляд, резкие жесты в сторону собеседника, интонационное и метрическое акцентирование некоторых слов) и делиться своими наблюдениями. При этом задается вопрос “Что вы чувствуете сейчас, когда вы это делаете...?” Поощряется сообщение на “я-языке”, и если в нем есть обращение к участнику диалога, тогда терапевт предлагает реализовать его “здесь и теперь”. В случае если это выражение гнева, уместно спросить, насколько комфортно чувствует себя тот, на кого он направлен,

готов ли он принять это раздражение и какое расстояние между участниками будет оптимальным в этой ситуации?

Одно из невербальных упражнений, которое я часто использую, можно обозначить как работу с личным пространством. Я предлагаю маме или ребенку сесть так, чтобы занимать как можно больше места в пространстве, другими словами, создать скульптуру уверенного, в меру агрессивного человека по характерным невербальным маркерам: широко поставленные ноги, развернутые плечи, наклон туловища вперед, отведенные в сторону локти или руки, пристальный взгляд. Иногда это задание соединяется с коммуникативной игрой “Я недоволен...”, участники которой по очереди делятся своими “сердитостями”.

Принятие гнева близких людей крайне затруднено. Так, мама может выражать беспокойство при одной мысли, что сын будет вести себя так же агрессивно, как и она. Важно выработать у детей адекватную и лояльную реакцию на фрустрацию. Ассертивное принятие гнева предполагает готовность выслушать другого и предложить приемлемые способы изменения ситуации.

В работе с парой для развития возможностей принимать гнев друг друга можно экспериментировать с расстоянием, с организацией пространства, где можно с большим комфортом выслушать недовольство. Порой ребенку нелегко, даже изменив расстояние, попросить маму “понарошку”, чтобы она не сердилась. Тогда можно предложить ему обратиться с такой просьбой к терапевту, затем к какому-нибудь предмету, и только потом становится возможным контакт с мамой.

Поскольку именно враждебные эмоции чаще всего проецируются и ретрофлексируются, контакт с ними облегчается в присутствии психотерапевта и позволяет регрессировать к шизоидной и депрессивной стадиям в общении ребенка и матери, завершая их. Кроме того, агрессия поощряется и даже является необходимым элементом для “пережевывания” и усвоения интроецированных образов и правил, проверки их валидности. Психотерапевт в этом случае выступает и фасилитатором контакта участников пары, и тем самым “переходным объектом”, который обеспечивает необходимую эмоциональную поддержку при отделении ребенка от матери.

Стратегия “эмоционального включения” отца в отношении “мать-ребенок” возможна не только в процессе семейной терапии, хотя этот способ является наиболее привлекательным. Достаточно уже того, что конфликтная пара, разделяясь, будет искать новые источники эмоциональной поддержки в семейном пространстве.

Подводя итог, можно заметить, что психологическая поддержка матери и ребенка, обеспечение безопасности при выражении гнева, позволяют распознавать нарушения на границе контакта по типу проекции, интроекции, ретрофлексии и, таким образом, моделировать и завершать ранние объектные отношения ребенка с матерью, преодолевать, связанные с ними чувство вины и инфантильную тревогу.

РЕЗЮМЕ

У процесі відокремлення дитини від матері виокремлено ряд кризових ситуацій, що описані в різних психотерапевтичних парадигмах. Зроблено акцент на теорії ранніх об’єктних стосунків М.Кляйн і психотерапевтичних стратегіях, котрі впливають з цих уявлень. У психологічному супроводі кризи відокремлення виділено такі етапи: присвоєння власних ворожих емоцій, подолання інфантильної тривоги, створення перехідного об’єкта, яким може виступати психотерапевт, емоційна “реабілітація” батька.

SUMMARY

The process of the separation of a child and a mother has a number of crisis situations that are described in the different psychotherapeutic paradigms. The accent has been made upon the theory of the early object relations by M.Klein and psychotherapeutic strategies that derive from them. Psychological support of a separation crisis consists of the following stages: personal hostile emotions adoption, overcoming of an infantile anxiety, creation of a transitional object who can be presented by a psychotherapist, emotional rehabilitation of a parent.

Литература

1. *Браун Дж.* Психология Фрейда и постфрейдисты. — М.: Рефл-бук; К.: Ваклер, 1997.
2. *Изард К.Э.* Психология эмоций. — СПб., Изд-во “Питер”, 1999.
3. *Самохвалов В.П., Гильбурд О.А.* Переживание утраты в одном хантыйском погребальном ритуале и его аналогиях (сравнительное эволюционное исследование) / Таврический журн. психиатрии. — 2000. — Т.4. — № 3 [14].
4. *Витакер К., Бамберри В.* Танцы с семьей. Семейная терапия: Символический подход, основанный на личном опыте. — Москва: Класс, 1997.
5. *Оклендер В.* Окна в мир ребенка: Руководство по детской психотерапии. — Москва: Класс, 1997.
6. *Корнетов А.Н., Самохвалов В.П., Коробов А.А., Корнетов Н.А.* Этология в психиатрии. — К.: Здоровье, 1990.
7. *Рейнуотер Дж.* Как стать собственным психотерапевтом. — Москва, 1992.

© **Исаенко О.С.**

*С.О.Смольнікова, Таврійський національний університет,
ім. В.І.Вернадського, м. Сімферополь*

НАРОДЖЕННЯ ДИТИНИ ЯК ЖИТТЄВА КРИЗА ЖІНКИ

Маючи можливість оглянути й охарактеризувати світ наприкінці ХХ ст., досягнути його зміни, ми помічаємо, що він стає менш чоловічим. Зростає увага до фемінних цінностей, до особистості жінки в сучасному суспільстві, що є новим для людства феноменом. Жінка — джерело нового життя, тому народження дитини є найбільш визначним актом її життєтворчості. Материнство завжди було природною функцією жінки, проте ускладнення сучасного суспільного життя вимагає від неї виконання багатьох ролей. Нині жінка не може обмежуватись традиційною роллю матері, домашньої господині. Вона бачить себе у професійній діяльності, прагне брати активну участь у політичних, суспільних

рухах. Тому материнство для сучасної жінки має характер типової життєвої кризи: їй необхідно набути принципово нової ролі матері. В цьому і конфлікт ролей, і небезпека виникнення особистісних дисгармоній.

Взагалі життєві ролі людини змінюються упродовж усього життя, інакше вона не зможе розвиватись. Але це не означає, що ці зміни обов'язково мають бути пов'язані з великими суперечностями. Якщо життєві трансформації здійснюються гармонійно, тобто без надмірного загострення життєвих труднощів, без великих суперечностей або принаймні ці суперечності розв'язуються людиною продуктивно, то ми говоримо про її гармонійний розвиток. Однак дуже часто зміна ролей відбувається боляче, тому що людина не може прийняти нову роль, котра диктується логікою її психосоціального розвитку [1].

Жінки, що перебувають у відпустці з догляду за дитиною віком до року, — одна з найбільш масових груп населення, яка є вразливою до розвитку особистісних дисгармоній. На нашу думку, жінки цієї групи потребують особливої уваги, оскільки перший емоційний досвід дитини, як відомо, фундаментально впливає на її особистісний розвиток, здатність до збереження її психічного здоров'я, зумовлює соціальну адаптацію. Тому кризові явища в житті особистості матері, з якою дитина становить єдине своєрідне ціле, не минають безслідно, а позначаються на розвитку особистості дитини. Особливо гостро ці процеси відбуваються в житті жінок, що народили первістків і для яких роль матері є незвичною.

Цікаво розглянути період, протягом якого жінка зникає до нової для неї ролі матері. З усіх факторів, які впливають на динаміку життєвих процесів жінки в цей час, можна виділити такі:

соціальні — різке обмеження соціальних зв'язків, певний ступінь соціальної ізоляції, зміщення характеру діяльності в бік побутової сфери, відсутність специфічного досвіду догляду за дитиною;

особистісні — зміна образу Я, набуття нової ролі (навіть коли жінка раніше не працювала), а для працюючих — дезактуалізація професійних ролей;

емоційні — на жінку лягає велика відповідальність за життя та здоров'я дитини, що викликає значне емоційне навантаження. Разом із зростанням фізичного навантаження (догляд за дитиною набуває характеру виснажливої праці) створюється передумова для емоційних проблем, що впливають на розвиток особистісних дисгармоній;

фізичні — вагітність, пологи, годування дитини є складними та бурхливими фізіологічними процесами, що сприймаються жінкою як швидкі метаморфози власного тіла. Це єдиний період у житті дорослої людини, коли за досить короткий час відбуваються такі складні зміни.

Організм жінки під час вагітності перебуває в унікальному стані, зумовленому його глибокими перетвореннями, функціональними змінами. Перебудовується обмін речовин, утворюється новий орган внутрішньої секреції — плацента. Дитина в утробі матері живиться за рахунок материнського організму. Це нагадує існування рослин, які коренями вбирають із ґрунту поживні речовини. В цей час можуть виникати явища фізіологічної дисгармонії співіснування двох організмів, так звані токсикози. Глибокі гормональні перетворення призводять і до змін у функціонуванні нервової системи: якщо на початку вагітності у жінки підвищується збудливість, то потім встановлюється рівновага, а напередодні пологів виникають процеси гальмування в корі головного мозку [2].

Вагітність є унікальною психіко-біологічною системою матері і дитини. Їх співіснування надає жінці абсолютно нового відчуття свого тіла. Усвідомлення того, що в тобі живе інший, може сприйматися нею негативно, як порушення власного тілесного простору, нагадувати фільми жахів типу “Чужий”. При гармонійному ж розвитку особистості сприймання свого симбіозу з дитиною набуває в жінки піднесеного, духовного характеру [3].

Ця єдність не переривається раптово під час пологів, а трансформується поступово і на певному рівні не зникає ніколи. З тієї самої миті, коли жінка дізнається про своє майбутнє материнство, коли відчуває перші слабкі рухи дитини у своєму лоні,

її уявлення про себе змінюється, життя набуває нового сенсу. Безумовно, це найзначніша подія в житті жінки (згадаємо Ф.Ніцше, який казав, що все в жінці — загадка, а розгадка — її вагітність).

У цей період співжиття матері й дитини вони потребують уваги психологів.

Психологічну допомогу вагітним жінкам необхідно надавати з початку вагітності й упродовж першого року життя дитини. Гармонійному виходу з кризи сприяють: звання до нових обов'язків; формування ставлення до себе як до матері; набуття досвіду нової діяльності.

Ці процеси доцільно використовувати в організації психологічної підтримки. Вони мають бути спрямовані на усвідомлення матір'ю власної цінності як творця нового життя, власного ціннісного ставлення та установок щодо народження дитини, материнства, прийняття своїх ролей, набуття нової ролі матері. Форми роботи з психологічної підтримки можуть бути різними за формою організації, часом та змістом.

Особливу увагу треба приділяти запобіганню виникненню суб'єкт-об'єктних стосунків з дитиною, які ґрунтуються на деперсоналізації сприйняття дитини. Зокрема, варто проводити різні психотехнічні ігри та вправи, мета яких — усвідомлення ставлення вагітної жінки до ненародженої дитини та формування персоналізованого її сприйняття. Велику допомогу надасть інформація про перинатальне життя дитини, її народження. На думку С.Грофа, враження, які отримає дитина в цей час, формують так звані базові перинатальні матриці (БПМ), котрі суттєво впливатимуть на майбутнє життя людини [4].

Для окреслення проблем, з якими стикаються вагітні жінки, ми провели дослідження за допомогою *методу нестандартизованого інтерв'ю*. У ньому взяли участь 30 жінок віком від 23 до 30 років, що народили первістків. Виявилось, що найчастіше жінок турбують під час вагітності неприємні фізичні відчуття (токсикози першої і другої половини вагітності), обмеження діяльності, відраза до того, що власне тіло не належить їм. У перші місяці життя дитини жінка знесилюється від недосипання,

хронічної втоми, стає дратівливою, плаксивою, у деякого з жінок виникає відразу до дитини через її крики або зовнішність. Великою проблемою для багатьох жінок є збереження природного годування новонароджених груддю, справжня “боротьба” за те, щоб в організмі вироблялась достатня кількість молока. У разі коли жінка змушена перейти на штучне годування дитини, вона може відчувати свою неповноцінність. Багато жінок не задоволені своїм зовнішнім виглядом, їх дратує, що вони стали гладкими або що їм не вистачає часу на те, щоб зробити зачіску, макіяж.

Отже, жінка, відчуваючи відповідальність за дитину, яку вона на себе бере і яку суспільство традиційно покладає на неї, приділяє багато уваги та часу дитині і значно обмежує свої особисті потреби. Це може викликати в неї хибне відчуття жертви, яке стає передумовою розвитку багатьох дисгармоній у її особистісному розвитку та у стосунках з дитиною. Найсерйознішим викривленням сприйняття нею материнства є почуття “несправедливості” життя: чому, мовляв, чоловіки не народжують, не позбавлять жінок страждань під час пологів, виснажливого догляду за немовлям, значних соціальних обмежень та зміни діяльності, загрози для професійної кар’єри. Така позиція жінки може викликати в неї відразу до своєї статі, сформувати негативний образ Я, порушити особистісний розвиток. Таким чином, маємо окреслені напрямки психологічної допомоги жінкам, яка дає змогу гармонійно подолати життєву кризу, що пов’язана з набуттям жінкою нової для неї ролі матері, сформувати у неї піднесене ставлення до себе як до джерела нового життя.

РЕЗЮМЕ

Показано, что рождение первенца и приобретение роли матери имеет для женщины характер типичного жизненного кризиса, порождающего конфликт ролей и опасность возникновения эмоциональных и личностных дисгармоний. Высказано предположение, что в это время женщинам необходима психологическая поддержка. По результатам проведенного исследования очерчен круг эмоциональных и личностных проблем женщин во время

беременности, родов и первого года жизни ребенка. Определены факторы, обуславливающие гармоничный выход из кризиса — привыкание к новым обязанностям, формирование отношения к себе как к матери, приобретение опыта новой деятельности.

SUMMARY

It is shown that giving a birth to the first child and acquisition of a role of a mother bears a characteristic features of a life crisis for a woman and leads to a conflict of roles and to a danger of emotional and personal disharmonies. It is supposed that women in such a situation need psychological help. According to the result of the investigation a number of emotional and personal problems of a woman in the situation of a pregnancy, giving a birth to a child and during the first year of a child's life are described. The factors that help to overcome crisis of the kind such as accepting of new duties, formation of self-image as a mother, acquisition of a new activities experience are defined.

Література

1. *Горноста́й П.П.* Криза як зміна ролей особистості // Психологія життєвої кризи. — К., 1998.
2. *Шкирян-Нижник З.А., Непочатова-Курашович О.І.* Ми чекаємо дитину. — К., 1991.
3. *Татенко Н.О.* Жінка — джерело нового життя // Психологія життєвої кризи. — К., 1998.
4. *Гроф С.* За пределами мозга. Рождение, смерть и трансценденции в психотерапии. — Москва, 1992.

© Смольнікова С.О.

СТРАХ САМОВИРАЖЕННЯ — ОДИН З ПОКАЗНИКІВ ПІДЛІТКОВОЇ КРИЗИ В УМОВАХ РІЗНИХ СУБКУЛЬТУР

Кризовий характер переходу від одного етапу формування особистості до іншого пояснюється тим, що на шляху задоволення потреб і прагнень суб'єкта, зумовлених утворенням нових психологічних структур, виникають перешкоди, через які ці потреби і прагнення залишаються нереалізованими. На думку вітчизняних психологів, підліткова криза, на відміну від інших вікових криз, гостріша і триваліша, оскільки внаслідок швидких темпів фізичного та розумового розвитку в підлітків виникає багато таких потреб, які не можуть бути задоволені у зв'язку з недостатньою соціальною зрілістю.

У кризі підліткового віку важливе значення мають такі фактори: заборони, які підліток накладає на самого себе; сформовані стійкі риси характеру; психологічні настанови; стереотипи соціальної перцепції, котрі часто заважають підліткові досягти бажаного, ним самим обраного зразка. Внутрішня його позиція стикається із зовнішніми умовами і насамперед з необхідністю залишатися залежним від дорослих. Внаслідок такого зіткнення переживання підлітка модифікуються, загострюється потреба в тому, щоб його розуміли та приймали. На думку Л.І.Божович, криза підліткового віку пов'язана з виникненням у цей період нового рівня самосвідомості, характерною рисою якої є поява у підлітка здатності і потреби пізнати самого себе як неповторну індивідуальність. “Це породжує у підлітка прагнення до самоствердження, самовираження (тобто намагання виявляти себе в таких якостях особистості, які він вважає цінними) і самовиховання. Депривація зазначених потреб і становить основу кризи підліткового віку” [1, с.25].

Тенденція до самостійності та емансипації є необхідною передумовою побудови нової системи стосунків між підлітком і дорослими. Тому відсутність конфлікту, на думку вчених, позбавляє дитину можливості перетворити нові здібності на “працюючі”, наслідком чого може бути відсутність досвіду в припиненні без-

посередньої дії і в практиці побудови власної поведінки [2, с.61 – 69]. Розвиваючи цю думку, Т.М.Титаренко зазначає, що деструктивний компонент розвитку в кризі спрямований на стару, неактуальну для підлітка систему ставлень до світу, що спричинює конфлікт з оточуючими. Позитивний зміст зумовлений спробою учня побудувати нову систему взаємин, досягти певної гармонії між власними потребами і можливостями [3].

Дуже актуальною сьогодні є проблема переживання вікової кризи підлітками, що перебувають в умовах соціальної депривації, зокрема тих, хто виховується в закритих дитячих закладах. Ця проблема загострена тим, що підлітковий вік є останнім періодом перебування більшості дітей, що залишились без батьківської опіки, в закладах інтернатного типу, і тим, що дуже часто вихованці не готові до вступу в самостійне життя, до втрати звичного способу взаємодій. Крім того, підлітковий вік, складний для особистості взагалі, приховує в собі особливу небезпеку для вихованців закритих закладів. Так, якщо для становлення образу Я підлітків, що ростуть у сім'ї, найбільш значущим є негативне протиставлення власної поведінки нормативній, то для образу Я вихованців школи-інтернату — вміння легко пристосовуватись до ситуації, можливість обійти вимоги дорослих, уникаючи будь-яких санкцій з їхнього боку. Тобто ствердження власного Я у підлітків із сім'ї відбувається через активне протиставлення себе ситуації, нормам, а в дітей школи-інтернату — через пристосування до цієї ситуації [4].

Наслідком депривації потреби в батьківській любові чеські дослідники Й.Лангмейєр і З.Матейчек [5] вважають і відсутність почуття впевненості в собі у вихованців закритих дитячих закладів. А результати досліджень Н.К.Радіної [6, с.23 – 33] свідчать про значно нижчий рівень самоприйняття дітей, що виховуються в умовах дитячих будинків, на відміну від дітей, які ростуть у сім'ї. Почуття горя від втрати родини або батьків, яке гостро переживають діти в умовах сімейної депривації, негативно впливає на можливість установаження близьких стосунків з іншими людьми, що, в свою чергу, перешкоджає розвитку позитивного самоприйняття. Така невідповідність розвитку деяких сторін образу Я вихованців закритих дитячих закладів власне підлітковим характеристикам є одним із наслідків так званого деприваційного синдрому [7]. Три-

вожність, страх, депресія, інтелектуальні розлади — це лише найбільш характерні його показники.

Експериментальних досліджень впливу деприваційного синдрому на переживання вікової кризи підлітками із закритих дитячих закладів недостатньо для вирішення питань, пов'язаних з розробленням стратегії психологічної допомоги дітям, що залишилися без опіки батьків. Тому наше дослідження було спрямоване на визначення деяких показників кризи підлітків, що перебувають в умовах психічної депривації, на основі порівняння з дітьми із сім'ї, які перебувають у звичайній ситуації розвитку.

Завдання дослідження полягало у перевірці припущення про негативний вплив фактора соціальної депривації на психічний розвиток підлітків та визначенні показників кризового характеру переходу від дитинства до дорослості в умовах двох різних субкультур.

В якості діагностичного інструментарію використано тест шкільної тривожності Філліпса [8]. Особливістю цієї методики і головною її перевагою над численними опитувальниками, що фіксують так звану “особистісну” тривожність, є її діяльнісне спрямування. Вона дає змогу визначити не лише рівень тривожності підлітків, а й те, у яких саме сферах відносин локалізується тривожність і яких конкретних форм набирає.

У дослідженні брали участь дві групи підлітків віком від 10 до 14 — 15 років: вихованці школи-інтернату із звичайними умовами для закритих дитячих закладів (55 осіб) та діти із сімей — учні 5 — 8 класів загальноосвітньої школи (222 особи).

За результатами дослідження ми поділили дітей за рівнями тривожності: А — низький, Б — підвищений, В — високий (табл. 1).

Так, у цілому за тестом в обох групах тривожність як відносно стійке утворення спостерігається лише у 3,6% досліджуваних, при цьому середні її показники в обох групах статистично не відрізняються і не перевищують норми.

При порівнянні середніх величин відповідних показників тривожності ми отримали дані, наведені в табл. 2.

Таблиця 1

Результати поділу досліджуваних дітей за рівнями тривожності (в %)

Показники тривожності	Рівень тривожності підлітків					
	із сім'ї			із школи-інтернату		
	А	Б	В	А	Б	В
У цілому за тестом	66,7	29,3	3,6	54,6	41,8	3,6
Загальна тривожність	57,7	33,8	8,5	51,0	34,0	15,0
Переживання соціального стресу	73,0	22,0	5,0	60,0	27,0	13,0
Фрустрація потреби в досягненні успіху	74,3	24,8	0,9	78,	22,0	—
Страх самовираження	33,3	49,6	17,1	33,0	33,0	34,0
Страх ситуації перевірки знань	39,6	41,4	20,0	42,0	40,0	18,0
Страх не відповідати очікуванням оточуючих	53,2	26,1	20,7	56,0	18,0	26,0
Низький фізіологічний опір стресу	79,3	10,4	10,4	84,0	11,0	5,0
Проблеми і страхи у взаєминах з учителями	43,7	45,0	11,3	40,0	47,0	13,0

Таблиця 2

Порівняльна характеристика тривожності підлітків із сім'ї та школи-інтернату

Показники тривожності	Підлітки із сім'ї			Підлітки із школи-інтернату		
	X	σ	Рівень тривожності	X	σ	Рівень тривожності
У цілому за тестом	24,4	8,5	A	25,0	10,3	A
Загальна тривожність	9,7	4,6	A	9,8	1,6	A
Переживання соціального стресу	4,2	1,9	A	5,0	2,1	A
Фрустрація потреби в досягненні успіху	5,2	1,9	A	4,5	2,2	A
Страх самовираження	3,1	1,5	B	3,5	1,8	B
Страх ситуації перевірки знань	3,0	1,6	B	3,1	1,7	B
Страх не відповідати очікуванням оточуючих	2,4	1,3	A	2,4	1,3	A
Низький фізіологічний опір стресу	1,5	1,3	A	1,3	1,2	A
Проблеми і страхи у відносинах з учителями	3,8	1,5	A	3,7	1,52	A

Як видно з табл. 2, рівень загальної тривожності в школі в середньому не підвищений і практично однаковий в обох групах (відмінності статистично недостовірні). Соціальний стрес переживає більший відсоток підлітків зі школи-інтернату, ніж із сім'ї (відмінність достовірною на рівні 0,01), а от фрустрованість потреби в досягненні успіху, навпаки, частіше трапляється у підлітків із сім'ї (відмінність достовірною на рівні 0,05), хоча середні показники тривожності по цих факторах перебувають у межах низького рівня розвитку.

Щодо показника “переживання соціального стресу” ніяких сумнівів не виникає, адже психічна депривація, за даними багатьох дослідників цієї проблеми [4;5;7] зумовлює специфічний розвиток особистості. Тому емоційний стан дитини, на фоні якого розвиваються її соціальні контакти, передусім з ровесниками, здебільшого перешкоджає утворенню тісних і тривалих особистісних зв'язків. Однак несприятливий соціальний фон, який не дає змоги дитині розвивати свої потреби в досягненні успіху, корелює не з психічною депривацією, як можна припустити, а із соціальною ситуацією розвитку підлітків із сім'ї.

Показник “страх самовираження” характеризується підвищеним рівнем тривожності в обох групах підлітків (відмінність статистично недостовірною). Інтерпретуючи це, можна стверджувати, що негативні емоційні переживання ситуацій, пов'язаних з необхідністю саморозкриття, пред'явленням себе перед іншими, демонстрацією своїх можливостей, є віковими характеристиками підлітків, що належать до різних субкультур. Ця гіпотеза перегукується з поглядами Л.І.Божович, на думку якої депривація потреби самовираження є однією із складових кризи підліткового віку. Тому правомірним та експериментально підтвердженим, на наш погляд, є віднесення наявності страху самовираження до одного з показників підліткової кризи, незалежно від того, в якій субкультурі вона протікає.

Проаналізуємо локалізацію тривожності в показнику “страх самовираження” з огляду на вікову динаміку. Передбачалося, що почуття страху в ситуації задоволення потреби в самовираженні при вихованні в сім'ї має знижуватись під кінець підлітко-

вого віку. Проте за допомогою аналізу емпіричних даних в умовах психічної депривації було виявлено зниження показників тривожності від високого у молодших підлітків до низького у — старших. В умовах сімейного виховання ситуація дещо інша — показник страху самовираження підвищений з п'ятого по восьмий класи включно. Це дає підстави для висновку, що підліткам, які перебувають в умовах психічної депривації, притаманна здатність до конструктивної соціальної адаптації, подолання можливих перешкод на шляху до самоствердження та самовираження, чого не можна сказати про підлітків, які виховуються в сім'ї.

Розглянемо наступні показники тривожності, точніше, їх локалізацію у сферах взаємин підлітків. Як бачимо з табл. 2, в обох групах підвищений страх у ситуації перевірки знань (відмінність статистично недостовірна). Отже, негативне ставлення і переживання тривоги в ситуаціях перевірки, особливо публічної, знань, досягнень і можливостей є наслідком вікових змін у психічному розвитку підлітків і значуще не корелює з наслідками деприваційного синдрому.

При порівнянні середніх величин останніх трьох показників тривожності виявляється, що в обох експериментальних групах, відмінності між якими статистично недостовірні, тривожність перебуває на низькому рівні.

На основі отриманих експериментальних даних можна стверджувати, що підвищений страх самовираження і страх ситуації перевірки знань є віковими характеристиками, притаманними підліткам, незалежно від умов виховання (в сім'ї чи в умовах сімейної депривації) і можуть бути віднесені до показників кризового характеру переходу від дитинства до дорослості. Наслідком деприваційного синдрому в нашому дослідженні було лише переживання підлітками соціального стресу, що збігається з результатами, отриманими іншими дослідниками [5; 7].

Наведені факти, звичайно, потребують додаткового аналізу. Для цього необхідно наше дослідження, яке не претендує на роль фундаментального, доповнити іншими із застосуванням біографічного методу, архівних даних. Крім того, психічна депривація, якою супроводжується розвиток дітей без сім'ї, не є єдиним

фактором, котрий визначає специфіку особистості вихованця в школі-інтернаті чи дитячому будинку. Додаткового дослідження потребує феномен посттравматичних стресових розладів у дітей, що втратили сім'ю.

Варто враховувати і той момент, що психологічна травма дитини із закритого закладу, на думку А.Д.Андрєєвої, пов'язана із втратою сім'ї і співвідноситься з проблемою переживання смерті батьків [9]. Характер переживання смерті близької людини (шок, заперечення смерті, пошуки, відчай, гнів, тривога і почуття провини) часто перегукується з характером переживання втрати сім'ї вихованцями дитячого будинку, до того ж таке переживання є відносно стабільним і не залежить від зміни часу. Воно може пов'язуватись із специфікою переживання втрати, адже реально дитина не бачила батьків померлими, але фактично вони вмерли для неї.

З урахуванням викладеного ми вбачаємо продовження експериментальної роботи лише за умови інтегрованого підходу до вивчення особливостей переживання підлітками вікових змін в умовах сімейної депривації, яка дедалі частіше набуває кризових ознак.

РЕЗЮМЕ

Статья посвящена анализу теоретических предпосылок кризисного характера перехода от детства к взрослости в условиях семейного воспитания и в условиях психической депривации, то есть в закрытых детских учреждениях. Приведены результаты психологического исследования, с помощью которого были выделены некоторые показатели возрастного кризиса, переживаемого подростками в условиях указанных субкультур, а также намечены направления дальнейшего исследования корреляции между возрастными изменениями подростков и влиянием на их развитие социальной депривации.

SUMMARY

The article is devoted to the analyses of the theoretical preconditions of the crisis character of transition from childhood to an adult life in the conditions of a family and in the conditions of a psychological deprivation that is in the institutions for children of the closed type. Results of the investigation that helped to define some indicators of an age crisis that is experienced by teenagers under the conditions of the mentioned above subcultures are presented. Besides, the directions of the following investigation of the correlation between age changes among teenagers and their impact on the social deprivation development are defined.

Література

1. *Божович Л.И.* Этапы формирования личности в онтогенезе // *Вопр. психологии.* — 1979. — № 4.
2. *Поливанова Н.К.* Психологический анализ кризисов возрастного развития // *Вопр. психологии.* — 1994. — № 1.
3. *Психологія життєвої кризи / Відп. Ред. Т.М.Титаренко.* — К.: Агропромвидав України, 1998.
4. *Психическое развитие воспитанников детского дома / Под ред. И.В.Дубровиной, А.Г.Ружской.* — Москва.: Педагогика, 1990.
5. *Лангмейер И., Матейчек З.* Психическая депривация в детском возрасте / Пер. Г.А.Овсянникова. — Прага: Авиценум, 1984.
6. *Радина Н.К.* Изучение самопринятия у детей, воспитывающихся в закрытых детских учреждениях и в семье // *Вопр. психологии.* — 2000. — № 3.
7. *Прихожан А.М., Толстых Н.Н.* Дети без семьи (Детский дом: заботы и тревоги общества). — Москва: Педагогика, 1990.
8. *Битянова М.Р., Азарова Т.В., Афанасьева Е.И., Васильева Н.Л.* Работа психолога в начальной школе. — Москва: Совершенство, 1998.
9. *Андреева А.Д.* Как помочь ребенку пережить горе // *Вопр. психологии.* — 1991. — № 2.

© **Вінс В.А.**

*Н.П.Зубалій, Національний педагогічний
університет ім. Драгоманова,
Г.С.Полякова, Інститут психології
ім. Г.С. Костюка АПН України*

ЕМОЦІЙНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПРОЦЕСУ НАВЧАННЯ ЯК ФАКТОР СТРЕСОСТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ

Соціально-економічна криза на сучасному етапі розвитку суспільства спричинила у нашій країні своєрідні потрясіння, характерними ознаками яких є ідеологічний вакуум, зміщення загальнолюдських цінностей, зміна ідеалів, критичний перегляд національних традицій. Найбільше вразила ця криза підростаюче покоління, духовне життя якого через недостатню сформованість поглядів піддається впливу асоціальних умов проживання, криміналізації.

Кризові явища в системі освіти зумовили руйнування її матеріальної бази, втрату великої кількості кваліфікованих педагогічних кадрів. Нині відверто висловлюються сумніви щодо авторитету нашої школи і вчителів, обмежується суспільно-корисна діяльність дітей, принижується роль колективу в житті учнів. Поширене безробіття серед молодих спеціалістів нерідко штовхає їх на порушення законності й правопорядку. В суспільстві дедалі виразніше зростає тривога за психічне й фізичне здоров'я дітей і молоді.

Аналіз кризових явищ в освіті показує, що однією з основних причин їх є недостатня соціалізація школярів, непрофесійний підхід до визначення потенцій особистості, які забезпечують її виживання в нелегких сучасних умовах. Тому корисним вкладом у скорочення розриву між теорією і практикою, подолання кризи в системі освіти може бути розробка технологій створення педагогами емоційного комфорту в навчальному процесі. Щодо цього найбільший інтерес викликають дослідження особливостей ускладнених стресових ситуацій, які переживаються дітьми в соціальному середовищі, їх класифікація, пошук головних джерел моральної сили особистості, яка допомагає їм долати труднощі й формувати відповідні стратегії.

Практика свідчить, що будь-яке ускладнення в житті людини ставить її перед необхідністю вибору конкретного типу

реагування, тобто вміння займати активну позицію й демонструвати свій гнучкий стиль поведінки або ставати пасивним, що не допомагає виходу із складної ситуації й частіше розчаровує людину за своє безсилля. Найбільших переживань у таких ситуаціях зазнають школярі, які не вміють постояти за себе, не знають конкретних прийомів подолання жорстоких соціальних негараздів. Допомогти їм у цьому повинні дорослі і насамперед учителі, які володіють технологією створення емоційного благополуччя в колективі.

Постійна турбота про психічне здоров'я й духовне багатство учнів є позитивними у діяльності школи й мудрого педагога. У цьому плані важливим для вчителів є своєчасне введення в навчальний процес різних засобів, їх правильне використання на кожному уроці, позакласному занятті. Збагачення психічного й фізичного здоров'я дітей, створення для них емоційного благополуччя на уроці зобов'язує вчителя серйозно підвищувати своєю психологічну компетентність (психологічну грамотність, психологічну культуру). В обов'язки вчителя входять пробудження в учнів інтересу до власного здоров'я, формування в них прагнення володіти технікою самовияву, що пом'якшує кризи в їхньому житті. Вчитель має стати помічником і союзником учнів у їхньому прагненні розпізнати характер перевантажень, у проектуванні конкретних тактик їх подолання. Він повинен запобігти зовнішньому впливу на дитячу психіку і пом'якшити його силу, навчати дітей конкретної техніки реагування у складній ситуації, на різні погрози їхньому емоційному благополуччю [1].

У зв'язку з цим зростає значущість позитивного емоційно-забезпечення кожного шкільного уроку. Тому, плануючи їх, учитель паралельно з навчальною інформацією проектує сценарій свого педагогічного спілкування з класом, надаючи при цьому важливого значення підбору та подачі емоціогенного дидактичного матеріалу. Правильне його дозування на уроці може сприяти підвищенню розумової активності учнів, розвитку в них позитивної особистісної системи ставлень у класі [2].

Розробка сценарію уроку має включати творчу активність педагога, його інноваційний досвід, дійсну готовність до створення емоційного комфорту на своїх уроках, який примножує розумову радість і для вчителя, і для учнів. Педагогічна діяльність тісно пов'язана з інноваційною. Результатом останньої (вона

характеризується інтенсивними нововведеннями) є форми організації навчального процесу з конкретними змінами у змісті, методах, технології, засобах проведення навчально-виховного процесу. Нове в освіті — це не тільки ідеї, підходи, методи і технології, але й будь-які елементи навчального процесу, які мають прогресивне начало, сприяють соціальному просуванню суспільства, духовному збагаченню особистості, її емоційному благополуччю [3].

На нинішньому етапі розвитку нашої системи освіти інноваційний досвід педагогів слід розглядати як системну діяльність, яка кардинально змінює погляд на традиційну практику використання емоціогенного дидактичного матеріалу у навчальному процесі.

Школа ставить перед особистістю конкретні орієнтири в її соціальній поведінці на задоволення, на самореалізацію, на самовдосконалення. Розвиток у напрямку цих трьох орієнтирів (вибраних особистістю координат) пов'язаний з її вмінням долати труднощі, бар'єри соціального оточення. Умовно ці бар'єри поділені на індивідуальні й колективні. До індивідуальних бар'єрів відносимо переважно лінощі, слабку волю, невпевненість у собі, невимогливість, несистематичність у роботі, обмеженість інтересів, внаслідок яких в особистості формується низька самоповага.

На жаль, у своїй практиці вчителі мало звертають уваги на цей феномен. Розвиваючи пізнавальну активність, спрямованість учня у своє майбутнє, вчитель не може не враховувати постійне відчуття школярем особистої цінності, яке ґрунтується на правильному самосприйманні і надихається оптимізмом, позитивними емоціями, конкретними ідеалами. Самоповага відображає те, як людина бачить і оцінює себе на найсуттєвіших рівнях психічного переживання. В самоповазі, як і в “суб'єктивному реалістичному самосхваленні”, завжди виділяється два аспекти: почуття особистої дієвості (впевненість людини у своїй здатності діяти) і почуття особистої цінності.

Поняття “значущість” (“цінність”) з'явилося у психології в ХІХ ст. у працях німецького філософа Г.Лотца, який підкреслював, що звернення людини до свого внутрішнього світу допомагає їй знайти в цьому знання загальних істин, досвід переживань тих чи інших явищ і віру в ту мету, яка надає значущості подіям, що

відбуваються. Виміром значущості є моральні почуття, прояви добра, які виправдовують працю з досягнення істини. З цієї точки зору “значущість” можна розглядати як властивість людей, речей, ідей, всього існуючого у світі, що робить нас добрішими або злішими, правдивими або брехливими, красивішими чи некрасивими, тобто наблизити до істинного призначення або віддалити від життя.

Різне сприймання людей, категоричність їхніх думок, неврівноваженість, що виявляється у підвищеній емоційності, завищена самооцінка (з постійною саморекламою), неспівпадання деяких рис характеру можуть стати причиною не тільки непорозумінь між дітьми, але й серйозних конфліктів, що виключають успіх загальної справи. У психологічній літературі зростає інтерес до засобів корекції такої поведінки дітей, описано багато психотерапевтичних методів, але не всі вони розкриті для вчителя сучасної школи. Цілеспрямоване керівництво учнями на уроці, заняттях зі студентами вимагає від педагога знання процесу взаємодії з учнями і тих умов, які забезпечують продуктивність уроку, заняття. Важливим при цьому є не тільки інтенсивність впливів на клас, групу з боку педагога і не стільки їх змістовність та різноманітна варіативність, скільки сам факт оформлення вчителем свого виходу на контакт з класом, використання своїх прийомів, які спонукають учнів, студентів до успішного контакту [4].

У контакті вчитель через свій емоційний світ ілюструє свою наближеність (або віддаленість) до (від) дитячого колективу, групи, через силу своєї симпатії, поваги до особистості.

У вмінні педагога створювати і підтримувати каркас психологічної близькості в контакті з учнями, в умінні постійно повертатись на висоту “ми з вами свої”, незважаючи на різні перешкоди, і виявляються психологічна культура вчителя, його майстерність емоційно забезпечувати співробітництво і спілкування з групою.

Контакт у навчальній діяльності сприяє тому, що при взаємодії педагога, учнів, студентів створюється позитивна атмосфера задоволення від інтелектуальної діяльності з обох сторін. Він активізує можливості, здібності і педагога, і класу, і групи, виправдовує очікування обох сторін відносно об'єктивності оцінок. Оцінка вчителя виступає інструментом його влади над дитячими душами. Дуже важливо при цьому, щоб учні добре знали, що є

предметом оцінки вчителя у спільній діяльності. Відсутність таких знань про критерії оцінки педагога у групі, класі породжує страх в учнів за будь-якої навчальної ситуації [3].

Наші дослідження показують, що у вчителів з великим стажем інноваційної діяльності предметом оцінювання частіше за все є аспекти поведінки і діяльності дітей:

- допитливість, цікавість;
- гнучкість їх мислення, винахідливість;
- швидкість уважного погляду на ситуацію і свої можливості;
- вміння долати невдачі, вірити в себе;
- хороша пам'ять та оперативність її використання у розв'язанні важливих завдань;
- вміння оцінювати себе й інших за загальноприйнятими критеріями;
- вміння оптимально реалізувати свої здібності в широкому репертуарі соціальних ролей шкільного життя;
- вміння зберігати оптимізм у найскладніших ситуаціях і звичка допомагати іншим, бути корисним для них.

Знаючи критерії оцінок, учень, студент точніше орієнтується в діяльності, в контакті, діалозі, дискусії. Розмитість цих критеріїв породжує у дітей страх перед оцінкою, знижує їх впевненість у собі, створює дисконфорт у класі. Для адекватної взаємодії з оточуючими людьми школа і сім'я повинні "підготувати" кожную особистість з:

- розвиненою структурою типових почуттів (Т.Шибутані) [5];
- вмінням визначати (сприймати, оцінювати) загальноприйнятими способами ситуацію взаємодії і прогнозувати успіх у ній з використанням своїх зусиль, знань, досвіду;
- вмінням типово (відповідно до очікування) вибудовувати свої дії, "виявляти" свої думки, захищати свої принципи.

Тільки через ці три магістральні лінії можливе максимальне наближення молоді до певного канону, що культивується в сучасному суспільстві. Вибудовуючи заняття, урок, педагог завжди передбачає створення емоційного комфорту для учнів, хоч, на жаль, не всі вміють це робити, не в усіх все виходить, не всіх навчають цього. На наш погляд, педагоги, котрі успішно контактують з учнями, здатні забезпечити емоційний комфорт на уроках, заняттях. Особливу увагу варто звертати на такі сторони занять, як:

- специфічність, варіативність зустрічей з класом, групою;
- набір різних варіантів привітань дітей і звернення до їхньої особистості на уроці;
- своєчасна оцінка робочого стану учня, студента, робочої атмосфери класу, групи з констатацією продуктивності їхніх дій, поведінки, творчих досягнень;
- домінування позитивних оцінок над негативними на адресу дітей;
- підтримка інструктивно насичених діалогів, а також конструктивних пропозицій, аргументованих думок у спільній дискусії [4].

Прагнення вчителів до актуалізації позитивних емоцій на кожному уроці, безперечно, полегшує розумову працю школярів, допомагає досягти загальними зусиллями розумової радості, за якої діти швидше і краще розуміють навчальний матеріал, більш ґрунтовно його запам'ятовують, довше пам'ятають, у них точнішим стає орієнтування на вимоги вчителя. На таких уроках зростає самоповага дітей. У вчителів же, які не здатні емоційно забезпечити свій урок, насичити навчальний процес розумовими радощами, творчим пошуком дітей, взаємною радістю за загальний успіх, учні, як правило, переживають дискомфорт. Там панують постійний страх за оцінку, образа за її необ'єктивність і образа за постійне порівняння (приниження) з кимось і з чим-небудь. Все це створює умови для низької самоповаги учня.

Коли самоповага послаблена, у дитини зменшується також здатність швидко відновлювати фізичні й духовні сили перед неврозами, у разі негативних порівнянь з однолітками. Низька самоповага обмежується вже досягнутим, добре знайомим, і це перекриває людині шлях до творчого злету. Чим вищий рівень самоповаги, тим краще людина розв'язує проблеми навчання і особистого життя, а її зростаюче честолюбство ніби ілюструє її надії на достойне проходження через усі випробування в житті, можливості без страху відчуття їх на життєвому шляху і емоційно, і інтелектуально, і творчо.

Однак у процесі навчальної діяльності вчителю добре відомі моменти протидії з боку учнів, причиною яких може бути конкретна стратегія вчителя, котрий не враховує бажання учнів мати емоційне благополуччя в контакті з ним. Спільна діяльність учителя з класом ніби негласно диктує спектр дій схвалення

дітьми і спектр дій незадоволення (“табу”). Результати нашого дослідження показують, що протидії з боку учнів нерідко провокуються дорослими: батьками, вчителями. Основними причинами їх є: необ’єктивна оцінка навчальної роботи і поведінки учнів; необгрунтовані підозри учнів у недобрих намірах і навмисних вчинках; приниження гідності школярів; погроза учням як ультиматум взаємин; скарги на учня референтній групі; ігнорування думки школярів при вирішенні загальних проблем класного колективу; зміна вимог до них в однакових ситуаціях; фізичний вплив на учнів тощо.

За наявності таких причин у класі неминучі зіткнення позицій учнів і вчителя, наслідками яких є емоційне неблагополуччя, конфліктні ситуації тощо. Тому турбота вчителя про позитивний психологічний клімат в учнівському колективі має тісно пов’язуватися з емоційним комфортом школярів, який без розумових радощів на уроці і позитивних емоцій у спілкуванні неможливий [6].

На офіційному рівні потрібне оперативне проведення конкретних заходів: регулярного хронометрування навчального навантаження з 1 по 11 клас; проведення аналізу, організації дозвілля в позаурочний час, аналізу уроків щодо емоційної їх забезпеченості; розробка для студентів педагогічних вузів спецкурсу з емоційної забезпеченості навчального процесу, спецкурсу з підвищення рухової активності дітей; проведення заходів щодо збереження психічного здоров’я дітей в умовах навчання та організації дозвілля у школі та за місцем проживання.

РЕЗЮМЕ

Раскрыты психологические причины эмоционального неблагополучия как стрессофактора личности в учебной деятельности. Анализ этих причин позволил предложить рекомендации для снижения эмоциональных перегрузок на занятиях, разработать соответствующие стратегии организации занятий и предложить эталон поведения учителя и преподавателя в совместной учебной деятельности; определить психологические условия формирования эмоционально-положительной атмосферы общения, способствующей становлению положительной мотивации в эмоциональном отношении к учителю учащихся и студентов.

SUMMARY

Psychological reasons of emotional trouble as a stress factor in educational activity are shown. Analyses of the reasons allows to present recommendations for lowering of emotional pressing during lessons and to work out corresponding strategies of lessons organization as well as to offer a model of the constructive interaction of a pupil and a teacher during an educational activity. Psychological conditions of positive emotional atmosphere of communication formation that helps to form positive motivation in the emotional attitude of student toward a teacher are defined.

Література

1. *Жутикова Н. В.* Учителю о практике психологической помощи. — Москва, 1988.
2. *Семиченко В. А.* Психология общения. — К., 1998.
3. *Полякова А. С.* Роль эмоционального комфорта в успешном взаимодействии учителя с классом // Эмоциональная регуляция учебной и трудовой деятельности. — Москва; Одесса, 1986.
4. Теория и практика образовательных процессов в профессиональной школе. — СПб, 1999.
5. *Шибутани Т.* Социальная психология / Пер. с англ. В.Б.Ольшанского. — Ростов н/Д.: Феникс, 1998.
6. Эмоциональная регуляция учебной и трудовой деятельности. — Москва; Одесса, 1986.

© **Зубалій Н.П., Полякова Г.С.**

*Г.О. Хомич, Переяслав-Хмельницький педагогічний
інститут ім. Г.С.Сковороди*

ВПЛИВ ДОВГОТРИВАЛОЇ ГОСПІТАЛІЗАЦІЇ НА ПРОЯВИ АГРЕСИВНОСТІ ОНКОХВОРИХ ДІТЕЙ

У наш час дедалі актуальнішою стає проблема надання психологічної допомоги тяжкохворим дітям, які змушені тривалий час перебувати в умовах госпіталізації. На хвору дитину впливають такі фактори, як власна хвороба, специфічні умови закритого лікувального закладу, недостатність спілкування з ровесниками, депривація значущих емоційних контактів з

рідними, особливе ставлення до неї як до хворого, постійний стресовий стан та фрустраційні переживання. В умовах онкостационару обмежуються можливості отримати необхідну кількість інформації, накопичувати різнобічні знання, засвоювати складні форми поведінки. Отримуючи важкі хімічні препарати, онкохворі діти вимушені перебувати в стані часткової нерухомості дні й тижні.

Обмеження можливості задовольняти деякі важливі життєві потреби протягом тривалого часу часто призводить до складних наслідків і насамперед до стану *психічної депривації*. Симптоматика останньої може охоплювати весь спектр можливих порушень — від легких негативних емоційних проявів, що не виходять за межі нормально поведінки, до грубих уражень розвитку особистості. Найчастіше розвивається складний комплекс негативних наслідків, котрий часто накладається на прояв вікових криз та опосередковується особливостями дозрівання нервової системи.

Однією з форм негативної поведінки дітей, що перебувають під впливом деприваційної ситуації, може виступати агресивність, яка часто супроводжується або є наслідком страху, тривожності, депресії.

Дитяча агресивність — це природна реакція дитини на перепони, що заважають їй реалізувати “принцип задоволення”. В подальшому розвиток дитячої агресії залежить від ставлення батьків до демонстрованої поведінки та реакцій референтної групи, до якої можуть входити і дорослі, і ровесники дитини. В умовах стаціонарного лікування коло значущих людей значно звужене, що обмежує і депривує задоволення потреби у спілкуванні та ускладнює процеси соціалізації особистості.

Важкі захворювання зумовлюють в організмі низку патологічних процесів (інтоксикація, алергія, ендокринні зрушення), котрі, в свою чергу, негативно впливають на психічний розвиток дитини. Особливо вразливою є емоційна сфера, яка відразу “кидається на захист” цілісності й природного саморозвитку. На дитину очікують численні діагностичні й лікувальні процедури, різка зміна режиму та життєдіяльності, коли не лишається місця рішенням щодо використання власного часу. Все це поєднується з повсякденним спостереженням людських страждань, неприхованої тривоги батьків.

Через обмежені можливості отримувати необхідну інформацію та накопичувати системні знання ускладнюється процес засвоєння дитиною форм адекватної поведінки, що призводить до переживання нею справжньої життєвої кризи. Ці переживання залежать від поведінки батьків та медперсоналу, їхньої здатності своєчасно і правильно оцінити ситуацію, стан дитини, від уміння сформулювати мотивацію, спрямовану на досягнення позитивного результату.

Життєва криза онкохворої дитини характеризується інстинктивними реакціями на біль і неприсні відчуття, тривогою, страхом перед невідомими негативними переживаннями, розлукою з близькими, неготовністю до значного обмеження свободи вибору дій, поведінки, партнерів по спілкуванню. Спостерігається особливе ставлення до своєї зовнішності, “дорослішають” соціальні емоції. При відсутності своєчасної психологічної допомоги хвора дитина поступово втрачає здатність адекватно оцінювати реальну небезпеку, стає підозріливою, капризує, вимагає постійної концентрації уваги на ній батьків, негативно реагує на будь-які перешкоди, дедалі яскравіше виявляє акцентуйовані риси характеру. Все це розвивається на фоні астеничних розладів, фізіологічної депресії, пригнічення важливих життєвих функцій та побічних негативних наслідків хіміотерапії (облисіння, підвищення температури, порушення функцій травлення, загальна інтоксикація тощо).

Хвороба дитини призводить до значних змін в економічній та соціально-психологічній ситуації в сім'ї. Батьки спрямовують усі матеріальні та психічні ресурси на врятування життя дитини. На тривалий час відкидаються на майбутнє тривоги про її освіту, вихованість, формування морального та естетичного обліку. Ігноруються природні здібності, обдарування, все частіше виявляється гіперопікування. Хвора дитина поступово звикає до свого особливого становища в сім'ї, яке характеризується вседозволеністю, необмеженими правами на час і увагу рідних, а проблеми інших дітей в сім'ї часто залишаються непоміченими. За таких умов швидко виявляються всі попередні вади виховання, розвивається егоїзм, формується егоцентризм.

Нерідко батьки відчувають провини перед тяжкохворими дітьми, дорікаючи собі за неуважність, недовготривалість спілкування з ними, нетерплячість. Це не залишається поза увагою дитини: провокує вибухи

гніву, необґрунтованих дорікань, агресивних нападів. Цьому можуть сприяти переживання фрустрації через неможливість займатись улюбленими справами, тривалою руховою та сенсорною депривацією.

Існує безсумнівний зв'язок між переживанням хвороби та віковим розвитком дитини. Так, дошкільники легше адаптуються до умов госпіталізації, швидко звикають до нових дорослих, виявляють щирий інтерес до процедур, інструментів, наслідуючи дії лікарів, полегшуючи ситуацію через програвання ролей. Агресивні прояви дітей дошкільного віку мають здебільшого ситуативний характер і коригуються правильною та своєчасною організацією тих чи інших видів ігрової діяльності. Проте молодші школярі більш гостро переживають складні умови стаціонарного лікування. Частіше зустрічається дистимічний тип реагування (вередування, знижений тонус, поганий настрій). Якщо дорослі намагаються не помічати таких змін, то дитина починає проявляти дратівливість, агресію.

Працюючи з хворими дітьми у стаціонарному відділенні дитячої онкології, ми провели діагностику агресивності молодших школярів, спостерігаючи за їхньою поведінкою на початку лікування та під час променевої і хімічної терапії, проводячи бесіди з батьками, медперсоналом, самими хворими. При цьому ми розглядали агресію як один з поширених способів вирішення проблем у складних і особливо важких фруструючих ситуаціях, що викликають психічну напругу.

Бесіди з батьками дали підстави для висновку, що для всіх хворих дітей тією чи іншою мірою притаманні прояви агресивності, яка поступово посилюється і стає більш вираженою. Батьки схильні вважати основними факторами провокування агресивних реакцій препарати хіміотерапії, які не лише викликають патологічні зміни внутрішніх органів, але й згубно діють на нервову систему та психічні функції. Тобто агресивність у поведінці дітей, на думку батьків, є похідною, вторинною щодо органічних змін. Погоджуючись з цією думкою, лікарі наголошують також на значенні попереднього соціального досвіду дитини, її звичного стилю спілкування, статусу в сім'ї, здатності до адаптації в складній атмосфері онкостаціонару.

Спостереження за реакціями дітей на незвичну соціальну ситуацію показали важливість попередньої психологічної настанови, яка б полегшила процеси первинної адаптації, дала змогу

узгодити дії батьків, медперсоналу та працівників соціальних служб. У разі повної несформованості соціально-психологічної готовності сім'ї у хворої дитини швидко розвиваються ворожість, страх, інколи невротичні зриви як захист на фруструючу ситуацію. Це виявляється у формі крику, тривалого плачу, негативізму та відмови вступати в контакт з працівниками лікарні. Саме останні часто стають сильним психогенним фактором.

У ході дослідження ми використовували опитувальник Басса-Дарки, що користується популярністю в зарубіжній діагностиці агресії. Дослідження було спрямоване на виявлення відомих форм агресивних та ворожих реакцій: фізичної агресії, непрямой агресії, схильності до роздратування, негативізму, образи, підозріливості, недовірливості, вербальної агресії та почуття провини. Нас цікавили також загальний індекс агресивності (ІА), рівень сформованості “агресивності” мотивації та індекс ворожості (ІВ). Дослідження агресивності молодших школярів підтвердили наші припущення про наявний у них високий рівень неусвідомленої образи і водночас почуття провини (65%), тоді як у здорових дітей цього віку він становить лише 17 — 22% (найнижчий з усіх досліджуваних показників агресивності). Хоча фізична агресія у дітей цього віку виражена однаковою мірою (30%), проте вербальна непряма агресія та схильність до роздратування в онкохворих дітей значно вищі (відповідно 57 — 64% проти 35 — 41%). Хворі діти демонструють високий рівень негативізму (56% проти 30% у здорових) та підозріливість (47% проти 24%). Останні форми ворожості із збільшенням терміну перебування в лікарні посилюються.

Часті прояви афективних реакцій послаблюють імунітет, а отже, погіршують фізичний стан дитини, знижують її природний захист, провокуючи ускладнення. Виникає потреба перервати необхідне лікування, котре вимушено продовжує період перебування дитини в умовах госпіталізації та підвищує фактор ризику. Усвідомлюючи це, лікарі й батьки починають обговорювати можливі варіанти наслідків цього, що часто не залишається поза увагою дітей (батьки не вміють приховувати стану тривоги, лікарі частіше проводять обстеження, молодший медперсонал виявляє особливу турботу тощо). До того ж зниження фізичних показників (інтоксикація організму, лейкоцитопенія) примушує ізолювати дитину, а це ще більше провокує її фрустрованість. У таких

випадках особливе значення мають сформованість у хворої дитини позитивної мотивації, спрямованість на бажане і цікаве майбутнє. Однак дані наших досліджень свідчать якраз про високі показники “агресивної” мотивації (56%), які корелюють з високим індексом агресивності та ворожості (59 — 65%). Діти починають справляти враження незахищених, слабких істот, приречених на біль, обман, а інколи і на ворожість з боку дорослих, які втрачають віру, терпіння, втомлюються від одноманіття та постійної напруги.

Для того, щоб забезпечити вищу надійність результатів дослідження, ми провели додаткове обстеження дітей за проєктивними методиками (“Малюнок неіснуючої тварини”, “Дім-дереволюдина”, “Тест руки”). Отримані дані дали змогу виявити взаємозв’язок між особистісними якостями дітей, які становлять соціально-психологічні характеристики (між конфліктністю та ворожістю у ставленні до інших; між рефлексивністю і глибиною почуттів та депресивністю і незахищеністю). Депривовані діти мали високий рівень тривожності, у них спостерігалися напруженість, збудливість, знову виявилася вербальна агресія (під час коментування малюнків). Діти не приховували невпевненості, незадоволення своїм становищем.

Цікаві дані отримано в результаті аналізу малюнків неіснуючої тварини. Так, великі розміри зображеної істоти свідчать про деякий егоцентризм, посилення афективного стану. Положення “анфас”, яке часто вибирають досліджувані, виражає прямоту, безкомпромісність, що сформувались як реакція на глибоке і тривале почуття незахищеності. Діти не можуть приховати невпевненості, тривожності, ознак депресії. Наявність великої кількості голок на всьому тілі намальованої тварини свідчить про потребу захисту від оточуючих, котрі реально мають накласти заборону чи обмеження. Майже всі діти продемонстрували в малюнках агресію (відкритий рот з зубами) та сумніви (опущений донизу хвіст). Викликає насторогу, що частина дітей обмежували малюнок рамкою, що можна інтерпретувати як намагання відгородитись від оточуючих. При цьому характерними є деяка нерішучість і спонтанність, імпульсивність прийнятих рішень (відсутність ніг у тварин). Очевидно, це пов’язано із сумнівними наслідками відмови виконувати вказівки дорослих.

Для дітей з високою самооцінкою болючим є реальний статус у суспільстві, виявляється стійка готовність до певних дій, спостерігається налаштування на реалізацію установок та намірів, яку в поєднанні з достатньо високою агресивністю може викликати справжнє занепокоєння. Слабкі павутиноподібні лінії на малюнках свідчать про прогресуючу астенію, зниження загального енергетичного тону. Зображення великих вух, без сумніву, підкреслює високу зацікавленість в інформації та значущості думки оточуючих. (З цього приводу варто звернути увагу на поширення та розголошення важливої інформації про перебіг хвороби та модальність емоційних переживань, які супроводжують цю інформацію).

Серед хворих дітей молодшого шкільного віку є здатні глибоко рефлексувати все, що відбувається (голова, спрямована ліворуч, означає тенденцію до роздумів). Одночасно спостерігаються страх і нерішучість, побоювання активних дій, як і в більшості досліджуваних. Невеликі за розмірами зображення можуть означати готовність до регресивної поведінки, бажання уникнути нових хвилювань, а густе “штрихування” в середині контура фігури — “захист від оточуючих”.

Аналіз результатів “Тесту руки” показав схильність онкохворих дітей до агресивної поведінки. Можна констатувати факт значного зниження адаптаційних резервів і водночас схильність до прояву агресії у відкритій поведінці. Більшість дітей виявляють справжню стурбованість власним здоров’ям і частково — відсутністю широкого інтересу до людей, які перебувають поруч. Простежуються типове відчуження, відгородження від “інших”, хоча яскраво виявляється очікування зовнішньої допомоги. Схильність до іпохондрії можна пояснити стурбованістю дітей своїм фізичним станом і зовнішнім непривабливим виглядом (облисіння, виснаженість), неприємними, часто болючими сенсорними переживаннями. Агресивність окремих дітей корелює з істероїдними рисами особистості та загостреним бажанням бути постійно в центрі уваги дорослих.

Отже, результати застосування проєктивних методик свідчать, що в дітей молодшого шкільного віку, які перебувають під впливом тривалої деприваційної ситуації, простежуються: високий рівень тривожності, незадоволення існуючим соціальним

статусом, прагнення до усамітнення, схильність до вербальної відкритої агресії, зниження самоконтролю та саморегуляції.

У ситуації посилення впливу деприваційних факторів та поглиблення загальної життєвої кризи (негативні зміни можуть відбуватися на всіх рівнях мікросередовища) особливо важливе значення має робота соціальних працівників і психологів, які працюють в лікувальному закладі та мають спеціальну підготовку. Їхнє завдання полягає в запобіганні згубному впливу стресових факторів; діагностиці та корекції негативних наслідків дії психогенних факторів, включаючи власне хворобу, сенсорну та соціальну депривацію; профілактиці нейротичних зрушень та акцентуацій.

У психологічній допомозі хворим дітям в умовах онкостанціонару виділено певні напрямки роботи — діагностико-корекційна, консультативна, профілактична, реабілітаційна. Вона має стосуватись як хворих, так і їхніх родин, а також медичного та обслуговуючого персоналу. Саме тому велике значення надається просвітницькій роботі. Дорослі повинні не тільки знати всі важливі симптоми небезпечної хвороби та напрями її лікування, а й розуміти психіку дитини, орієнтуватись у нормативах розвитку психічних функцій, перебігу сензитивних періодів і криз. Тільки тоді з'явиться можливість об'єднати всі зусилля для успішного подолання недуги. Варто пам'ятати про продовження та посилення інтегрованого впливу на дитину і після її виходу з лікарні.

Складність реабілітаційного періоду полягає в розробленні доцільної програми систематичного медико-психологічного обстеження, створенні сприятливих умов для включення дитини у звичний режим життя, адаптації до навчання в школі. Особливого значення набуває і поступове розширення соціальних контактів, яке має передбачити можливі зміни в референтній групі, близькому соціальному оточенні.

Важливе значення має також перебування дітей поза станціонаром у звичному оточенні — в колі сім'ї, рідних. Найкраще влаштовувати для них нетривалі подорожі, відпочинок на природі. Діти із задоволенням відвідують зоопарки, фітоцентри, ігрові майданчики. Однак варто деякий час уникати зустрічей їх із знайомими, особливо з тими, з ким разом дитина перебувала в лікарні, оскільки це може викликати болючі спогади, спровокувати депресивні переживання. У процесі поступового повернення

хворого до звичного життя необхідно узгоджувати впливи дорослих, об'єктивізувати своє ставлення до дітей, формуючи адекватний статус кожного члена сім'ї, сприяючи встановленню довірливих стосунків, допомагаючи хворому відновити втрачену енергію, віру в себе, в повноцінне існування, в щасливе майбутнє.

РЕЗЮМЕ

Раскрыты некоторые аспекты проблемы влияния длительной госпитализации тяжело больных детей на их социально-психическое развитие. Представлены результаты диагностического исследования агрессивного поведения детей с онкологическими заболеваниями. Проанализированы причины депрессивных переживаний детей и их родителей, а именно: неготовность к тяжелому жизненному кризису, к созданию новых положительных перспектив и отношений; несогласованность влияний членов семьи и медработников; разрушающее действие лекарственных препаратов. Обоснована необходимость специально организованной психологической помощи детям и их семьям как в условиях онкостационара, так и в реабилитационный период.

SUMMARY

The article focuses on some aspects of the long-term hospitalization of seriously ill children impact on their socio-psychological development. Results of diagnostic investigation of an aggressive behavior of children that have oncological disease are presented. Reasons of depressive experience of children and their parents such as being not prepared for the difficult life crisis and for creation of new positive perspectives and relations, lack of coordination of members' of families and doctors' influences, and deteriorating impact of medicines have been analyzed. The necessity of special psychological aid for children and their families in the conditions of a hospital as well as in the rehabilitation period has been substantiated.

© Хомич Г.О.

ФРУСТРОВАНІСТЬ МОЛОДШОГО ШКОЛЯРА В УМОВАХ СОЦІАЛЬНОЇ ДЕПРИВАЦІЇ

Важко однозначно назвати справжню причину дитячої самотності, яка передбачає і неминучість образ, смутку, переживання несправедливості. Діти, які, за збігом сумних обставин, змушені виховуватись поза сім'єю, зазнають глибоких психічних травм, котрі уражують глибинні пласти емоційної сфери, загострюють акцентуйовані риси характеру, гальмують розвиток здібностей.

Серед особливостей психічного розвитку дітей, які з тих чи інших причин виховуються в закладах інтернатного типу, В.С.Мухіна виділяє насамперед невміння спілкуватися, оскільки діти не засвоюють навиків продуктивного спілкування. На думку дослідниці, їхні контакти характеризуються поверховістю, нервовістю. Діти, пише вона, одночасно домагаються уваги і відштовхують її, переходячи до агресії або пасивного відчуження. Потребуючи любові і поваги, вони не вміють поводитись таким чином, щоб з ними спілкувалися відповідно до цієї потреби [1]. Неадекватно сформований досвід спілкування, у свою чергу, штовхає на хибний шлях — дитина починає займати негативну позицію у ставленні до інших. При цьому з'являється феномен “Ми”, за яким світ очима дитини дитячого будинку чи школи інтернатного типу поділяється на “своїх” і “чужих”, культивуються відповідне ставлення і оцінні стосунки.

Використовуючи у власних цілях “чужих”, вихованці школи-інтернату нерідко виявляють нестриманість, агресивність. Подібні явища можливі і в групі ровесників, що можна пояснити взаємодією багатьох факторів, зокрема, “недорозвиненою і деформованою” потребою в любові та визнанні, яка може сформуватись в умовах повноцінного сімейного виховання, щоденної взаємної турботи дорослих і дітей. Вимушене перебування в оточенні великої кількості ровесників призводить до постійної напруги, вимагає використання енергетичних резервів для постійної адаптації в умовах, де часто ігноруються індивідуальні думка, позиція, вибір.

Нереалізована потреба у власному життєвому просторі штовхає дітей до пошуку підвальних приміщень, закинутих горищ. Все частіше на дорогах і вокзалах трапляються діти-злидарі, для яких не характерні внутрішнє зосередження, адекватність і повноцінність світосприймання. В їхніх очах спостерігається глибока байдужість до світу загалом і до власного Я зокрема. Вони звикають до відчуження і відокремлення, до особливого статусу “покинутих”, “зайвих”, однак порівняно з “інтернатськими” дітьми можуть усамітнюватися, здійснювати необдумані й імпульсивні вчинки, просто “розчинятись” у натовпі. Можливо, саме така перспектива часто вабить дітей з притулків та сирітських закладів, особливо в складні періоди переживання життєвих криз, пов’язаних з віковими чи соціальними змінами.

Багатий внутрішній, духовний світ людини, сформовані світоуявлення, як відомо, сприяють її толерантному і стійкому ставленню до депривуючої ситуації. Однак, враховуючи високу значущість рівня особистісної зрілості суб’єкта як фактора опору згубним впливам вимушеного соціального обмеження чи часткової ізоляції, можна передбачити, що чим молодшою потрапляє дитина в умови соціальної депривації, тим важчими і непередбачуваними будуть наслідки. Психічний розвиток таких дітей характеризується кризовістю, зниженням сензитивності, проявами акцентуації патологічних рис характеру, емоційною нестабільністю, несформованістю ціннісних орієнтацій.

Через несформованість адекватних поведінкових реакцій у дітей, котрі з раннього дитинства виховувались поза нормальною сім’єю, виникають неочікувані афективні реакції на несуттєві подразники. У ситуаціях, що вимагають значного емоційного навантаження, неготовність до внутрішнього зосередження призводить до переживання стресу, наслідки якого зумовлюють глибокі особистісні зміни. В таких випадках психологи відзначають низьку “фрустраційну толерантність”.

Стан фрустрації, як одна з форм психологічного стресу, передбачає руйнування життєвих планів, обман. Він є результатом впливу об’єктивно непереборних (або суб’єктивно сприйнятих такими) труднощів, що виникають на шляху досягнення мети. Розрізняють фрустратор-причину, фрустраційну ситуацію та фрустраційну реакцію [2]. Фрустрація супроводжується такими негативними емоціями, як гнів, роздратування, почуття провини.

Рівень її сформованості та прояву залежить від потужності психогенного фактора, функціонального стану людини, що переживає подібну ситуацію, а також від особливостей звичних емоційних реакцій. В основі фрустраційної толерантності лежать адекватна оцінка, зважена критична самооцінка, здатність до прогнозування.

Сформованість фрустраційних реакцій у молодших школярів, які тривалий час перебувають в умовах закритого закладу, залежить передусім від раннього соціального досвіду дітей та їх особистісної готовності до зіткнення з несприятливими факторами життя.

У нашому дослідженні ми передбачили, що для вихованців школи-інтернату характерні досить стандартизовані і обмежені реакції на фруструючі ситуації через знижену диференціацію та низький рівень соціалізації. В молодшому шкільному віці діти мають підвищену готовність до агресивних реакцій на фруструючі ситуації. При цьому у них виробляється інтегрований комплекс захисних реакцій, характерний для певного кола суб'єктів, соціально-психологічне становлення яких відбувається в умовах довготривалої депривації.

Скориставшись методикою С.Розенцвейга, ми зробили спробу виділити основні причини виникнення фруструючого стану у дітей молодшого шкільного віку, які тривалий час перебувають в умовах соціальної депривації. При цьому ми виходили з розуміння фрустрації як неможливості задоволення вже активованої потреби через якусь перешкоду або як психічного стану, що виникає внаслідок протидії факторів, котрі блокують задоволення потреби. Варто зауважити, що за цією методикою, як і за іншими проєктивними методиками, можна лише передбачити реальну поведінку дитини на основі її вербальних суджень. Однак саме механізм проєкції дає змогу уникнути гальмівної сили захисних функцій, що активізуються при застосуванні прямих оцінних методів. Була врахована також деяка соціальна обмеженість наших досліджуваних, а отже, непридатність частини стимульного матеріалу, який не викликає значущої емоційної реакції через нерелевантність досвіду суб'єкта.

Визначаючи форми емоційних та поведінкових реакцій досліджуваних на певні фрустратори, ми скористалися відомою у психології класифікацією [2]. За нашими даними, для вихованців закритих типів закладів найбільш характерні стенічні й астеничні

реакції, за допомогою яких негативна енергія спрямовується назовні або виявляється у спрощених, примітивних типах поведінки, відбуваються зниження активності, пошуки відходу чи уникнення небажаних контактів. Нам не вдалося виявити яскраві “толерантні” реакції, для яких характерна адекватність, критична оцінка ситуації, пошуки виходу з неї.

Усі форми емоційних реакцій зазвичай можна формувати, коригуючи та змінюючи їх за змістом і напрямком. При цьому варто пам’ятати про вже існуючі “стандартні” набори емоційних реакцій, які заважають становленню і закріпленню нових, більш складних і диференційованих. Очевидно, й реакції на фруструючу ситуацію можуть бути фіксованими, стереотипними.

Аналіз профілів показав, що в частини вихованців школи-інтернату домінують реакції, які містять ворожість, докори, звинувачення (екстрапунітивні реакції за типом самозахисту). Однак більшість вихованців, на відміну від своїх ровесників, що проживають у сім’ях, віддають перевагу імпульсивним реакціям за типом фіксації на перешкоді. Ці дані дещо відрізняються від отриманих в експериментальних дослідженнях фрустрованості підлітків. Останні більше свідчать про агресивні реакції дітей на перешкоди та звинувачення інших у невдачах, що свідчить про гостре переживання життєвої кризи, несформованість мотивації та збіднену самосвідомість.

Молодші школярі намагаються не конфліктувати з дорослими. Вони охоче використовують вербальні форми демонстрації миролюбності в конфліктних ситуаціях (“Я піду іншим разом”, “Я куплю собі іншу”, “Та ні, нічого, не вибачайтесь”). Хотілося б вірити в те, що це свідчить про розвинену емпатійність, однак наші спостереження цього не підтверджують. Скоріше навпаки, молодші школярі часто виявляють відчуженість, а коефіцієнти групової адаптації їх досить низькі.

Характерними ознаками процесу спілкування молодших школярів — вихованців школи-інтернату з однолітками є грубість, обман, образливість. Водночас вони виявляють доброзичливість, а то й запобігливість у ставленні до дорослих. Така різка диференціація в поведінці пояснюється тим, що діти бояться конкуренції своїх ровесників, які мають такий самий статус, як і вони. Завойовуючи любов і увагу дорослих, вони часто переходять межі порядності й толерантності, а найдрібніша перевага

інших дітей стає для них фруструючою і болісною, викликаючи заздрощі та образи. Недостатній досвід спілкування не може зорієнтувати дітей на адекватний вибір поведінки, не сприяє пошуку необхідних орієнтирів. Діти намагаються “вирвати” крихти тепла будь-яким способом. Саме тому, на нашу думку, відповіді дітей ґрунтувались не на власному досвіді чи інтуїтивних бажаннях, а були фіксованими, багато разів повторюваними вербальними виразами типу “пробачте, я більше не буду”, “я не хотіла”, “та нічого страшного” тощо. Думається, що ці відповіді неусвідомлені, проговорюються автоматично, тому потрібно опосередковано та обережно обговорювати ситуації, намагаючись зачепити власні дитячі орієнтири.

Серед причин фрустрації у молодших школярів школи-інтернату — втрата предметів та об’єктів, які раніше задовольняли якоюсь мірою їхні потреби. Досить поширеною причиною пригніченого стану, котрий може зумовити навіть агресивність та ворожість, є відсутність необхідних засобів для досягнення задоволення. Прикладом так званого “внутрішнього позбавлення” може слугувати ситуація, коли дитина прагне до дружніх взаємин із значущим “іншим”, однак відчуває свою непривабливість, яка заважає встановленню бажаних стосунків [3]. У таких випадках у пригоді стає толерантність, яка допомагає гідно виходити з неприємного стану, переносючи увагу на інші об’єкти, тобто компенсуючи втрати, очікуючи нових можливостей. Дорослі мають формувати у дітей готовність до такого роду втрат, сприяти розвитку емпатійних та альтруїстичних стосунків, які мають сприяти самовдосконаленню, самодостатності особистості.

Особистість із стійкими поведінковими реакціями, в основі яких лежать певні моральні норми, виходить із фруструючих ситуацій з меншими втратами. Саме тому дитина, яка виховується в закритому закладі, має відчувати себе повноцінною і значущою для соціального оточення, має не тільки “брати”, а й навчитись “віддавати”, бачити хороші результати своїх дій, отримувати за них адекватні подяку та винагороду. Соціальні зв’язки таких дітей повинні бути значно розширені, а їх включеність у корисні справи — добровільною й усвідомленою.

Завдяки продуманим педагогічним діям можуть значно послаблюватись негативні впливи вимушеної соціальної депривації на несформовану дитячу психіку, знижуватись тривожність і агресивність, а природні емоційність і відкритість — сприятимуть пошуку рівноваги та гармонії.

РЕЗЮМЕ

Проанализована актуальная проблема формирования детей, длительное время воспитывающихся в детских домах и интернатах. Рассмотрены сложные вопросы влияния депривационной ситуации на проявление фрустрационных переживаний. Выделены основные причины фрустраций в младшем школьном возрасте: несформированность психологической готовности воспитанников к возможным потерям, некритичность самооценки и оценки отношений, неумение адекватно реагировать на нестандартные коммуникации.

SUMMARY

The actual problem of the formation of children who are brought up in orphanages and charity schools for a long period of time is analyzed. Complicated questions of deprivation situation impact on the frustration experience demonstration are examined. Main reasons of the frustration in early school age have been singled out. They are lack of psychological readiness for possible losses, lack of criticism in their self-esteem and relation assessment, and inability to adequately react to non-standard communication.

Література

1. Мухина В.С. Психологическая помощь детям, воспитывающимся в учреждениях интернатного типа // Вопр. психологии.— 1989. — №10.
2. Левитов Н.Д. Фрустрация как один из видов психических состояний // Вопр. психологии. — 1967. — №13.
3. Прихожан А.М., Толстых Н.Н. Дети без семьи. — Москва: Педагогика, 1990.

© Скутська М.І.

ПСИХОЛОГІЧНІ УМОВИ ПОДОЛАННЯ КРИЗИ СТАНОВЛЕННЯ ТВОРЧОГО ЖИТТЄВОГО ЗАДУМУ У ПІДЛІТКІВ

Становлення *життєвого задуму* — це складний, багатогранний процес, у якому відображуються знання дитиною своїх можливостей, інтересів, бажань і прагнень, пережитий нею досвід, аналіз свого теперішнього і майбутнього, а також особливості стосунків і спілкування у найближчому соціальному оточенні, яким може бути будь-яка група (сім'я, двір, школа, гурток, секція тощо).

На мрії, фантазії, бажання, очікування підлітка, які втілюються у його життєвий задум, а потім перетворюються на життєву мету, впливають усвідомлення ним свого дорослішання, бачення себе зростаючою особистістю, котра має брати на себе відповідальність за життєві рішення, виявляти самостійність у вчинках, критично ставитись до регламентацій, вимог, будь-яких повідомлень людей, з якими вона стикається на своєму життєвому шляху.

Перспектива життєвого шляху розкриває факт усвідомлення підлітком себе такою особистістю, що рухається вперед, здатна виправляти помилки власного вибору, виходячи із аналізу минулих невдач та прогнозування майбутніх досягнень. Гармонійне поєднання минулого, теперішнього і майбутнього, як відомо, у психології є головною умовою і ознакою дорослішання — процесу поступового психосоціального зростання особистості.

Дорослішання завжди вказує на якісно новий рівень розвитку, не виключаючи при цьому елементів регресу, що допомагає зростаючій особистості адаптуватись у відносно нових умовах життя, продуктивно долати труднощі, різноманітні стресові ситуації, тяжкі життєві кризи.

Переживання кризи може бути пов'язане з порушенням певної гармонії між собою ідеальним і дійсним, між можливим і бажаним (чого хочеться досягти), між реальним та ілюзорним. Все це полишає свій відбиток на становленні життєвого задуму, зумовлюючи його *творчий*, піднесений, розвиваючий або хибний, підступно оманливий, *руйнівний* характер.

Активне, небезстороннє ставлення до себе і своєї життєвої практики дає змогу особистості значною мірою свідомо визначати сюжет і спрямованість життєвого шляху. Визначає людина свій життєвий шлях у процесі пізнання, спілкування та праці. Важливим є положення про те, що сьогоdnішній життєвий світ особистості залежить від усіх попередніх етапів свідопобудови і визначає ставлення людини до сьогоdnення і майбутнього [1; 2; 3; 4; 5].

У практичній роботі психологи часто стикаються з проблемами втрачання підлітками сенсу життя, руйнації всіх очікуваних і запрограмованих перспектив, внутрішньої дисгармонії, а також з проблемами незбігу уявлень про майбутнє і місце в ньому дітей та їхніх батьків, особистих непорозумінь, конфліктів на основі різних уявлень про життєві цінності та засоби їх реального втілення. У багатьох випадках це свідчить про певну незрілість життєвого задуму підлітків, неусвідомлення ними наслідків неправильного, хибного особистісного вибору, а також про дисгармонію міжособистісних стосунків між партнерами по спілкуванню.

Особистість розглядається у психології не відірвано від контексту її повсякденного життя, а включеною в нього. Тому життєвий задум, життєві плани молодої людини залежать від того, які ідеали й цінності панують у її найближчому (реальному й очікуваному, ідеальному, на її думку) оточенні.

Наслідками і проявами “нездорового” розвитку, дисгармонійної світопобудови є *помилковий особистісний вибір*, погане усвідомлення можливих альтернатив, уникання відповідальності за життєве рішення, схильність покладатися на везіння, щасливу вдачу і дієву підтримку впливових людей.

Непродуктивне розв’язання життєвих і вікових криз спотворює розвиток особистості, подій її життя. Страх перед чимось невідомим, незвичним, підсвідоме бажання зберегти себе і, в певному розумінні, свій внутрішній світ часто-густо утримують людину на стадії особистісної дисгармонії, що гальмує, ускладнює особистісний розвиток, утруднюючи соціальну адаптацію. А незадоволеність своєю світобудовою, невіра в себе, у можливість віднайти новий проект життєвого світу, власні реставраційні ресурси, відсутність стійкої мотивації, необхідної для енергетичного забезпечення якихось кардинальних змін у власному життєвому світі, визначають життєву некомпетентність особистості [5, с.128].

Можна сказати, що на етапі становлення життєвого задуму у молодій людині мають бути сформовані **мотивація саморозвитку**, здатність і прагнення глянути на себе збоку, “піднятися над собою”, визначити можливі варіанти саморозвитку і самовдосконалення, шляхи і способи гармонійної взаємодії із зовнішнім світом, з іншими людьми.

Процес гармонійної, компетентної свідопобудови, власного життя залежить не лише від правильного, а й від **вчасного вибору**. Саме вчасний вибір сприяє розвитку особистості, даючи змогу людині не тільки “вчитися на власних помилках”, а й успішно і продуктивно виправляти їх.

Життєвий задум не є постійною, незмінною і звичною величиною, а формується, змінюється, вдосконалюється в процесі самопізнання, самотворення, самоздійснення особистості, котра постійно розвивається і самовідроджується.

Життєвий задум, проект майбутнього може бути дисгармонійним, хибним, спотвореним, а може бути творчим, що характеризує особу, яка його здійснює, як справжнього творця, архітектора власної неповторної світобудови за нетлінними законами вищої моралі і духовності. Складність життєвого задуму підлітків деякою мірою може визначатися власними оцінками реальних утілень життєвих планів людей, що їх оточують, від здатності останніх передати свій життєвий досвід засобами комунікації, від уміння домогтися того, щоб глибоко прийняті самими дорослими і запропоновані ними дитині високі ціннісні орієнтири стали і її особистими.

На жаль, має місце ціла низка порушень **комунікативного процесу** [6], які заважають дитині конструктивно вирішувати життєві проблеми, свідомо складати плани на майбутнє і творчо здійснювати свій життєвий задум.

У психології описаний так званий **“парадоксальний”** характер побудови висловлювань людей, що спілкуються між собою. Прикладом такого парадоксу може бути висловлювання типу “Будь безпосереднім!”, коли неможливо примусово бути саме таким, або “Будь відповідальним і самостійним!” за умови повсякчасної опіки з боку батьків. Учитель на уроці може вимагати крайньої зосередженості учня на розв’язанні задачі і разом з тим відволікати його зайвими запитаннями та недоречними зауваженнями.

Подібні парадоксальні вимоги, команди тощо викликають у дітей відчуття тупика і найчастіше призводять до крайнощів (втеча з дому чи перетворення себе на добровільних домашніх полонених). З боку дорослих у таких випадках спостерігається жорсткий контроль чи взагалі уникнення будь-якої взаємодії з дитиною. Парадоксальні команди виявляються шкідливими тоді, коли учасники взаємодії мають нерівні статуси і між ними неприйнятне, навіть заборонене обговорення вимог, що ставляться до дитини.

Парадоксальні ситуації порушують психічну рівновагу підлітка, відчуття логіки у чужих вчинках та висловлюваннях, а також у створенні особистих життєвих планів, психологічної компетенції щодо власної долі, творчого життєвого задуму. До того ж неспроможність відрізнити рівні комунікації, відчуття безвиході з тупикової ситуації, нездатність розібратися в різних, часто протилежних, вимогах і настановах дорослих, дезорієнтованість у змісті, контексті та метафоричності багатьох висловлювань оточуючих можуть призвести до різних психічних захворювань у дітей та підлітків [6, с.40 – 49].

Принагідно зазначимо, що взаємини між людьми можуть бути двох типів — симетричні й доповнюючі.

Симетричні означають те, що поведінка обох сторін схожа: якщо один дає пораду, то другий робить так само, якщо один уникає відповідальності, то й інший не хоче приймати її на себе. Такий тип взаємин вважається деструктивним і зазвичай призводить до їх розриву.

Доповнююча (або додаткова) взаємодія характеризується тим, що люди доповнюють одне одного: один піклується, другий дозволяє опікуватись собою; один приймає рішення, інший погоджується з ним.

Додаткові взаємини є бажаними доти, поки не дійдуть крайнощів, поки не порушиться рівноправ'я у виборі способу взаємодії і зберігатиметься принцип саме доповненості (певної рівноваги), а не залежності, заміщованості, коли будь-хто із взаємодіючих бере на себе повну ініціативу, а інший залишається в абсолютному пасиві. Так, небезпечно ставити вимоги до підлітка як до маленького, коли він “сліпо” приймає цю роль, “зрощується” з нею, задовольняючись позицією опікуваної, безвільної, безвідповідальної дитини. Це, звичайно, виступає фактором затримки

психоемоційного, соціального розвитку особистості, яка не здатна до осмислення свого життєвого шляху, задуму свого майбутнього як творча істота, що постійно вдосконалюється.

Учені вважають найкращим поєднання симетричного й додаткового типів стосунків, коли людина не тільки, скажімо, вміє і готова надавати комусь допомогу, а й сама може просити її і сподіватися на неї, не тільки виконує роль “кволого” й безпомічного, а й вимагає активності від інших. Якщо учасник взаємодії бере відповідальність на себе в одній ситуації, то він може уникнути її в іншій, віддаючи ініціативу своєму партнерові.

Можна сказати, що такий **динамічний взаємообмін (поче-ргове делегування) ініціативою і відповідальністю** здатний поліпшити стосунки між суб'єктами спілкування, навчити підлітка брати на себе роль як дитини, так і дорослого, якісно сприяє процесу дорослішання, а отже, переосмисленню життєвих орієнтирів, удосконаленню власного життєвого задуму.

Різноманітні психологічні бар'єри між тими, хто спілкується, можуть пояснюватися незбігом “душевної організації” дорослого і підлітка, різністю (іншістю) їхніх ціннісних орієнтацій, життєвого досвіду, рівня культури, інтелекту тощо, життєвих програм. За умови такої “душевної прохолоди” важливо наголошувати на толерантності стосовно думки партнера по спілкуванню, підтримці слухності його висловлювань, підкреслюванні в його доказах чи фактах важливого, цікавого й цінного як для розв'язання загальних проблем, так і для формування особистого життєвого задуму.

Важливе значення має **розуміння** дитиною смислу і змісту, які закладаються дорослим у текст свого звертання, повідомлення. У психології відомо, що для будь-якої людини зміст, який намагаються до неї донести, має потенційну множинність смислів (П.Рікер, У.Еко). Тому інформація трансформується у свідомості індивіда, проходить через суб'єктивну сферу смислів, що досить часто призводить до вбачання у повідомленні того змісту, якого *немає* безпосередньо в тексті (А.У.Хараш, 1978).

Людина, яка сприймає текст як активний суб'єкт розуміння, комунікації, будує свій “зустрічний текст”, котрий може доповнювати основу вихідного повідомлення власним розумінням проблеми. Таке доповнення, привнесення свого смислу в текст залежить від знань, настанов, цінностей і ставлень людини, цілей і

мотивів її взаємодії з партнером по спілкуванню. Взаємодія і взаємодоповнення цих компонентів створюють певні “інтерпретаційні рамки”, накладання яких на вихідний текст і призводить до різних його тлумачень [7, с.292].

У такому разі інтерпретація здійснюється не на рівні слів, а на рівні значень і не сприяє істинному осмисленню тексту, взаємодії смислових позицій партнерів. З метою сприяння правильному розумінню, істинній інтерпретації людиною адресованого їй повідомлення слід домогтися встановлення “діалогічної взаємодії” між тими, хто спілкується, котра, в свою чергу, сприяє взаємодії смислових позицій, в яких відображені цілісні особистості у їх ставленні до оточуючої дійсності і до людей. Діалогічна взаємодія дає змогу не тільки розітнути глибинні пласти смислу, а й синтезувати новий смисл, що виникає в результаті такої взаємодії [7, с.296].

На формування смислових позицій і життєвих смислів у дитини значною мірою впливає ставлення дорослих до неї. Від дорослого вимагається відповідальне ставлення до оцінки, інтерпретацій, висновків щодо поведінки дитини, її окремих вчинків. Абсолютно неприпустиме на перший погляд безневинне, проте загрозливе для майбутнього становлення індивідуальності, її життєвих планів, “програмування” дій, реакцій, розвитку особистісних якостей дівчаток і хлопчиків.

Помічено, що негативне, презирливе ставлення до себе з боку дорослих дитина попри все намагається виправдати. “Як ти думаєш, чому в тебе такі погані оцінки з усіх предметів та з поведінки? Чому ти такий неохайний і самотній?” — запитує психолог у восьмикласника. “Тому, що мене всі вважають “важким”! Знаєте, є таке слово? Тому я і поводжусь саме так! А що ж ви думали?!” — з відтінком образи відповів хлопчик. Подібних прикладів можна навести безліч.

“...Дитину вважають “ледачою” — і вона намагається ухилитися від роботи, “злою” — і вона час від часу викидає злі витівки, “нездійною” — і вона не вникає в пояснення, “жвавою і пустотливою” — вона не пропустить нагоди, щоб утримати за собою ці епітети” [4, с.235], — така думка не поодинокі серед психологів, що безпосередньо працюють з дітьми.

Людина створює картину світу на основі певних понятійних моделей, за допомогою яких *усвідомлює, інтерпретує,*

пояснює собі реалії буття і відповідно **формує прогнози на майбутнє**. Так пояснюється логіка конструювання людиною свого внутрішнього світу [2, с.107].

Для формування образу майбутнього величезне значення має ставлення до сьогодення, до власних дій і вчинків “тут і тепер”, ті “крючки”, від яких залежатиме “хода” людини завтра. Згадаймо слова педагога Я.Корчака: *“Поважайте біжучу годину й сьогоднішній день! Як дитина зуміє жити завтра, якщо ми не дамо їй жити сьогодні свідомим, відповідальним життям?”* [4, с.144].

Дитині властиво пориватися у майбутнє, вірити у свою вдачу і навіть у власне безсмертя. І ні в якому разі не можна отруювати цю її віру. Має жити, передусім у сім’ї, відчуття світлої перспективи, не затьмарене страхом завтрашнього дня. Тільки в атмосфері позитивних емоцій може зародитись оптимістичне устремління дитини [8, с.132 – 135].

З-поміж факторів, які найбільше впливають на формування особистісного смислового всесвіту, є фізіологічний, психологічний, соціальний і культурний [9, с.87].

Важливо підкреслити, що одні й ті самі явища матимуть різний смисл у здорової людини і у хворого або інваліда. Ми виявимо несхожі смислові конструкти у юнака, який успішно навчається у школі, виграє на спортивних змаганнях і має широке коло друзів, та у психічно хворої молодой людини.

Відомо, до яких серйозних трансформацій особистості, а отже, і конструкцій її життєвої світобудови можуть призвести раптові хвороби, техногенні чи екологічні катастрофи, що тягнуть за собою фізичні страждання, психічні потрясіння, втрату життєвих орієнтирів і навіть сенсу власного буття.

Подолання кризи становлення життєвого задуму в різних категорій дітей є нагальною проблемою сучасності, вирішення якої має на меті формування психоемоційно і соціально зрілих особистостей, здатних свідомо, враховуючи всі реалії, із світлою, оптимістичною перспективою творити своє власне життя.

РЕЗЮМЕ

Рассмотрены психологические условия гармоничного миропостроения, обуславливающие творческий, развивающий характер жизненного замысла подрастающей личности. Показано, что последствиями и проявлениями “нездорового”, дисгармоничного мирозидания могут быть ошибочный и несвоевременный личностный выбор, неспособность наметить новую, прогрессивную стратегию жизненного пути, отсутствие мотивации саморазвития, личностного роста. Предложены продуктивные способы и условия взаимодействия между общающимися, способствующие конструированию подростками собственной картины мира.

SUMMARY

Psychological conditions of the harmonic world-building that makes possible creative character of life intention of a growing personality are discerned. It is show that results and display of disharmonic world-building can be a mistakable and non-timely personal choice, inability to choose new and progressive life strategy, lack of motivation for self-development and personal growth. Constructive ways and conditions of interaction of communication agents that help teenagers to construct their own vision of the world are proposed.

Література

1. *Анцыферова Л.И.* Личность в динамике: некоторые итоги исследования // Психол. журн. — 1992. — Т. 13. — N 5.
2. *Злобіна О.Г.* Пошук нових моделей життя // Життєві кризи особистості: Наук.-метод. посібник: У 2 ч. / Ред. рада: В.М.Доній, Г.М.Несен, Л.В.Сохань, І.Г.Єрмаков та ін. — К.: ІЗМН, 1998. — Ч. 1: Психологія життєвих криз особистості.
3. *Рубинштейн С.Л.* Основы общей психологии: В 2т. — Москва, 1989. — Т.2.
4. *Татенко В.А.* Психология в субъектном измерении: Монография. — К.: Вид. центр “Просвіта”, 1996.
5. *Титаренко Т.М.* Особистісний вибір життєвої некомпетентності / Гімназія на зламі століть: Практико-зорієнтований посібник; Ред рада: Д.І.Петренко та ін. — К., 1999.
6. *Черников А.В.* Интегративная модель системной семейной психотерапевтической диагностики // Темат. прил. к журн. “Семейная психология и семейная терапия”. — Москва, 1997.

7. *Чепелева Н.В.* Понимание и интерпретация письменного сообщения // Українська психологія: сучасний потенціал. Матеріали Четвертих Костюківських читань: У 3 т. — К.: Вид-во ДОК-К, 1996 — Т 3
8. Диалоги о воспитании: Кн. для родителей. — К. : Рад. школа., 1986.
9. *Бевзенко Л.Д.* Втрата смислоутворюючого виміру життя // Життєві кризи особистості: Наук.-метод. посібник: У 2 ч. / Ред. рада: В.М.Доній, Г.М.Несен, Л.В.Сохань, І.Г.Єрмаков та ін. — К.: ІЗМН, 1998. — Ч. 1: Психологія життєвих криз особистості.

© Гурлєва Т.С.

І.В.Мрачко, Інститут соціальної та політичної психології АПН України

ДЕЯКІ АСПЕКТИ СТРАТЕГІЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКА-ДЕВІАНТА В УМОВАХ ЖИТТЄВОЇ КРИЗИ

Доцільність та актуальність соціально-психологічного дослідження кризових ситуацій і станів у житті як окремої особистості, так і суспільства в цілому зумовлюються потребами сьогодення: глобальна соціально-економічна криза в суспільстві проектується на життя кожного громадянина, певним чином порушуючи, коригуючи та радикально змінюючи його життєві плани й особистісні орієнтації. Кризові ситуації зумовлюються різноманітними чинниками: соціально-економічними та екологічними проблемами, загальною нестабільністю життя, нездатністю окремих особистостей швидко адаптуватися до нових умов існування, неможливістю самореалізуватися, безробіттям, соціальним страхом та безпомічністю тощо. Прояви та наслідки життєвих криз спостерігаються у людей різного віку, але особливу увагу педагогів, соціологів, юристів і психологів привертає поведінка сучасного підлітка-девіанта в екстремальних умовах. Як свідчить парадокс соціального наслідування, кризові явища, які переживає суспільство, виявляються значно раніше саме в поведінці дітей та підлітків, ніж актуалізуються у вчинках та діях дорослих. Психологія життєвої кризи підлітків-девіантів схильна пояснювати це тим, що діти виявляють здатність відчувати через емоційні канали зміни в суспільних настроях, але їхнього власного соці-

льного досвіду не вистачає на те, щоб самостійно подолати кризову ситуацію та вижити в її умовах. Ця категорія підлітків потрапляє в більш жорсткі умови адаптації до сучасного буття, ніж попередні покоління їхніх ровесників. Спираючись на дані соціально-психологічних досліджень, ми можемо констатувати, що в сучасних підлітків спостерігається така альтернатива вибору соціалізації: або адаптуватися до життя в соціумі, виявляючи конформізм, або самореалізуватися саме через ненормативні прояви поведінки. Об'єктом нашого дослідження були підлітки, які характеризуються з боку батьків, вчителів, психологів як дезадаптовані та мають ненормативні прояви поведінки (девіації) у повсякденному житті. Але загалом їх об'єднує те, що всі вони так чи інакше пережили чи переживають ситуацію життєвої кризи. Саме тому вони потребують активних ресоціалізаційних впливів з боку соціально-психологічної служби. Про неспроможність багатьох підлітків адекватно реагувати й витримувати вплив життєвих криз свідчать їхні деструктивні прояви та негативні стратегії поведінки: схильність до вживання алкоголю та наркотиків, ранне і надмірне паління, втеча з дому, дезадаптація в родині, школі, стосунках з ровесниками, суїцидальні спроби та наміри. Все це загалом констатує наявність девіацій у поведінці, свідчить про значне падіння духовної культури молоді, посилення процесів її маргіналізації, що в результаті орієнтує суспільство на перспективу отримання загубленого покоління.

Розкриваючи сутність феномена життєвої кризи, ми звернулися до аналізу психологічної літератури з даної проблематики [1—10]. Російський психолог М.К.Тутушкіна, спираючись на концепцію переживань відомого дослідника Ф.Васильюка, визначає психологічну кризу як “неможливість здійснити цикл власного перевтілення, особистий життєвий задум”. Це закономірне явище, яке необхідне для особистісного зростання людини, пише вона. Але питання полягає в тому, як вийти з кризового стану належним чином, сильною і зрілою людиною [1, с.284 – 285].

Т.М.Титаренко також трактує розуміння життєвої кризи як рушійну силу особистісного зростання, звертаючи особливу увагу на загрозу різкого використання енергетичних ресурсів організму людини, що призводить до функціонування на межі адаптаційних можливостей, яке, в свою чергу, призводить до повної втрати особою суб'єктності. Людина перестає відчувати власну відповідальність за все, що з нею відбувається. Вона вже не

шукає конструктивних шляхів виходу з критичної ситуації і взагалі не бачить перспективи майбутнього [2, с.105].

Згідно з концепцією Ф.Є.Василюка, найпоширенішими в кризових ситуаціях є такі реактивні утворення, як фрустрація, конфлікт, криза та стрес, що загалом можуть викликати в людини не лише нервову напругу, а й прояви агресії та аутоагресії, зумовлювати стресогенні взаємини з оточуючими.

На думку Р.М.Грановської, кожна психологічна криза пов'язана з тим, що нові можливості, які з'являються в людини, виступають на противагу існуючому рівню вимог. Характеризуючи саме кризу підліткового віку, вона визначає її як надзвичайно складне явище та звертає увагу на певний парадокс, коли підліток ще на порозі дорослішання починає відчувати загрозу власному існуванню. Саме тоді визначається вибір шляхів подолання цієї тривоги: це або шлях реальних досягнень (конструктивний вибір), або втеча та замикання у світі власних фантазій (деструктивний вибір) [3, с.407 – 417].

Досліджуючи адаптацію особистості до критичних ситуацій, психолог В.В.Очеретяний визначив (1994), що у відповідь на вплив життєвих криз людина демонструє ситуаційні прояви поведінки, а саме: дезорганізацію, демобілізацію, песимізм. Для ситуаційних реакцій, які завжди емоційно забарвлені (гнів, образа, відчай), характерними є почуття безнадії, безпомічності, безвиході. Він звертає увагу на те, що особистість, яка перебуває в тенетах подібної ситуації, втрачає здатність передбачати хід подій і конструювати позитивне майбутнє, що призводить до небезпеки суїцидних спроб та дій як найбільш радикального вирішення проблем життєвої кризи.

Психотерапевт В.І.Гарбузов, розглядаючи проблему порушень та відхилень поведінки у підлітковому віці, зазначає, що девіантність може бути “наслідком впливу важких, небезпечних ситуацій, які характеризуються як психотравмуючі”. Вчений аналізує явище неврозу як психозахисне пристосування особистості до життя, коли невпевнена в собі людина, що перебуває у стані життєвої кризи, “несвідомо капітулює перед дійсністю, втікає від неї у футляр самозахисту або в “інвалідність”, заспокоюючи себе тим, що хвора або обережна... таким чином вона пристосовується до дійсності”. Тобто невроз виникає лише при наявності психічної травматизації, яка, в свою чергу, тісно пов'язана з провідним внутрішнім конфліктом підлітка [4, с.38 – 67].

Отже, в дезадаптованих підлітків, які переживають ситуацію життєвої кризи, виникають почуття непотрібності, безпомічності, особистісної малоцінності та малозначущості для оточуючих. Проблеми, пов'язані саме з цією кризою, здаються їм важковирішуваними, нездоланими, внаслідок чого може виникнути почуття безпорадності, неможливості радикального виходу з ситуації, зникнути почуття позитивної перспективи. Характерними ознаками такої ситуації можуть бути прояви у підлітка агресії, спрямованої на самого себе. Аутоагресія розглядається нами як прояв деструктивного усвідомлення кризової ситуації. Суїцидальні спроби та наміри девіантного підлітка, що перебуває у стані життєвої кризи, демонструють такий радикальний спосіб вирішення критичної ситуації, який характеризується зниженням його здатності передбачати та конструювати позитивне майбутнє. Аналізуючи це явище, ми дійшли висновку, що свідомість дезадаптованого підлітка з ненормативними проявами поведінки звужується до меж критичної ситуації: дитина фіксує власні емоційні переживання лише на психотравмуючій ситуації, перестає адекватно сприймати життя, що спонукає її до проявів деструктивності в повсякденній поведінці, регуляція якої максимально ускладнюється. Підліток-девіант намагається сконструювати “нове світосприймання”, характерними ознаками якого є підвищена гострота переживань, афективне звуження свідомості та загальна неадаптивність особистості до кризової ситуації як до ситуації “неможливості”. Ф.Василюк підкреслює, що це така ситуація, в якій суб'єкт стикається з неможливістю реалізації внутрішніх необхідних для життя мотивів, намірів, цінностей.

Ми дійшли висновку, що соціальні ситуації, які сприймаються та характеризуються підлітком як гостро негативні, є кризовими і потребують спеціальної внутрішньої роботи особистості, спрямованої на подолання стану “неможливості”, відновлення втраченого смислу життя. Кризові ситуації можна класифікувати за наслідками їх впливів на особистісний розвиток індивіда, тобто на позитивні й негативні. Позитивною за наслідками впливу можна вважати життєву кризу, з якої підліток самостійно або за допомогою дорослих знаходить вихід з перспективою на майбутнє. Негативною ми вважаємо життєву кризу, яка призводить до дезінтеграції особистості підлітка, порушує його міжособистісні зв'язки та взаємини, нищить і руйнує перспективу.

Отже, потрапляючи в ситуацію життєвої кризи, підліток опиняється перед проблемою вибору стратегії поведінки.

Проаналізувавши кризові ситуації та стани в житті підлітків з девіантними та делінквентними проявами поведінки, ми визначили, що для них існують два шляхи виходу з цієї ситуації: конструктивний і деструктивний. **Конструктивний** вихід з кризової ситуації характеризується зниженням емоційної напруги, послабленням інтенсивності негативних емоцій, пристосуванням до дійсності — прийняттям реальності, задоволенням потреб і домагань, накопиченням власного досвіду оволодіння та подолання критичної ситуації, здатністю вирішувати й долати “неможливе”, зробивши його потенційно можливим. Для **деструктивного** шляху вирішення проблеми характерні підвищена гострота переживань, невизначеність реального життя, загальна неадаптованість підлітка, афективне звуження його свідомості до меж критичної ситуації. Отже, сам процес пошуку шляхів виходу з кризи так впливає на міжособистісні взаємини та особистісний розвиток підлітка з ненормативними проявами поведінки, що вони зазнають як негативних, так і позитивних змін.

Враховуючи те, що кризові ситуації і стани можуть стати причиною неадаптованості особистості підлітків з ненормативними проявами поведінки, провокувати в них негативні психоемоційні реакції, ми визначили, що для цієї категорії дітей характерна неспроможність самотійно пережити та витримати випробування життєвою кризою, тому вони обов'язково потребують кваліфікованої психолого-педагогічної корекційної допомоги, основною метою якої має стати вироблення конструктивних стратегій виходу особистості із ситуації життєвої кризи. Головною метою ресоціалізаційних заходів та психокорекційної роботи з дезадаптованими підлітками-девіантами в умовах кризових ситуацій, на нашу думку, є повернення їм віри в життя, в самих себе, в оточуючих, в навколишній світ, а також формування у них світогляду соціально компетентних людей.

РЕЗЮМЕ

На основе исследования стратегии и тактики поведения людей в условиях жизненного кризиса проанализированы психологические и психотерапевтические подходы к изучаемой проблеме. Выявлены характерные стратегии поведения для дезадаптированного подростка с ненормативным поведением. Доказаны невозможность самостоятельного конструктивного выхода из кризиса данной категории детей и необходимость для них квали-

фицированной психолого-педагогической и психолого-коррекционной помощи, главной целью которой является формирование у подростков-девиантов социальной компетентности как черты характера.

SUMMARY

On the basis of investigation of behavioral strategy and tactics under the conditions of a life crisis the psychological and psychotherapeutic attitudes toward the problem are analyzed. Characteristic strategies of a non-adopted teenager with deviant behavior are revealed. Impossibility of the constructive overcoming of a crisis by such children without any support and necessity of the professional psychological and correction help that is aimed at the formation social competence as a characteristic feature are proved.

Література

1. Практическая психология / Под ред М.К. Тутушкиной — СПб.: Дидактика Плюс, 1998.
2. *Титаренко Т.М.* Нужна ли психологическая помощь личности в кризисных жизненных ситуациях // Журн. практ. психолога. — 1999. — №1.
3. *Грановская. Р.М.* Элементы практической психологии. — СПб.: Свет, 1997.
4. Гарбузов В.И. Практическая психотерапия, или как вернуть ребенку и подростку уверенность в себе, истинное достоинство и здоровье. — Спб, 1994.
5. *Донченко Е.А., Титаренко Т.М.* Личность: конфликт, гармония. — К.: Политиздат Украины, 1989.
6. Життєві кризи особистості / За ред. В.М.Донія та ін.. — К.: ІЗМН, 1998. — Ч. 1.
7. *Жутикова Н.В.* Учителю о практике психологической помощи. — Москва: Просвещение, 1988.
8. *Мрачко І.В.* Стрес як критична ситуація та його вплив на міжособистісні взаємини підлітків // Наука і освіта. — О., 2000. — С. 168 — 169.
9. Основи практичної психології / За ред. В.Г.Панка, Т.М.Титаренко — К.: Либідь, 1999. — С. 130 — 135.
10. Психологія життєвої кризи / Відп. ред. Т.М. Титаренко. — К.: Агропромвидав України, 1998.

© **Мрачко І.В.**

КРИЗОВІ СТАНИ: ПРОФІЛАКТИКА, КОНСУЛЬТАЦІЯ, ПСИХОТЕРАПІЯ, РЕАБІЛІТАЦІЯ

*Л.А.Лепіхова, Інститут соціальної
та політичної психології АПН України*

РОЛЬ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ У ВИБОРІ ШЛЯХІВ ПОДОЛАННЯ ЖИТТЄВИХ КРИЗ

Кризові життєві ситуації супроводжуються кризовими психічними станами і становлять певну частину життєдіяльності кожної людини, виконуючи подвійну роль в її особистісній долі. По-перше, тяжкі психічні переживання спричиняють суттєві негативні зміни в психофізіологічному стані людини у формі психологічного стресу, порушують життєві плани, вимагають перегляду системи звичних значень, смислів, цінностей аж до світогляду. По-друге, життєві кризи спонукають до активізації суб'єктного потенціалу в пошуках виходу з кризи, змушують особистість стати перед проблемою вибору нових стратегій і тактик життєздійснення.

Людина, що потрапила в життєву кризу, взагалі опиняється в стані психічної дезадаптації, коли звичне буття істотно порушене, навіть зламане і стає минулим, а в теперішньому часі або залишилися переживання безвиході, страждань та безпорадності, або, навпаки, пробуджується психічна сконцентрованість на пошуку шляхів виживання, побудови нових сценаріїв і проєктів життєтворчості. Тобто в кризі кожна людина неодмінно опиняється перед проблемою особистісного вибору, характер якого, його конструктивність визначаються тим, якою мірою людина готова до самостійної самоактуалізації та життєтворчості. Ця готовність зумовлюється, по-перше, індивідуальними психофізіологічними відмінностями, по-друге — набутих у процесі всебічної соціалізації досвідом аналізу життя та розвитком здібностей життєтворчості.

Психофізіологічними властивостями, що зумовлюють природні індивідуальні відміни в поведінці людини, є генотипові властивості нервової системи (сила, рухливість, лабільність, урівноваженість, динамічність) та похідні від них фенотипові риси темпераменту — активність, емоційність, тривожність, ригідність). Внаслідок комбінаторики різних властивостей в ієрархічній структурі особистості формуються симптомокомплекси інтегральної індивідуальності, які на поведінковому рівні визначають стресостійкість особистості, здатність до подолання життєвих криз та побудови нових сценаріїв буття.

У процесі онтогенезу та соціалізації людина набуває життєвого досвіду. Залежно від зазначених вище індивідуальних відмін, цей досвід може закріплюватись у формі пасивного спостереження того, що відбувається, проходження різних життєвих етапів за підтримки інших, за стереотипно засвоєним сценарієм, і тоді формується особистість з “вивченою безпомічністю” або життєвою некомпетентністю, неадаптивністю, обмеженими можливостями свободи виборів. Серед особистостей такого типу Т.М.Титаренко виділила три характерних типи: конформно-некомпетентна людина із зниженою самооцінкою та підвищеною залежністю від свого конформного середовища; нормативно, конвенціонально некомпетентна людина, життєвий світ якої структурується за рахунок інтенсивного засвоєння типових ролей із загальновідомими регламентуючими приписами й настановами “бути такими, як усі”; і людина з релятивним життєвим світом та соціальною настановою бути “зовсім не таким, як усі”. Індивіди з активною, відповідальною соціальною настановою щодо власної життєтворчості використовують досвід та наслідки для набуття навичок долаття труднощів, запобігання кризам і в процесі цього розвивають свою життєву та соціально-психологічну компетентність [1].

Поняття “життєва криза” за змістом багатоаспектне. На думку Т.М.Титаренко, кризою можна назвати такий збіг обставин на життєвому шляху людини, коли під загрозою опиняються її життєвий задум, проект майбутньої світобудови, коли руйнується старий життєвий світ, відбувається переосмислення звичних уявлень про цінності, ідеали, смисли, цілі. Людина опиняється перед запитаннями без однозначних відповідей [2].

У реальному житті більшість кризових ситуацій пов'язана з утрудненими, складними, суб'єктивно несприятливими обставинами порушеної взаємодії та взаємоставлень між учасниками подій, внаслідок чого виникають конфліктна ситуація, соціально-психологічний дискомфорт з деструктивним результатом діяльності.

Як з цього приводу зазначає Т.М.Титаренко, життєві кризи нібито пробуджують, активізують креативний потенціал людини, змушують її зупинитись у своєму повсякденні, замислитись над своїм минулим і майбутнім життям і шукати виходу із кризового стану. В цьому пошуку виявляються сутнісні характеристики кожної людини, оскільки стресові, кризові, критичні стани послаблюють вияв особистісних рис, як онтогенетично пізнішого надбання соціалізації, і активізують природний суб'єктний потенціал, який становить ядро суб'єкта психічної активності, внутрішню енергоінформаційну структуру, або внутрішній світ, самість, індивідуальність людини. Це положення є аксіомою диференційної психофізіології: людина в кризових, екстремальних станах є тим, ким вона є за своєю суттю, за здатністю до стресостійкості та опанування ситуацією. Різниця у внутрішніх суб'єктних потенціях людей визначає індивідуальні відміни переживання та подолання криз. Вихід з будь-якої життєвої кризи полягає в необхідності реконструкції власного життєвого світу в часі й просторі. Тобто для подальшого самоздійснення людині треба вирішити проблему вибору нових напрямів, стратегій і технік буття. Має відбутися **психологічний вибір**, котрий сам по собі є також складним, напруженим станом, що мобілізує психічні сили.

Це аналітико-синтетична когнітивна діяльність, насичена процесами антиципації, інтуїції, прогнозування, планування на фоні високого рівня емоційного напруження. Але ж для того, щоб цей процес відбувався, в індивіда має бути розвинена здатність до такої психічної активності.

Ми вважаємо, що одним з механізмів сприяння результативному розв'язанню будь-яких життєвих проблем, в тому числі й кризових, є **соціально-психологічна компетентність**.

В останні роки у психологічний тезаурус широко ввійшло поняття “компетентність” як соціальний запит суспільства, перебудова якого повинна відбуватися на засадах всебічної досконалості та обізнаності. Педагогічна спільнота звернулася до

поглибленого вивчення “життєвої компетентності” як шляху досягнення життєвого успіху. *Життєву компетентність* ми визначаємо як поєднання свідомо, цілеспрямовано набутих знань, адекватних і достатніх для розуміння закономірностей життєдіяльності певного суспільства і свого місця в ньому з власним життєвим досвідом та вмінням доречного його застосування. Життєва компетентність особистості — широке поняття, що включає компетентність у різних сферах людської діяльності: побутовій, навчальній, професійній. Неоднаковий розвиток цих форм компетентності у різних людей визначає їх індивідуальні відміни в ефективності життєвих виборів. У тій сфері життя, де людина набула компетентності (наприклад, професійної), вона більш захищена від кризових ситуацій, оскільки їй відкриті різні варіанти виправлення справ. Але ж в інших сферах життя кризи можуть виникати і тяжко переживатися через відсутність знань та досвіду їх опанування.

Соціально-психологічна компетентність є основою побудови успішної міжлюдської взаємодії та взаємоставлень у всіх сферах життя. Це універсальна здатність відчувати ситуації, людей, розуміти їх поведінку, вміння налагоджувати стосунки, а через них — порозуміння і справи. Це високоадаптивна пристосувальна поведінка, яка дає змогу безконфліктно, гнучко керувати обставинами для досягнення значущих результатів. Провідною, базовою психологічною властивістю соціально-психологічної компетентності є високий рівень соціальної перцепції та соціального інтелекту. Активізації цієї властивості, її розвитку сприяє соціальна настанова на включення в певну соціальну ситуацію та керування нею з метою досягнення бажаного результату. Формування соціальної настанови залежить від значення, якого особистість надає ефективності своєї взаємодії з певним соціальним середовищем (так званім ефективним середовищем).

Механізм соціально-психологічної компетентності можна подати як ряд психологічних актів, функціональних одиниць, кожна з яких починає активізуватися з моменту порушення рівноваги всередині організму і закінчується встановленням рівноваги. Джорж Мід запропонував розрізняти чотири фази психологічного акту функціональних одиниць: імпульс, перцепцію, маніпуляцію та консумацію (завершення, задоволення). Процес соціально-психологічної компетентності розгортається за цими фазами:

імпульсом є соціальна ситуація, що складається між її учасниками, і сама ця ситуація або характер взаємодії в ній, котрі є значущими для розв'язання певної проблеми; перцепція як складова соціального інтелекту є обов'язковою ланкою когнітивного аналізу “хто є хто”, “що відбувається тут і тепер”; маніпуляція — це механізм побудови ефективної взаємодії та позитивних взаємовідносин завдяки активізації загального й соціального інтелекту, емпатії, атрактивності; нарешті, фаза консумації організує всю соціальну ситуацію на конструктивне вирішення тієї проблеми, що спонукала до цього контакту. Складові соціально-психологічної компетентності є саме такими функціональними одиницями, що зумовлені соціально-психологічними властивостями особистості. Це “вторинні” властивості відносно “базових”, загальнопсихологічних властивостей і розвиваються в процесі онтогенезу в соціальному середовищі.

Конкретно соціально-психологічними властивостями соціально-психологічної компетентності є такі, що забезпечують розвиток і використання соціальних здібностей (соціальна перцепція, уява, антиципація, соціальний інтелект, емпатія); властивості, що впливають на взаємодію (конформність, довіра, спільні цінності); властивості, що пов'язані з соціальною поведінкою (соціальна адаптація, активність, відповідальність, схильність до допомоги, співробітництва); схильність до певного стилю дій та мислення (до авторитарного чи демократичного стилю, догматичне чи новаторське ставлення до проблеми) [3].

Оскільки соціально-психологічна компетентність є продуктом активізації психічного потенціалу у структурах як індивідуальності, так і особистості, то особливу роль відіграють сталі “базові” характеристики індивідуальності, які пов'язані з природними задатками і створюють основу для формування соціально-психологічних властивостей. Наприклад, рівень загальної психічної активності є похідним від розвитку соціальної активності і надає останній свої характеристики. Інтелект як природна властивість індивідуальності, за Р.Кетеллом, створює основу для розвитку соціального, так званого “флюїдного”, інтелекту особистості (як здатність орієнтуватися в новій ситуації).

Наведений перелік соціально-психологічних якостей вимальовує у кожній людині її своєрідний профіль особистості, який неодмінно буде зумовлювати індивідуальну неповторність

соціального світосприймання та відповідної поведінки. Кількісні та якісні переваги в розвитку тих чи інших властивостей названих підгруп можуть утруднювати або полегшувати становлення соціально-психологічної компетентності і визначати її специфічність. Наприклад, добре розвинений соціальний інтелект, доброзичливість та гнучкість пристосування до нового оточення сприяють становленню такої соціально-психологічної якості характеру людини, як дипломатичність, котра надалі виступає поведінковим механізмом досягнення життєвого успіху. Або розвинені емпатійність, комунікативність, схильність до того, щоб запропонувати іншим свої поради та допомогу, сприяють розвиткові соціально-психологічної компетентності у сфері міжособистісних стосунків і досягнення мети через прийняття на себе соціальної ролі “потрібної” людини, “душоприказника”.

Ми розглядаємо соціально-психологічну компетентність особистості, яка формується у процесі індивідуально-типового онтогенетичного розвитку емоційно-чуттєвих та когнітивних компонентів психіки як задатків і набуває подальшого розвитку в результаті навчання, за рахунок життєвого досвіду людини та її свідомого позитивного ставлення до цієї здібності як цінності з бажанням її вдосконалення.

Соціально-психологічна компетентність виступає механізмом, а не сутністю соціально-психологічної поведінки особистості. Це означає, що сформована і добре розвинена соціально-психологічна компетентність може ставати засобом досягнення як соціально схвальних, так і соціально негативних цілей, залежно від внутрішнього світу та моральної спрямованості особистості, значень та смислів її життєтворчості. Соціально-психологічна компетентність може бути когнітивно-чуттєвим механізмом конструктивного керування людьми та ситуаціями або, навпаки, маніпулювання людьми для досягнення власної мети.

Виникнення стресових або кризових ситуацій, коли стає неможливою подальша конструктивна взаємодія, а продовження спілкування на рівні соціально-психологічної некомпетентності поглиблює кризовий стан учасників конфлікту, ймовірно в усіх ланках міжлюдських комунікацій. Особистість з розвинутою соціально-психологічною компетентністю, навпаки, забарвлює взаємодією всіх рівнів емоційно привабливими тонами,

виробляє позитивний тип мислення і створює ефективне середовище, застраховане від психологічної деструктивності.

Оволодіння соціально-психологічною компетентністю звільняє людину від страху нового оточення, ніяковіття через невизначеність незнайомої обстановки, адже значно прискорюється процес соціальної перцепції, пізнання та прогнозування подій. Відбувається соціально-психологічна адаптація, спрацьовує поєднання життєвого досвіду, який спирається на “здоровий глузд”, з реальною, компетентною соціально-психологічною оцінкою, що робить можливим раціональне керування ситуацією.

Соціально-психологічна компетентність може виявлятися у формі індивідуальної поведінки особи, зорієнтованої на досягнення поставленої мети, або у формі гнучкої координації групової поведінки. Гнучка координація, за визначенням Т.Шибутані, — це той високий ступінь пристосування, який дає змогу опанувати особливості моменту та зміни в поточних ситуаціях. Отже, на нашу думку, гнучка координація є важливою властивістю соціально-психологічної компетентності, а саме, вона зумовлює динамічний аспект дипломатичності як провідної інтегральної характеристики здатності до конструктивної взаємодії та взаємовідносин [4].

Рівень розвитку соціально-психологічної компетентності може бути показником розрізнення стилів лідерства, які значною мірою зумовлюють якість соціально-психологічного клімату в організаціях. Так, зневага до розвитку соціально-психологічної компетентності формує лідера-“силовика” авторитарного, категоричного, такого, що не схильний до рефлексії власної поведінки, урахування психічних станів в діловому оточенні та їх соціальної регуляції на основі співробітництва, атракції та прийняття інших. Розвинена ж здатність до взаємодії на основі соціально-психологічної компетентності, навпаки, створює лідера-улюбленця, “зірку”, оскільки витоки його стилю керівництва — у знаходженні підходів до індивідуальних інтересів партнерів, прийняття їх особистостей та вмінні дотримуватись власної позиції “ідентифікації-відокремлення”. Така позиція робить можливим ідентифікування себе з оточуючими завдяки розвиненим властивостям соціальної перцепції, емпатійності та інтуїції і в той же час дотримуватись певної соціальної дистанції для збереження своєї індивідуальності як лідера та професіонала.

Важливою особливістю соціально-психологічної компетентності є те, що вона однаково позитивно впливає як на оточуючих, так і на саму особистість, її носія. Адже соціально-психологічна компетентність формує внутрішню соціальну настанову на успіх у досягненні мети і реально підкріплюється у справах особистості. Це, в свою чергу, сприяє підвищенню її самооцінки, зростанню соціальних домагань та впевненості в характері. Впевненість і успішність відкривають людині широкі горизонти життєвих виборів, підвищення соціальних статусів, плідного кар'єризму, і все це закріплює в соціально-психологічній структурі особистості риси переможця. Такий психологічний стан дає змогу протистояти кризам, депресіям, відчуттю безперспективності життя.

Природний склад певних специфічних властивостей особистості, як задатків, створює психологічні умови для життєвих виявів соціально-психологічної компетентності, але реально розвинути її вона може за умов усвідомлення нею необхідності досягнення високого рівня цієї здібності. Тоді вслід за постановкою мети розгортаються внутрішній суб'єктний механізм її досягнення і цілеспрямована поведінка, тобто починається спеціальна активна діяльність, спрямована на розвиток і вдосконалення необхідних соціально-психологічних якостей особистості.

Поєднання соціально-психологічних властивостей особистості із спеціальними знаннями про закони життєдіяльності суспільства, права і обов'язки людини і громадянина, психологію людської поведінки з конструктивним аналізом власного життєвого досвіду, розвитком у собі спостережливості і цікавості щодо особливостей людського оточення сприяють формуванню та вдосконаленню соціально-психологічної компетентності як спеціальної соціально-психологічної здібності.

Зокрема, для того, щоб навчитись пізнавати характер людей та специфіку ситуацій, що ними створюються, слід зробити для себе спеціальною діяльністю процес спостережливості за поведінкою знайомих і незнайомих людей, намагатись зрозуміти, хто ця людина, її характер, професію, думки, наміри. Чим більше буде допитливих спостережень, тим точнішими стають психологічні діагнози і підвищується рівень соціально-психологічної компетентності в аспекті пізнання людини людиною і керування кризовими ситуаціями. В ракурсі кризової психології соціально-психологічна компетентність є здатністю, що

забезпечує особистості можливість конструювати сприятливі сценарії життя, запобігати будь-яким конфліктам або знаходити швидкі й оптимальні виходи з проблемних ситуацій при найменших психофізіологічних витратах. Соціально-психологічна компетентність впливає на суб'єктивний смисловий простір людини, її уявлення про ситуацію, а настанови на впевненість і успішність проєктують способи подолання, опанування криз, згідно з власною логікою, значущістю та наявними можливостями.

РЕЗЮМЕ

Рассмотрена социально-психологическая компетентность как социальная способность личности, проявляющаяся в организации успешного и бесконфликтного взаимодействия и взаимоотношений на всех уровнях ролевого поведения личности, в обеспечении выбора стратегий жизнетворчества, стиля руководства и конструктивной самоорганизации в кризисных состояниях. Показано, что эта способность развивается на основе природных задатков, социально-психологических свойств личности, жизненного опыта социализации и специальных тренингов и формирует зрелую, уверенную в себе и успешную личность.

SUMMARY

Socio-psychological competence as a social ability of a person that is demonstrated in the organization of a successive and non-conflict interactions and interrelations on all the levels of the role behavior, in choosing life strategies, style of leadership and a constructive self-organization in the state of crisis is discerned. As it is shown in the article this ability develops on the basis of inherited abilities, social-psychological features of a person, life experience of a socialization and special trainings and forms self-confident and a successive personality.

Література

1. *Титаренко Т.М.* Особистісний вимір життєвої некомпетентності / Гімназія на зламі століть — К.: ВПЦ Літопис-XX, 1999.
2. *Титаренко Т.М.* Життєва криза очима психолога / Психологія життєвої кризи. — К., 1998.
3. Социальная психология личности / Под ред. М.И.Бобневой, В.В.Шороховой — Москва: Наука, 1979.
4. *Шибутани Т.* Социальная психология. — Москва: Прогресс, 1969.

© Лєпїхова Л.А.

КРИЗОВІ МОМЕНТИ ПРОФЕСІЙНОГО І ОСОБИСТІСНОГО ЗРОСТАННЯ ГЛИБИННОГО ПСИХОЛОГА

Сучасний етап розвитку психологічної науки в Україні характеризується зростанням інтересу до практичних сфер знання про людську психіку. І чільне місце серед них по праву належить психотерапії. Важко назвати напрям чи підхід серед сучасних форм “зцілення душі”, який не був би представлений у семіотичному просторі психологічної допомоги.

Мене особисто більше цікавлять напрями, що базуються на теоретичному підґрунті глибинної психології. Маючи певний досвід не тільки як терапевт-аналітик, а і як викладач і супервізор для молодих фахівців, хочу звернути увагу спеціалістів на досить цікавий феномен професійного саморозвитку особистості глибинного психолога-психотерапевта. За аналогією з відомим ефектом “згоряння” дам йому назву феномена “*дистанціювання*”.

Що становить його сутність? Щоб відповісти на це запитання, треба розглянути особливості особистісного зростання осіб, які інтенсивно вивчають глибинну психологію і водночас навчаються аналітичної роботи. Серед професійних умінь психотерапевта-психоаналітика чільне місце посідають довільно спрямована увага, інтерпретації та аналітичні реконструкції [1;2]. Для розвитку цих якостей психоаналітик-початківець дуже пильно стежить за дискурсом співбесідника, для того щоб своєчасно звернути увагу на моменти, які можуть стати об’єктом інтерпретації. Це стосується не тільки аналітичних ситуацій, суто психотерапевтичного діалогу, а й практично більшості (якщо не всіх) випадків міжособистісного спілкування. Іншого шляху для того, щоб сформувати психоаналітичні навички на рівні автоматизмів свідомості, просто немає.

Таким чином, у приватному спілкуванні професійний суб’єкт діяльності (аналітик-інтерпретатор) потроху замінює собою особистість. Самозване вторгнення у сферу приватного життя (privacy) відбувається почасти за згодою самих осіб, що спілкуються і розмовляють на інтимно-особистісному рівні,

почасти без будь-якої попередньої домовленості, самовільно і спонтанно. Комунікативна ситуація починає набувати рис аналітичного сеансу, що відбувається всупереч основним приписам психотерапії — відсутність запиту, робота з близькими друзями та родичами, неконтрольований трансфер тощо.

Звичайно, досвідчений психоаналітик вміє запобігати таким випадкам. А от недосвідчений, навпаки, досить часто сам несвідомо провокує їх, причому об'єктами такого “нетерапевтичного аналізу” стають найбільш вразливі моменти стосунків, гострі сімейні ситуації, проблемні зони особистісної структури тощо.

Якщо кількість складних ситуацій такого роду зростає, рано чи пізно психолог починає відчувати певну відособленість від звичного кола близьких стосунків. Друзі, приятелі та родичі не завжди можуть точно сформулювати свої претензії або комунікативні очікування, тому вони схильні обвинувачувати “невдалого аналітика” в холодності, байдужості, намаганні утвердити свою зверхність, некомпетентності і т.ін. Ці несправедливі закиди, у свою чергу, стають об'єктами більш прицільних реконструкцій та інтерпретацій, і коло замикається.

Високий рівень інтенсивності негативних переживань і почуттів, пов'язаних із зазначеними вище ситуаціями, сприймається як життєва психологічна криза. Її суб'єкт відчуває (далі я спираюсь на свідчення осіб, які переживали цей стан у власному житті), що міжособистісна відстань між ним і близькими людьми дедалі зростає. “Начебто я пішов далеко вперед, а друзі залишилися там, де й були раніше. Я не можу бути поруч з ними, бо це означає — стояти на місці. І покинути їх дуже важко, а йти далі шляхом особистісного зростання вони не збираються. Цій ситуації не зарадиш. Або йти вперед і залишитися самотнім, або відмовитися від аналітичної роботи”, — засвідчує один з членів навчальної психотерапевтичної групи. “Приходить подруга, розповідає про свої стосунки з чоловіком й просить поради, допомоги. Але насправді вона зовсім не хоче знати правду про те, на чому ґрунтуються їхні взаємини. Раніше я б з делікатності теж обминала незручні моменти. А тепер багато чого розумію в її проблемах, але повинна мовчати, інакше ми посваримося. Або сусідка розповідає про негідну поведінку сина, а я розумію, що вона просто не здатна “відпустити” його. Така собі класична едипова ситуація — і я мовчу або щось притакую. А вона починає здогадуватись про

деякі речі, соромитись і сердитись, а наприкінці звинувачує мене в бозна-чому. Пояснювати їй, що це проекція? Все одно починається таке реагування...”, — розповідає інша студентка.

Аналогічні ситуації виникають на службі (можна уявити собі “дуже середню школу”, в педагогічному колективі якої з’являється психоаналітик-початківець), у сімейному житті, в стосунках керівника та підлеглого і т.д. Глибинно-психологічні знання та уявлення не лише поступово ізолюють суб’єкта від звичного, буденного рівня рефлексії своєї поведінки і вчинків оточуючих (це властиво психологічному знанню взагалі), а вони до певної міри протиставляють Символічну та Уявну¹ форми самоконститування, загострюють протиріччя, з якими людина раніше справлялась за рахунок витіснення і дереклексії.

Зацікавившись цим феноменом, я почала систематично спостерігати пов’язані з ним аспекти особистісного і професійного зростання у найближчому психотерапевтичному оточенні. Як аналітик і супервізор, я також мала більш-менш обгрунтовані уявлення про особистісну смислову систему осіб, що були об’єктом спостереження, і могла співвіднести його результати з типом особистості (мається на увазі загальноновживана психоаналітична класифікація) [3;4;5].

У результаті емпіричного дослідження кризових моментів життя, зумовлених феноменом дистанціювання, можна запропонувати певну систему запобігання негативним наслідкам. Далі наведено опис кризових переживань, характерних для трьох типів особистості — шизоїдного, депресивного та істероїдного².

Психотерапевти **шизоїдного** типу переживають явище дистанціювання як досить комфортне. Властива для них особистісна організація зумовлює *мінімальну психологічну ціну, яку сплачує суб’єкт у стані відчуження від близького оточення*. Інтелектуальна рефлексія, характерна для шизоїдів, становить адекватний механізм опанування і запобігає негативним переживанням. Збільшення міжособистісної дистанції не виступає в ролі патологічного явища, а сприймається як закономірний поступовий розвиток професійного модусу особистості.

¹ Символічне і Уявне – в лаканівському трактуванні цих термінів.

² Тут і далі йдеться про психічно здорових, урівноважених, не невротичних осіб, а назви типів не мають негативної семантики, пов’язаної з психопатологією.

Психологічний дискомфорт у психотерапевтів-шизоїдів пов'язаний із ситуаціями, в яких їх реконструкції та інтерпретації відкидаються близьким оточенням як поверхові або неадекватні. У них можуть виникати певні сумніви щодо власної психоаналітичної компетенції, але головний напрям особистісної активності — рефлексивні роздуми й теоретизування з приводу почуттів. Особи цього типу самостійно шукають додаткові знання в психоаналітичній літературі, позитивно сприймають супервізорську допомогу, охоче обговорюють з аналітиком свої професійні проблеми і не відчувають незручності при усвідомленні того факту, що їхні особистісні проблеми за своєю генезою є професійно забарвленими, і навпаки. В цьому випадку (об'єктом спостереження і аналізу було 4 особи) можна констатувати відсутність або слабку вираженість кризових переживань.

Психотерапевти *депресивного* типу (досліджено 6 осіб) на ситуацію дистанціювання реагують дуже гостро. Протиріччя між наявними психоаналітичними знаннями та конвенційними нормами сприймання і розуміння людей у повсякденному спілкуванні швидко набуває екзистенційного характеру і переживається як своєрідна прірва, що розверзається між психологом та його близьким соціальним оточенням. Депресивний аналітик несвідомо відчуває себе винним у тому, що його знання та вміння (хай навіть початкові, досить обмежені) не мають негайного позитивного впливу на родичів і друзів. Він може частково ототожнювати себе з ідеальним професійним суб'єктом і водночас усвідомлює, що до певної міри це не так (малоефективний психологічний захист за типом всемогутнього контролю).

Поряд з цим депресивний аналітик-неофіт демонструє специфічний трансфер у супервізорських стосунках. Він, як правило, сильно вразливий щодо інтерпретацій динаміки та змісту свого професійного зростання, тому не дуже схильється до розгляду труднощів, пов'язаних із складними моментами нового рівня особистісного функціонування. Його власні форми психологічного захисту перешкоджають ефективній саморефлексії актуального депресивного стану. Останній може трактуватися як непереборна завада для професійного розвитку. “Я, мабуть, неінтенціональний, тому не зможу стати психотерапевтом”, — зауважив якийсь один з представників даного типу.

Для депресивних осіб початкові етапи професійного становлення часто утворюють справжню життєву кризу. Запобігання та профілактика в цьому випадку мають визначатися загальною стратегією супервізорського нагляду (як це, напевно, робиться в країнах з розвиненими психоаналітичними інституціями). Якщо депресивні переживання не були вчасно проаналізовані або не обговорювалися у групі дидактично-супервізорського типу, вони стають значною перешкодою для розвитку особистості психотерапевта. За розповідями колег (О.О.Коробов, В.В.Зеленський, приватні повідомлення), така форма особистісно-професійної кризи буває особливо важкою для осіб, не знайомих з глибинно-аналітичними методами терапевтичної роботи.

Психотерапевтів-початківців *істероїдного* типу завжди найбільше. Але люди з таким типом особистісної організації, як зазначають авторитети [3;4], обирають професійну кар'єру психотерапевта на фоні загальної невротичної самокомпенсації. Саме вони, на мою думку, становлять більшість малоефективних психологів-консультантів, що пропонуть недоброякісні послуги у сфері вітчизняної психотерапії. Властива для людей цього типу перебільшена самопрезентація виявляється в різноманітних, почасти навіть одіозних формах професійної самоідентифікації.

Проте не гіпертрофоване самосхвалення становить основну кризову ситуацію істероїдів. Для них властиве заперечування власних труднощів і невдач, вибіркове ставлення до мотивів професійної діяльності, серед яких значною мірою присутні невротичні. Часто в цьому випадку професійний розвиток призводить до формування так званої *мана-особистості* [6, с.306].

Чим більше професійних труднощів і невдач зазнає починаючий психотерапевт з істеричним типом особистісної організації, тим сильнішою стає в нього неусвідомлювана інтенція компенсувати їх за рахунок своїх клієнтів. Якщо такі мотиви раціоналізовано, є шанс їх принаймні обговорити і скоригувати. Однак високий рівень тривоги і схильність витискувати ці переживання (що, в свою чергу, призводить до зростання тривоги, яка знову потребує витіснення — це явище називається *парадоксом Маурера*) робить їх непроникними для терапевтичного втручання. В цьому випадку професійна кар'єра терапевта-аналітика навряд чи буде успішною. Серед досліджених спочатку було 11 осіб істероїдного типу; протягом півтора року четверо з них охолонуло до

психотерапевтичної діяльності, а двоє прийняли свідоме мотивоване рішення “поки що почекати з практичною роботою”.

Тобто у випадках, коли психологічна криза початкового етапу професіоналізації виникає в осіб із зазначеним типом особистісної організації, вона може призводити до негативних наслідків не лише в самих психотерапевтів, а й у їхніх клієнтів і навіть погіршувати загальний психологічний клімат професійної субкультури. Особи, у яких на фоні примітивної самоідеалізації та знецінення негативного зворотного зв'язку кризова ситуація зайшла далеко, вдаються до *розщеплення* (splitting) Еґо, використовуючи його у сфері професійного спілкування, у стосунках з колегами та деінде. Тут доречно процитувати вислів Н.Мак-Вільямс, яка пише, що “розщеплення як захист, м'яко кажучи, не викликає захоплення у професіоналів. Особи, що використовують його як звичний спосіб організації досвіду, мають властивість вичерпувати терпіння тих, хто про них піклується” [4, с.152].

Цікаво, що в осіб *сценічного* типу (який можна розглядати як крайню форму істероїдної організації) динаміка професійного зростання зовсім інша, набагато позитивніша. Проте серед спостережуваних була лише одна така жінка, тому я не схильна робити висновки щодо цього випадку.

Насамкінець треба додати, що феномен дистанціювання — досить поширене явище серед психологів-професіоналів. Глибина психологія пропонує лише одну з можливих форм профілактики його негативних наслідків — аналітичну супервізорську допомогу. Було б цікаво обговорити, як саме вирішуються аналогічні проблеми в інших психотерапевтичних школах.

РЕЗЮМЕ

Описаны феномены профессионального сгорания психотерапевта в практическом обучении и деятельности. Даны различные формы этого феномена у лиц с разными типами личностной организации (шизоидный, депрессивный, абсессивный и др.). Предложены подходы к профилактике профессионального сгорания психотерапевта.

SUMMARY

Phenomena of a professional burnout of a psychotherapist in course of practical trainings and activities are described. Different forms of the phenomenon of personalities with different types of a personal make-up (schizoid, depressive absessive, etc.) are presented. Attitudes to the prevention of the professional burnout of a psychotherapist are offered.

Література

1. *Лаплани Ж., Понталис Ж.-Б.* Словарь по психоанализу. — Москва: Высшая школа, 1996.
2. *Фрейд З.* Основные принципы психоанализа.— К.:Ваклер,1998.
3. *Кернберг О.* Тяжёлые личностные расстройства. — Москва: Класс, 2000.
4. *Мак-Вильямс Н.* Психоаналитическая диагностика. — Москва: Класс, 1998.
5. *Fenichel O.* The Psychoanalytic Theory of Neurosis. — New York: Norton, 1945.
6. *Юнг К. Г.* Психология бессознательного. — Москва: Канон, 1994.

© **Каліна Н.Ф.**

*І.А.Гرابська, Київський національний
університет ім. Тараса Шевченка*

ПСИХОТЕРАПІЯ ІДЕНТИФІКОВАНОГО ПАЦІЄНТА У КРИЗОВИХ СІМ'ЯХ

До психотерапевтів нерідко звертаються клієнти, котрі мають великий і, на жаль, негативний досвід лікування соматичних захворювань медичними засобами. На заваді видужання стає нерозуміння факторів розвитку хвороби, що стосуються не біологічної системи організму, а патологічної сімейної системи, в яку включений пацієнт. Адже хвороба може бути засобом розв'язання сімейних проблем. У такому разі сімейна система формує так званого ідентифікованого пацієнта — члена сім'ї, який ціною свого здоров'я зберігає її цілісність. Наприклад, при зростанні напруження в подружніх стосунках хвороба дитини може посприяти зближенню батьків, яке інколи рятує родину.

ну і закріплюється на тривалий час. Зрозуміло, що цей процес відбувається як системний і поза свідомістю та контролем кожного з членів сім'ї.

Теорії сімейних систем М.Боуена, структурної сімейної терапії С.Мінучина, концепція стратегічної інтервенції міланської школи, ідеї Н.Акермана, К.Вітакера, В.Сатір дають методологічний базис для психотерапевтичної допомоги родині й зокрема ідентифікованому пацієнту [1; 2; 3; 4]. В руслі системного підходу слід розглянути контекст і скоригувати умови функціонування сім'ї. Клієнтом психотерапевтичного втручання в цьому випадку стає родина.

Погоджуючись з основними положеннями та визнаючи велику цінність підходу, ми не завжди можемо використовувати його в усталених формах з причин, що лежать у площині психологічної культури наших клієнтів. Далеко не в кожному випадку всі члени сім'ї або хоча б її частина (певна підсистема) погоджуються на психотерапію. Зазначимо ще одну характерну рису, пов'язану з соціокультурними особливостями наших клієнтів: вплив батьківської сім'ї у дорослих людей здійснюється не лише на рівні минулого досвіду, але виявляється і в конкретних втручаннях батьків у вирішення основних питань у сім'ях їхніх дітей. Нерідко три покоління живуть під одним дахом і реально становлять одну родину, що сприяє формуванню специфічних умов функціонування сімейних субсистем. Ця тема широко представлена у національних анекдотах, але не знайшла достойного місця при обговоренні питань психології сім'ї у вітчизняних науковців.

У статті ми зробимо наголос на розв'язанні зазначених проблем у практиці психотерапії, проілюструвавши їх двома прикладами роботи з клієнтами. Обидва випадки належать до одного типу сімейної кризи — затримання родини на одному етапі розвитку, коли подружжя переживає так званий страх пустого гнізда, а його діти стають ідентифікованими пацієнтами.

Клієнтка К. звернулася по допомогу через страхи. В ході першого інтерв'ю виявилось, що її турбує також відсутність у неї дітей. Вона одружена майже 9 років. За словами клієнтки, медичні причини безпліддя встановити не вдалося. Психотерапевтична робота з К. здійснювалася за методом психодрами спільно з котрепавтом П.П.Горностаєм. Загальна тривалість терапії — 60 годин. Було проведено 7 сеансів протягом 3,5 місяця.

На першому етапі К. не наважувалася стати протагоністом, але брала участь у шерінгу, ідентифікуючись з протагоністами. Під час шерінгу прояснялись характерні для неї самозвинувачувальні думки й депресивний настрій. З'являвся також матеріал, що пояснював їх виникнення: клієнтка бачила в матері могутню фігуру і не могла здолати тиску з її боку. У спеціальній вправі “Фотографія сім’ї” можна було побачити відсутність належної дистанції між К. та її матір’ю. Мати не створила з батьком субсистеми подружжя, а намагалася встановити мінімальну дистанцію у стосунках з усіма членами родини. Можна було припустити, що поки К. є передусім дочкою, вона має великі труднощі у виконанні ролі дружини й матері, а можливо, і повністю заперечує їх, що і є основною причиною безпліддя. Згодом стало зрозуміло, що в процесі статевої ідентифікації К. не сприймала матір в якості моделі жінки і не пройшла процесу ініціації як жінка. Освоєння нової ролі матері завжди пов’язане не тільки з позитивними переживаннями, а й з тривогою. Якщо в емоційному досвіді жінки ця роль негативно забарвлена або недостатньо розвинена, її заперечення відбувається також на соматичному рівні.

Завдяки ідентифікації з іншими членами групи в ході психодраматичного розігрування, вираженню та аналізу своїх почуттів у процесі самопізнання при виконанні спеціальних вправ К. зіткнулася з особистими обмеженнями. Не менш, а, можливо, і більш важливим фактором було постійне розширення мотивації до змін, усвідомлення ресурсів особистісного зростання.

Першим вагомим результатом психотерапевтичної роботи був факт відкриття К. чоловікові, а після того і психотерапевтові важливої таємниці, яку вона приховувала з юності. Цей символічний крок ми вважаємо намаганням змінити межі в сім’ї. Наблизившись до чоловіка, К. зробила систему більш відкритою. Це подовжувало певне дистанціювання від матері, що почалося на шерінгах через розповіді про свою сім’ю.

Лише на останньому етапі (7-й день) психодрами К. виявила бажання стати протагоністом і була підтримана групою. Темою своєї гри вона обрала страхи. Техніка обміну ролями дала змогу “почути” голоси страхів й ідентифікувати їх з пригноблювальним впливом матері. “Голоси страхів” вміщували звинувачення у слабкості, безпомічності, нездатності самотійно будувати своє життя. Коли котерапевт у техніці внутрішнього

голосу виявив протест (“Мамо, не смій мені це говорити”), клієнтка пережила катарсис, впізнаючи у невідомих “голосах” вплив матері. Наступна сцена розмови з матір’ю дала змогу закріпити процес відокремлення. Важливим ресурсом для встановлення дистанції було введення у сцену чоловіка: він символізував потяг до щастя, до реалізації жіночої сутності. Зворотний зв’язок з боку клієнтки давав підставу для висновку про наявність інсайту по проблемі: К. вельми емоційно висловила бажання будувати більш інтимні та глибокі стосунки з чоловіком і встановити певні межі втручання матері в її сім’ю.

Серед умов психологічного подорослішання, освоєння жіночої ролі спеціально відмітимо підтримку групи. У процесі нормального розвитку статевої ідентифікації мати бере на себе роль моделі жіночності, а також підтримує дівчинку, визнаючи її жінкою, “дозволяючи” їй насолоджуватись своєю жіночою сутністю. В процесі психодрами ця роль виконується групою, яку трансфер клієнтів “проголошує” своєю матір’ю, для того щоб потім також відокремитись від неї у реальному житті.

Відокремлення від матері означає насамперед більш повне функціонування клієнтки як жінки. Симптоматична поведінка втрачає свою функцію контролю, утримання клієнтки від проявів спонтанності та свободи самовираження в жіночій ролі, що веде до видужання.

Ситуація іншої клієнтки — Т. схожа за симптомом ідентифікованого пацієнта — безпліддя. Як і в попередньому випадку, ми розглядали його не як індивідуальну проблему, а як симптом дисфункціональної сім’ї і результат патологічної комунікації в сімейній системі. Метою психотерапії теж було переструктурування системи та побудова меж між батьківською системою та системою молодого подружжя. При схожому методологічному підході в процесі психотерапевтичного втручання використовувались інші методи. Як і в попередньому випадку, батьківська сім’я не включалась у роботу. Більше того, психотерапія була таємницею від них. Це не заперечувалось психотерапевтом, по-перше, через повагу до бажань клієнта, а по-друге, через те, що спільна таємниця, як символічне закриття дверей, сама по собі сприяє розвитку інтимності між подружжям та встановленню меж між двома сім’ями. Терапевтична інтервенція включала 4 сеанси індивідуальної і два — подружньої психотерапії.

Характерно, що першим звернувся до психотерапевта чоловік, який хотів домовитись про зустріч з дружиною. Більше того, він привів її до кабінету і виявляв велику турботу про неї, що викликало асоціації з батьківськими стосунками. Клієнтка говорила, що її переслідують спогади і жаль за дитиною, яку вона втратили через аборт 6 років тому. Вона стурбована тим, що не може знову завагітніти. Серед проблем Т. також називала напружені стосунки з батьком (вона з чоловіком живе в квартирі своїх батьків).

Аналіз сімейної ситуації показав, що батьки не змогли адекватно здолати період “пустого гнізда” й утримували дочку в межах своєї сім’ї, сприймаючи Т. і її чоловіка як дітей. Вони не давали молодому подружжю змоги утворити хоча б цілісну підсистему в рамках усієї родини: мати встановлювала коаліції окремо з дочкою, із зятем, з батьком, приховуючи від інших ці “стратегічні дипломатичні маневри”.

Батько завжди своїм ставленням до доньки як до жінки впливає на її статеву ідентифікацію, самооцінку її як жінки. В нашому випадку він прямо вчив доньку бути “хорошою дружиною”, заставляючи її займатись домашніми справами батьківської родини пізно увечері і готувати сніданок для чоловіка рано вранці. Таким чином, він підсвідомо намагався викреслювати секс чи принаймні насолоду від нього з життя молоді родини. Т. не відокремилась від батька, і стосунки з ним займали значне місце в її почуттях. У взаєминах з чоловіком вона намагалася задовольнити потреби, які ігнорувались батьками: потребу у визнанні, турботі. Відтак саме для подружніх стосунків не залишалось ні часу, ні місця (і в прямому, і в переносному розумінні). Незадоволена потреба Т. в турботі ретрофлексивно переносилася на майбутню дитину.

При здоровому функціонуванні пріоритетними в родині є подружні стосунки і ядреною — подружня, а не батьківсько-дитяча субсистема. Діти в дитячоорієнтованій сім’ї страждають від гіперопіки, а батьки — від незадоволеної потреби в інтимності. Тому одною з ключових інтервенцій були питання психотерапевта про те, яких батьків побачить майбутня дитина, чи щасливі вони удвох.

Психотерапія була спрямована на поглиблення інтимності в стосунках молодого подружжя, усвідомлення, розвиток насоло-

ди від переживання себе жінкою та чоловіком, а також на встановлення меж між батьківською і молодією сім'ями. Базовими були техніки експерієншал-терапії, використовувались також біхевіоральні методи модифікації поведінки. Це випадок короткотривалої, але вельми успішної інтервенції: за кілька місяців по завершенні психотерапії стало відомо про вагітність Т.

Таким чином, психотерапевтична інтервенція, що має на меті переструктурування сімейної системи та перегляд існуючих меж, може бути успішною, навіть якщо вона спрямована лише на одного члена родини або сімейну підсистему.

РЕЗЮМЕ

Проанализированы проблемы лечения идентифицированного пациента в случае, когда все члены семьи не включаются в психотерапевтический процесс. Рассмотрены различные подходы и методы работы, приведены примеры из психотерапевтической практики автора. Показано лечение двух случаев бесплодия с точки зрения системного подхода к семье. Сделан вывод, что психотерапевтическая интервенция может быть успешной, даже если она направлена лишь на одного члена семьи или семейную подсистему.

SUMMARY

Problems of a identified patient treatment in case all members of a family are not included into the process of a psychotherapy are analyzed. Different attitudes and methods of work are discerned and examples out of the author's practice. Two cases of sterility treatment from the point of view of a system attitude toward family. The conclusion is that psychotherapeutic intervention can be a successive one even in case it is aimed only at the only member of a family.

Література

1. *Corsini R.J., Wedding D. (Eds.) Current psychotherapies, (4th ed.)*.— Itasca, Illinois: F.E. Peacock Publishers, Inc. — 1989.
2. *Foley D. An introduction to family therapy, (2nd ed.)*. — New York: Grune & Stratton. — 1986.
3. *Minuchin S. Families and family therapy*.— Cambridge: Harvard University Press. — 1974.
4. *Satir V. Peoplemaking*.— Palo Alto: Science and behavior books. — 1972.

© Грабська І.А.

*Томаш Гергей, Научно-исследовательская
лаборатория прикладной логики
г. Будапешта,
С.Я.Карпиловская, Институт социальной
и политической психологии АПН Украины,
Н.В.Супрун, Киевский национальный
университет им. Тараса Шевченко*

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА В ПСИХОСОМАТИЧЕСКОМ КРИЗИСЕ

Сегодня нам нужна такая психология,
которая непосредственно связана
с нашей жизнью.

К. Юнг

Ныне в Украине начинает оформляться социальный институт психотерапии. Уже не только научное сообщество, но и социум в целом осознают чрезвычайную значимость и роль сознания, психики, души, духа в жизнеосуществлении человека. Приходит понимание того, что “душа и тело — это не отдельные сущности, а одна и та же жизнь” [1]. В связи с этим особую важность приобретают вопросы психологической помощи, её концептуальное и методологическое обеспечение, а также поиск наиболее продуктивных форм психотерапевтического взаимодействия, особенно в ситуации жизненного кризиса.

Ниже предлагаются некоторые размышления об особенностях психосоматического кризиса (на примере рака молочной железы), а также ориентировочная модель психологической поддержки, в основе которой лежит опыт групповой работы с данной категорией больных.

Для того чтобы представить, что происходит с человеком, когда он переживает психосоматический кризис в связи с неизлечимым заболеванием, рассмотрим *модель* функционирования личности в ситуации практического здоровья. На рис.1 весьма условно представлены различные пространства нашего жизненного мира (Универсума): социальное, природное, культурное, биологическое, психологическое. Все эти пространства порождаются, “генерируются” психосоматическим ядром личности. Когда мы

практически здоровы, мы как бы воплощаем себя во всем, везде и со всеми, наш Универсум живет и взаимодействует с жизненными мирами других людей. Если мы в гармонии с собой и с миром, то практически чувствуем себя здоровыми (динамичными и счастливыми). Таким образом, человек располагает (реализует) себя в пространстве-времени (хронотопе) — социальном, природном, культурном, психологическом, биологическом — благодаря жизненной энергии психосоматического ядра и энергетическому взаимодействию со средой обитания.

Что происходит с нашим миром, когда нас внезапно поражает тяжелое соматическое заболевание, когда вдруг оказывается, что мы смертны и смерть, как реальный персонаж, входит в наш мир? Каковы “непосредственные данные сознания”?

Известно, что тяжелая болезнь — это недостаток синхронности и интеграции, это жизнь, ограниченная в своей свободе, это переломный момент в жизни человека. Болезнь капсулирует, рвет многие наши связи, сужает наш мир до точки. Вместо расширенного Я, его открытости, развития творческой деятельности больной попадает в ловушку. Либи́до сдает свои позиции, что усиливает страдание и одиночество. Замыкание на себе бывает трудно вынести. Нередко оно сопровождается острым переживанием — чувством лиминальности, а также чувством смыслоутраты, экзистенциального вакуума, в терминах В.Франкла [2]. Все кажется бессмысленным, потому что переживается как “дом на песке”, как нечто, совершенно не зависящее от твоего выбора, твоей воли, твоего желания. Это состояние парализует активность личности. Вся психосоматическая система становится неравновесной, подрываются понимание своего назначения, чувство идентичности, чувство своего Я. Еще одним важным психологическим следствием переживания кризиса, связанного с болезнью, является ощущение изолированности от остальных людей, которые не имеют подобного опыта переживания своей “инаковости”.

Болезнь порождает также эмоциональное напряжение, отчаяние, гнев, страх перед будущим, неспособность управлять ситуацией, комплекс жертвы.

Характерны изменения временного структурирования жизнедеятельности — переживание распада (“до”, “после”) причинно-опосредующих связей между событиями прошлого, насто-

ящего, будущего, аффективная центрация на событиях прошлого. Жизнь распадается на две части — на события “до” и события “после”. Все, что было “до”, вспоминается в неадекватно счастливых интерпретациях, как жизнь, в которой все было налажено, все имело перспективу, будущее. События нынешней жизни воспринимаются как вынужденные, чуждые логике прошлой жизни, ирреальные и т.п. В результате — распадается “связь времен”. Прошлое — отнято, настоящее — зыбко, будущее — неизвестно, отторгаемо, потому что несет с собой болезнь. Жизнь перестает видеться единой цепью причинно-следственных событий, где прошлые события в значительной мере определяют будущее. Но распалась не только цепь индивидуальной истории. Распалось сообщество жизненного пространства и, что важно (структурирующий фактор), распалось не по своей воле, а под действием разрушительных, неконтролируемых сил.

Неизлечимая болезнь есть кризис экзистенции. Это один из самых драматичных и серьезных кризисов в жизни человека. “Я” вынуждено не только признать, что сталкивается с миром, который живет по своим законам, но и принять неизбежное. Основная тема разума в этом кризисе — явления страдания и смерти (душевная мука, тоска, боль непонимания, смятение, страх, вопрошания “Почему?”, “За что?”, “Господи! Сжался, спаси и помилуй!”).

Важный момент: человек не может воздействовать, не может ничего сделать, от него ничего не зависит — так ему кажется. И это действительно так. Но тут-то и парадокс. От человека не зависит изменение прошлого, но он может стать хозяином настоящего: может так реорганизовать свою жизнь, чтобы стать ее создателем. Именно здесь центр приложения психологического воздействия. Состояния смысловой и семантической неупорядоченности и хаоса разрешаются либо а) снижением уровня организации жизненного мира личности, и тогда жизнь проходит в неупорядоченной среде, либо б) созданием нового жизненного мира, и в таком случае он должен быть миром более высоких уровней сложности и порядка, поскольку творится на основе приобретенного в кризисе нового опыта личности и тех новых смыслов, которые этот опыт содержит. Тактика психологического воздействия, ее системообразующий момент состоит в том, чтобы организовать построение смысла жизни не вопреки, а благодаря

имеющемуся опыту переживания, используя уникальный опыт для осмысления и переосмысления качества смысла и цели человеческой жизни, понимания предназначения и возможностей человека в мире

Бывают случаи, когда человек, несмотря на суровость ситуации, сам способен “все воссоздать с основ”. Но в условиях тяжёлого заболевания он претерпевает так много потерь, особенно энергетических, что ему очень трудно справиться с самим собой и с ситуацией, ведь перед ним стоит сложнейшая энергоёмкая задача — строить новое жизненное пространство в качественно новых условиях, мобилизовать внутренние ресурсы для трансформации себя и своего мира. Ведь тяжелое заболевание требует полной перестройки жизненного пространства и это требование не тривиально, ибо состоит в необходимости преодолевать возникающие трудности, какими бы они ни были. На это указывал в свое время Г.Селье [3].

И тогда становится неоценимой психологическая помощь группы (информационная, энергетическая, помогающая пройти путь через хаос переживаний к постепенному их упорядочиванию). Такой группой может стать семья, однако часто родные сами находятся в растерянности и нуждаются в поддержке. В таком случае исключительную роль может сыграть не просто группа, а особого типа помощь — *поддержка “равными равных”*.

Это особым образом организованное общение, в процессе которого создаются оптимальные условия для самораскрытия и взаимопонимания людей, объединённых общим психосоматическим опытом (в нашем случае — опытом заболевания раком молочной железы). Поддержка “равными равных” — это общение, в котором вас *слышат и понимают*, а также помогают преодолевать чувство страха, изолированности, находить новые ориентиры в жизни, становиться увереннее в противостоянии собственному заболеванию, ощутить целительную силу человеческого единства, сопереживания, участия в судьбе таких же, как и ты. Это общение предполагает организацию особого психотерапевтического пространства, на создание которого и нацелена группа равных, объединённых общей психосоматической и экзистенциальной проблематикой.

Психотерапевтическое пространство — благоприятная среда, направленная непосредственно на психологические и социальные

пространства его участников. Оно может организоваться спонтанно или быть спланировано терапевтом, то есть ведущим, который организывает, поддерживает и управляет этим пространством. Психотерапевтическое пространство позволяет человеку встретиться с собой на разных уровнях его психики, экспериментировать, создавать новый жизненный мир и генерировать новые начала для его составляющих. Пространство дает информационно-энергетическую поддержку и необходимый контроль.

Психотерапевтическое пространство — это среда благоприятного общения, позволяющая человеку быть самим собой, открывать, экспериментируя, новые пути, направления в своем развитии, преобразовывать себя и конструировать новое качество жизни в режиме тяжелого заболевания. Основной смысловой нерв психотерапевтического пространства — идея Встречи, которая является и сверхзадачей поддерживающего поведения группы.

Встреча, словами о.Антония, есть некое событие, когда один или несколько человек, которые не знали друг друга или знали, но вдруг на какой-то глубине встречаются и остаются вместе [4]. Тогда мы говорим: **“Встреча состоялась”**. М.Бубер, тонко чувствуя сущность такого события-встречи, писал: “подлинное, наполненное настоящее существует лишь тогда, когда осуществляется присутствие, встреча, отношение”, “всякая подлинная жизнь есть встреча” [5, с.21]. Очень часто, для того чтобы это осознать, необходимо пережить **ничто** в условиях **ничто** и **никогда**. В такого ранга экзистенциальном кризисе происходят встречи, порою сокрушительные, а порою целительные откровения-встречи: с новым, неожиданным Я, по-новому вдруг открывающимся Ты; со своим изменённым телом (плотью, сомой), с новыми смыслами и значениями, новыми формами активности, поступками и деяниями.

Сверхзадача группы и состоит в том, чтобы эти встречи состоялись именно на глубине, чтобы они стали событием, могущим преобразить человека и его жизнь. Группа может организовать такое психотерапевтическое пространство, в котором эти встречи возможны и создаются условия для того, чтобы собрать все внутренние ресурсы для мобилизации, обрести новые способы противостояния, открыть новые смыслы и начать строить новый жизненный мир. Атмосфера открытости, доверия, свободы, которую создает группа, помогает человеку раскрыться, начать экспе-

риментировать, осваивать новые пути взаимодействия с миром, с другими людьми, с самим собой. В процессе группового общения создаются, что очень важно, условия для языковой, символической проработки внутреннего душевного опыта — его “обозначения,” по Ж.Лакану, то есть перестраивания хаоса субъективности в символический порядок, языковой семантический космос [6]. В результате означивания, озвучивания внутреннего опыта реструктурируется, создается новый способ понимания себя, своего места в мире и, таким образом, трансформируется, изменяется переживание прошлого, формируется готовность начать жить по-новому, создается установка на преобразование своей жизни, на ее преобразование. Психотерапевтическое пространство, которое генерируется группой, помогает, по мнению Клу Маданес, “обрести ангела надежды в хаосе отчаяния и безумия” [цит. по 7, с.283]. В этом пространстве творится реальность, которая делает мир более надежным для обитания, а значит, возможен поиск *пути*, где происходили бы целительные изменения, те истинные изменения, которые являются прежде всего изменениями внутренними.

Каковы проявления психотерапевтического пространства, на что направляет группа свои усилия, на что она воздействует? Наша модель состоит из четырех элементов (опор), составляющих векторы направленности психотерапевтического пространства (рис. 2): *личность* (встреча с самим собой на новом уровне); *общение* (встреча Я -Ты, установка на лицо Другого); *психосоматическая мобилизация* (встреча со своим телом); *деятельность* (встреча с новыми смыслами и значениями, новыми активностями).

Взаимодействуя в данных направлениях, группа ставит *цели*: 1) самопознание и самопринятие; 2) открытие новых коммуникационных каналов, т. е. общение на качественно новом уровне, модификация типов взаимодействия; 3) мобилизация внутренних ресурсов для противостояния болезни; 4) поиск новых путей самореализации личности.

Этих целей группа достигает: 1) в процессе работы с образом Я, самооценки, самоотношения; 2) через самораскрытие, активное слушание и освоение других коммуникативных навыков; 3) через осознание взаимосвязи тела и души (психосоматического единства), через приобретение знаний о болезни и ее связи с психикой, нашим “Я”, через постижение (открытие) новых спо-

собов и стратегий в борьбе с заболеванием; 4) через поиск и порождение новых смыслов и мотивов жизнедеятельности, через перестройку сфер деятельности, когда мы определяем для себя главное и отклоняем второстепенное, через освоение новой деятельности, например, волонтерской.

Все это в конечном итоге приводит к реинтеграции личности на качественно новом уровне (личность как бы переходит на новый виток своей судьбы). И теперь становится возможным построение нового жизненного мира, своего Универсума. Свернувшийся в точку жизненный мир больного начинает постепенно разворачиваться, порождая новые жизненные пространства.

Группа в таком ее видении охватывает основные аспекты миропереживания и жизнедеятельности и таким образом укореняется в сознании личности больного как внутренний образ, который остается источником поддержки даже тогда, когда участник находится вне группы (“Когда наша вера, наши желания собраны вместе, как это помогает”).

Психологическая поддержка при психосоматическом кризисе в режиме группового общения — это совместное проживание страдания, поиск путей его преодоления, поиск смыслов, которые помогают это страдание пере-жить, пре-одолеть, пройти не “над,” “не под”, а сквозь него. Это и опыт, который приобретают все участники и те, кто страдает, и те, кто поддерживает, помогая пройти сквозь страдание. В таком взаимодействии «происходит духовная сублимация скорби, ее вознесение к “неувядаемому и вечному” и ее претворение в “вечную и неумирающую печаль”». “Печалью в вышине отмечена звезда моя”. Да, печалью.., но в “вышине, но — “звезда” [8, с.143].

Порожденное в психосоматическом пространстве новое начало — новый жизненный мир — может мобилизовать резервы и породить новый смысл жизни при длительном тяжелом заболевании.

Закончить хотелось бы на поистине экзистенциальной ноте.

“Все пройдет. Страдания, муки, кровь, голод и мор. Мечь исчезнет, а вот *звезды* останутся, когда и тени наших тел и дел не останется на земле. Нет ни одного человека, который бы этого не знал. Так почему же мы не хотим обратить свой взгляд на них. Почему?” [9, с.428].

РЕЗЮМЕ

Розглянуто особливості психологічної підтримки (модель) в умовах психосоматичної кризи. Репрезентовано роздуми щодо особливостей психосоматичної кризи (на прикладі раку молочної залози), щодо психологічного стану особистості в умовах важкого захворювання. Подано орієнтовну модель психологічної підтримки групи “рівні рівним”, центральним моментом якої є створення так званого психотерапевтичного простору. Саме в ньому умови для Зустрічі в колі підтримуючої поведінки групи.

SUMMARY

Features of a psychological support (a model) under the conditions of a psychosomatic crisis are examined. Speculations on the features of the psychosomatic crisis (using the examples of breast cancer) are presented and on psychological state of a person while being seriously ill. Approximate model of a psychological support group, the central moment of which is the creation of the so called psychotherapeutic space. The space gives an opportunity for “Meeting” in the circle of a supporting group.

Литература

1. Юнг К.Г. Воспоминания, сновидения, размышления. — К: Air Land, 1994.
2. Франкл В. Человек в поисках смысла. — Москва: Прогресс, 1990.
3. Селье Г. Стресс без дистресса. — Москва: Прогресс, 1982.
4. Сурожский Антоний, митрополит. О встрече. — Клин: Христианская жизнь, 1999.
5. Бубер М. Два образа веры. — Москва: Республика, 1995.
6. Лакан Ж.. Функция и поле речи и языка в психоанализе. — Москва, 1995.
7. Эволюция психотерапии: В 4 т. — Москва: Класс, 1998.—Т. 1.
8. Василюк Ф.Е. Семиотика понимания // Моск. психотерапевт. журн.—1996.— № 4.
9. Булгаков М. А. Собрание сочинений: В 5т. — Москва: Худ. лит-ра, 1990.

© Гергей Томаш, Карпиловская С.Я., Супрун Н.В.

**ЖИТТЄВА КОМПЕТЕНТНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ
ПРИ ВИБОРІ ФАХОВОЇ СПЕЦІАЛІЗАЦІЇ
ЯК ПРОФІЛАКТИКА КРИЗИ АДАПТАЦІЇ МОЛОДОГО
СПЕЦІАЛІСТА ДО МЕДИЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ**

У давнину людині, для того щоб вижити, треба було оволодіти мовою природи, погодившись із розумінням себе як її частини.

Що рухає людиною? Коли азарт гравця змінюється на страх перед неминучістю? Де межа між грою і вітальним страхом? Чи є ще що-небудь посередині?

Перша хвиля економічної революції в Україні, політика “відкритих вікон” принесли нам досвід нової психологічної реальності — грошей. За одну ніч нетутешні бізнесмени залишали в казино суми, до яких з повагою поставилися б на заводах стратегічного призначення за радянських часів. Людина, полишаючи сім'ю, приїздить в іншу частину планети займатись бізнесом (передусім для себе і своєї сім'ї) і робить величезні ставки, програє — і знову робить ставки. Гроші — це мова, якою людина розмовляє з фатумом — своєю долею, перевіряючи її прихильність до себе. Ф.М.Достоевський геніально описав це у романі “Гравець”. Хтось грає заради компанії, якогось заповнення внутрішньої порожнечі або уточнення власного “портрету”, а для когось це “принципова бесіда з долею”. Ще не починаючи гри, гравець інколи передчуває свою поразку і все ж починає грати, прагнучи помірятися силами. А чи поміряться? У подібних випадках людина хоче примусити вдачу посміхнутися їй і робить це настирливо, наче капризуюча дитина біля іграшкової крамниці. Здебільшого така стратегія поведінки не спрацьовує.

Психологія особистості багато уваги приділяє образу себе. Цей образ, як відомо, складається з базової оцінки себе, яку людина перейняла в дитинстві від матері та батька і взяла зі свого власного досвіду, який або підтверджував дитячі уявлення про себе, або, навпаки, відкидав їх. Так, згідно з аналітичними джерелами, серед людей, які досягли певних висот у побудові своєї кар'єри, чимало таких, хто керується несвідомим бажанням дове-

сти (кому?) свою цінність, творчість, значущість, потенційність, достойність любові (чиєї?).

Дехто з них у середині свого життя починає усвідомлювати внутрішню несвободу, яка виявляється у відсутності глибинного задоволення від діяльності, відсутності щирої радості від простих речей, заздрощів до здатності інших людей сміятися “до сліз”. Вони запитують себе: коли загубили це і чому так сталося? В чому ж сенс життя? Що означає бути компетентним у своєму житті? Який зміст мають слова: життя здійснилося або відбулося? Чомусь ці слова завжди поєднуються з діяльністю, якій людина присвятила своє життя або так і не осмілилася на це, хоча й прагнула з дитинства.

Щороку вчорашні випускники медичного університету роблять вибір фахової спеціалізації, яку проходять в інтернатурі КМАПО ім. П.Л.Шупика. Нерідко цей вибір випускника дуже обмежений і не відповідає його глибинним прагненням. Тоді курсант-інтерн змушений погоджуватися на те, що йому пропонують, аби не втратити час, оскільки навчання в інтернатурі чи в магістратурі є обов'язковим для майбутнього лікаря. Після інтернатури лікар повинен відпрацювати три роки за отриманою спеціальністю і тільки після цього шукати шляхи для перекваліфікації на спеціалізацію, яка суб'єктивно більш приваблива для нього. Виходить, близько п'яти років займався не тим, до чого лежить душа. А як же хворі — його пацієнти?

Згідно з існуючими мотиваційними концепціями людина керується різними особистісними центрами при структуруванні власного життя. К.Кейс у своєму керівництві з досягнення вищої свідомості виділив сім центрів свідомості:

1) **центр безпеки**, котрий примушує дбати про їжу, житло і все, з чим людина пов'язує особисту безпеку. Програма цього центру примушує нашу свідомість постійно боротись за те, аби одержати від світу стільки, щоб відчувати себе в безпеці;

2) **центр відчуттів**, діяльність якого зосереджена на тому, щоб знайти щастя в житті через одержання максимуму приємних відчуттів. Для більшості людей джерелом таких відчуттів є секс, для інших — музика, смак їжі тощо;

3) **центр влади**. Якщо свідомість зосереджена на цьому центрі, людина стурбована своїм домінуванням над людьми і

ситуаціями свого престижу, багатства, гордоців і ще багатьма прихованими формами маніпулювання та контролю;

4) **центр любові**, зосереджуючись на якому, людина переборює суб'єктивно-об'єктивні стосунки і вчиться відчувати і приймати світ як потік гармонії, вчиться бачити себе в кожному і кожного в собі, виявляти співчуття до тих, хто ще керується нижчими центрами, починає приймати і любити всіх не зумовлено, а враховуючи і себе;

5) **центр достатку**, котрий примушує людину відчувати дружність світу, який вона сама створює. Людина починає розуміти, що завжди жила в бездоганному світі, а досконалість її полягає в тому, щоб звільнитися від емоційних бажань. Залежно від того, як людина перепрограмує свої пристрасті, досконалість переживатиметься нею як постійна радість тут і тепер. Відповідно до зростання любові та прийняття світ ставатиме “рогом достатку”, який дає більше, ніж людині потрібно для щастя;

6) **центр свідомого усвідомлення**. Це вже свобода — мати центр, з якого свідоме усвідомлення спостерігає роботу тіла й розуму, котрі працюють на п'яти нижчих центрах. Це той метacentр, з якого людина, не роблячи суджень, спостерігає за тим, що ж відбувається з розумом і тілом. З цього центру центрів вона вчиться безучасно спостерігати свої соціальні ролі та гру життя, перебуваючи в такому місці, котре є вільним від страху й невразливим;

7) **центр космічної свідомості**. Людина, яка повною мірою живе в шостому центрі, готова до того, аби перебороти саму себе і стати чистим усвідомленням. На цьому вищому рівні вона становить єдине ціле з усіма: любов, мир, енергія, краса, мудрість, ясність, ефективність та всеєдиність.

К.Кейс запропонував ці сім центрів свідомості як інструмент для особистісного зростання, а не для того, щоб критикувати себе, формувати в себе комплекс вини. Людина, зосередивши свою свідомість на якомусь окремому центрі свідомості, може прожити все своє життя. І від того, яким центром вона керуватиметься, залежить якість цього життя.

Обговорення з інтернами мотивів вибору тієї чи іншої спеціалізації, різних спеціальностей дає підстави зробити висновок, що більшість їх перебувають на перших чотирьох центрах свідомості. Так, дехто з інтернів, висловлюючи незадоволення

перспективою поліклінічної діяльності, акцентує увагу на низькій заробітній платі (центр безпеки), зверхньому ставленні до них досвідченого медперсоналу та необхідності приймати неписані закони співжиття, які існують в конкретному колективі (центр влади). Інколи у професійній діяльності найбільш привабливим є занурення в приємну з дитинства атмосферу чистоти, доброти, піклування, пов'язану з перебуванням у лікувальному закладі, і прагненням відтворити її у своєму дорослому житті (центр відчуттів).

Аналіз мотивації вибору спеціалізації показує, що більшість виборів пов'язана з центром безпеки, тобто вибір спрямований на те, щоб угамувати існуючий страх небезпеки. Небезпеки чого? Почнемо з відповідальності. Відвертою була думка молодого психіатра про те, що в психіатрії відсутні екстремальні ситуації, пов'язані з прийняттям рішення лікарем стосовно життя хворого. Це робить професію психіатра більш захищеною від несподіванок, більш спокійною. При обговоренні з педіатрами специфіки їх роботи приблизно третина їх висловили своє бажання змінити в подальшому профіль роботи тільки тому, що педіатрія ставить лікаря перед необхідністю приймати рішення в екстремальних умовах, коли йдеться про життя дитини, які є небезпечними для нього як особи.

З центру безпеки приймається рішення про спеціалізацію з метою матеріального забезпечення. Так, оплата роботи хірурга вища, ніж терапевта, є також платні хірургічні послуги та “подяка” вдячних пацієнтів.

Щодо рішень, які приймаються із центра влади при виборі спеціалізації, цікавим є підхід до діяльності з боку процесу та результату. Це той головний критерій, за яким одні особи вибирають терапію, психіатрію, амбулаторно-поліклінічне консультування хворих, котре пролонговане в часі, оскільки хвороби можуть переходити в хронічні. Тому й сенс діяльності лікаря полягає не в результаті — вилікуванні хворого, а в полегшенні перебігу хвороби, її сезонних та індивідуальних загострень. Різні види хірургії (акушерство, лор, дитяча, опікова, абдомінальна хірургія, стоматологічна та ін.) здебільшого зорієнтовані на результат. Невипадково хірургію порівнюють з магією, яка може піднятися над реальністю хвороби. Тому з позиції нашого аналізу

людина, яка власноруч здатна упокорювати вади тіла і прагне до результатів, виходить у своєму виборі з центра влади.

Якщо вибір здійснюється з центра відчуттів, то наводяться переважно мотивації, пов'язані з відчуттями комфорту, піклування, безумовного прийняття, чистоти, які йдуть з дитинства і пов'язані з лікуванням, особою лікаря або установою. Це відчуття власної значущості для іншої людини або її потреби в собі, приємне відчуття білого одягу, умов роботи.

Цікаво, що К.Кейс виділяє в окрему групу ці перші центри — безпеки, відчуттів і влади — і називає їх *центрами нещастя*.

Можна поговорити. Мовляв, людині притаманні також любов і бажання захистити себе від невдач, поразок, втрат та розчарувань. Вона досягає значущих для себе успіхів у праці, в особистому житті і відчуває гордість, озирюючись на свій шлях, інколи порівнюючи себе з тими, хто не зміг досягти цього.

Так, у житті є все. Разом з тим є і щось таке, на чому вкорінюється все інше. Це може бути прагнення до безпеки, влади, відчуттів або любові.

Беручи за критерій відліку якість життя, його повноту та суб'єктивне задоволення ним, розглянемо, що чекає людину, яка концентрує свої зусилля на центрі безпеки, відчуттів або влади. Якщо життєвий світ побудований навколо задоволення потреби в безпеці, людина ніколи не зможе достатньою мірою задовольнити цю потребу. Як би вона не захищалася від "ворожості" навколишнього світу, все одно знайдеться щось таке, що загрожуватиме її спокою, все одно щось буде підганяти її зробити ще один крок до "повного захисту себе від чогось". Тому, якщо вибір спеціаліста-медика своєї подальшої спеціалізації ґрунтується переважно на прагненні захистити себе, ця потреба ніколи не буде задоволена настільки, щоб людина відчула себе щасливою. Доречним буде навести приклад одного молодого спеціаліста, який закінчив вуз з відзнакою, але не відчував у собі сил для того, щоб працювати за фахом за направленням. Тому обрав місце роботи, яке колись славилося своїми минулими здобутками, а на час призначення нашого інтерна перебувало у стані занепаду — не велась науково-пошукова робота, лікування здійснювалося застарілими методами, колектив був переповнений конфліктами.

Знаючи все це, наш інтерн все ж прагнув потрапити тільки в цю установу, оскільки саме вона давала йому відчуття захищеності.

Багато спеціалістів, замислюючись над тим, що привело їх у медицину, мотивують свій вибір необхідністю бути потрібним і важливим для когось. Зрозуміло, що коли я для когось маю значення, то моє судження береться до уваги, я відчуваю свій авторитет і т. ін. Отже, вибір, зрозуміло, робиться з центру влади. Якщо я, наприклад, прагну задовольнити свою потребу у владі й інша людина дає мені ці переживання, то вони можуть зіпсуватися вже від того, що для цієї людини існує декілька осіб, яких вона вважає значущими для себе. Чи може бути насиченою потреба у владі? Численні війни у всесвітній історії відповідають на це запитання — ні, потреба у владі не може бути насиченою. Це безодня, яку неможливо заповнити ніякими “подачками”.

Що лежить в основі такої потреби? Невпевненість у собі, з якою треба якось упоратись. У молодого спеціаліста, який приходить у клініку вперше, є безліч можливостей переконати себе в тому, що він чогось не дочитав, не дослухав на лекціях, і взагалі хворі викликають у нього суб’єктивний жах (необхідність спілкуватися з ними, діагностувати, давати поради). Багато хто з таких спеціалістів, для того щоб вижити, удає з себе авторитетного, компетентного, засипаючи пацієнтів безліччю незрозумілих для них специфічних термінів. І чим краще молодий спеціаліст справляється з такою своєю роллю, тим більше читає в очах хворого відчуження та недовіру. Немає контакту — лікування неефективне. Звідси розчарування лікаря у спеціальності, невіра в себе, злість на пацієнтів.

А якщо відчуття є корінною потребою суб’єкта при здійсненні ним вибору професійної спеціалізації в медицині? Одна наша слухачка-інтерн-педіатр казала, що їй дуже подобається атмосфера лікувального закладу. Її вона полюбила ще з дитинства, тому і обрала спеціальність, яка відтворює цю атмосферу (дві бабусі, які виховували її в дитинстві, були лікарями-педіатрами, часто брали її до себе на роботу). Вона навіть казала, що їй дуже подобається лікуватися, що лікарський кабінет і увага лікаря до неї підвищують її настрій. Із цього прикладу зрозуміло, що, зважаючи тільки на власні ще дитячі потреби в піклуванні, важко уявити себе в екстремальній ситуації і приймати рішення, пов’язане з життям пацієнта. За цією мотивацією відчувається

потреба пацієнтки у піклуванні та любові сім'ї, яку вона перенесла на лікувальний заклад. Навряд чи вдасться задовольнити таку потребу, навряд чи така потреба може бути провідною.

Отже, якщо людина хоче дещо мати від світу (безпека, влада, насичення відчуттів), то це ніколи не може дати їй повного задоволення, оскільки при цьому відсутні цінність власного життя та можливість реалізувати власні здібності. Цей рівень різні автори називають по-різному, але їх об'єднує сутність: це прагнення, які бажають виявити себе (PRH), це самоактуалізація (А.Маслоу), це центр любові (К.Кейс). Якщо продовжити наш аналіз в рамках концепції К.Кейса, то це перший центр, на якому людина починає віддавати. Цінність цієї віддачі полягає в тому, що вона не зумовлена, тобто людині нічого не потрібно за її “дари”. Навпаки, вона дарує себе світові, оскільки без цього відчувала б своє життя неповним. Можливість дарувати себе продиктована її доброю волею і дає їй велике задоволення. Тому наявність платні за свою роботу приймає як явище другорядне: могла б обійтись і без платні, оскільки сам процес роботи дає їй велике задоволення, вносить гармонію і спокій у її життя, наповнює його суб'єктивним смыслом. З цього приводу згадуються приклади, наведені інтернами про своїх наставників: “Уявляєте, операцію, яка потребує великої кількості розрізів (хворий після цього дуже страждає від швів та спайок), хірург робить всліпу через невеликий отвір і ідеально”. Або приклад з щелепно-лицьової хірургії, коли талановитий хірург виконував операцію, пов'язану із зміною форми носа: “Уявляєте, бере ножиці і всліпу робить ідеальної форми надріз, щоб не пошкодити хрящову тканину і таким чином запобігти утворенню спайок. Ото інтуїція!”.

Саме розуміння сенсу власного життя з цього рівня робить життя осмисленим, наповнює його індивідуальною значущістю. Саме життя з цього центра дає змогу робити судження про життєву компетенцію, оскільки, тільки віддаючи те, з чим людина прийшла у цей світ, і, можливо, для чого вона може відчувати повноту свого життя (на відміну від безпеки, відчуттів та влади), вона робить цей процес безкінечним: усвідомлення повноти свого життя, задоволеність породжують бажання ще більшої повноти, розкриття себе та втілення. Цей процес неспинний, а решта — платня, авторитет, задоволення — прикладаються до цього “безоплатно”. Тому усвідомлення в собі того, що приносить

радість при самореалізації, дає змогу молодим лікарям уникати хибного вибору, заснованого на задоволенні потреб, котрі в принципі є незадовільними, і орієнтуватися на свій внутрішній потенціал любові, який тільки і може зробити людину справді щасливою. Залишається тільки відкрити в собі це живе джерело, а відкривши — пити з нього все своє життя і напоїти всіх бажаючих. Усвідомлене ставлення до свого життя, запитів своєї особистості робить людину життєво компетентною і гарантує їй життєвий успіх при виборі своєї спеціалізації у професійній діяльності.

РЕЗЮМЕ

Показано, что осознанность внутреннего потенциала, дающего ощущения полноты и радости при самореализации в профессии, позволяет молодым врачам избежать ложного выбора и следующего за ним личностного кризиса. Жизненная компетентность гарантирует личности жизненный успех.

SUMMARY

As it is show the conscious attitude toward the inner potential that gives a feeling of a completeness and a joyful feeling while the self-realization in the profession allows young doctors to avoid a false choice and a personal crisis following it. Life competence guarantees a life success to a personality.

Література

1. *К. Кейс, Т. Голас.* Программы счастья и несчастья или как заставить свою жизнь работать. Библиотека новейшей психологии и психотерапии. — Минск, Вида-Н, 1998. — С. 68 — 75.

© Татенко Н.О.

ІНДИВІДУАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ ПІДХІД ЯК ЗАСІБ ПРОФІЛАКТИКИ ДЕСТРУКТИВНО-КРИЗОВИХ СТАНІВ ОСОБИСТОСТІ

Кризові стани вважаються закономірними проявами розвитку особистості, але продуктивність цього розвитку залежить від того, наскільки успішно суб'єкт долає такі стани, тобто наскільки продуктивно використовує свої зовнішні та внутрішні ресурси для успішного виходу з кризи.

Нині в Україні відчутно збільшилася кількість зовнішніх чинників, що провокують особистісні кризи. Успішний вихід з них, як правило, під силу людині, що має достатні внутрішні ресурси й завдяки цьому здатна відповідно організувати ситуацію навколо себе, в тому числі обертаючи на користь собі й начебто несприятливі обставини [1].

Підвищена стійкість тієї чи іншої людини проти екстремальних ситуацій залежить від специфічно-динамічних якостей її нервової системи, особливостей характеру, у який “вписані” ці якості. Відомі, наприклад, неабияка пристосованість суб'єктів з гіпертимними рисами характеру до життя в екстремальних обставинах та низькі адаптаційні можливості до таких ситуацій людей високотривожних, з так званою психастенічною акцентуацією характеру [2;3]. Але відомо й те, що люди, які на перший погляд здаються підвищено вразливими, емоційно невитривалими, в об'єктивно кризових ситуаціях можуть бути “на висоті”, тоді як особи з фізіологічно більш витривалою нервовою системою та оптимістичним характером поведуть себе деструктивно і, незважаючи на відносно сприятливі обставини й надану їм допомогу, “занурюються” у свою кризу дедалі глибше. В таких випадках психологи констатують, що “особистість знімає характер”. Якщо ж у пошуках факторів, які б могли пояснити зазначені парадокси, звернутися до біографічних даних людини, а саме — до її дитинства та юності, то нерідко можна знайти пояснення її нинішньої поведінки — стійкості чи невитривалості в екстремально-кризових ситуаціях [4].

Велике значення, зокрема, мають “незаліковані”, некомпенсовані психічні травми, котрі, інкапсулювавшись внаслідок нерациональних захистів, відіграють роль резервуара з отрутою, яка з глибини дитячого минулого краплинами просочується на поверхню сучасного буття людини, надаючи невиправданої гіркоти або їй самій, або її оточенню, або всім одночасно.

Однак там, де дорослі здатні створити для дитини умови, в яких вона почувалася б емоційно захищеною, уміло і вчасно “заліковуючи” свої великі й малі душевні рани, виростають люди, внутрішньо збалансовані, що вміють достойно триматися в доволі критичних обставинах [1].

Для сучасних дітей і підлітків вирішальними у цьому є умови їх особистісного формування в сімейному та шкільному середовищі. Ці умови великою мірою визначаються педагогічною, виховательською компетентністю дорослих. У шкільному оточенні вона виявляється насамперед у запобіганні непродуктивним конфліктним стосункам, насамперед між школярами та педагогами, що великою мірою залежить від фахової майстерності останніх. При цьому помітною є закономірність — чим молодший учень, тим більша можливість уникнути конфлікту чи інших кризових ситуацій, тим більші ініціатива, інтуїція та знання вчителя. Зосередженість переважно на методичній озброєності педагога, на тому, щоб він якнайкраще та якнайповніше вмів передати знання учням, розвинути їх розумово, призводить до того, що молодий спеціаліст стикається з труднощами у стосунках з учнями, які мають певні особливості поведінки чи засвоєння навчального матеріалу. Недостатнє розуміння індивідуальних рис розвитку дітей нерідко призводить до виникнення несвідомого (або добре усвідомлюваного) почуття роздратування у вчителя. У молодших класах більшість “особливих” дітей (від 17 до 20%, за даними різних авторів), тобто тих, що погано вчать, але мають загалом нормальний рівень розумового розвитку, становлять учні з певними особливостями пізнавальної сфери, у яких профіль розумових здібностей та характер емоційно-вольової регуляції поведінки не збігаються з нормативними вимогами освітньої програми та дисциплінарними вимогами сучасної школи. Ці діти потребують індивідуального підходу, проте для його здійснення

потрібні спеціальні знання закономірностей та особливостей їхнього психічного розвитку [5].

За нашими спостереженнями 70–80-х років, молодші школярі, нестигання яких зумовлювалося недосконалістю, а швидше, незрілістю емоційного регулювання поведінки за цілком задовільних інтелектуальних можливостей, становили 15 — 20% від усіх слабовстигаючих учнів. Нині ж, у час бурхливих соціальних змін, їх кількість зросла за рахунок збільшення кількості психотравмованих та невротизованих дітей, які стали такими внаслідок впливу несприятливого сімейного оточення. До цієї групи належать школярі не лише із сімей з низькими доходами, а й з родин, які в нашому суспільстві вважаються багатими і зовні виглядають цілком задовільно, однак через латентні чи приховані внутрішні негаразди справляють деформуючий вплив на своїх дітей. Тому для сучасного педагога багато важить обізнаність з індивідуальнотиповими рисами психічного розвитку учнів, які хоча й становлять меншість класного колективу, проте потребують підвищеної уваги до себе. Ці знання є основою вибудовування стратегії індивідуального педагогічного підходу до кожного з учнів.

Одним з поширених типів школярів, які зазнають труднощів у навчанні через особливості розвитку емоційної сфери, є ті, що мають підвищений рівень тривожності. О.Є.Лічко, автор учення про акцентуації характеру у підлітків, зазначав, що, за його спостереженнями, маніфестування акцентуацій характеру припадає переважно на підлітковий вік, але про їх “визрівання” упродовж дитинства відомостей практично немає [3].

Тому ми вважаємо за необхідне підкреслити, що в нашій практиці накопичилося достатньо спостережень щодо формування так званої психастенічної акцентуації, які дають уявлення про поведінкову феноменологію в різні періоди дитинства. Це дає змогу вчасно розпізнати становлення такої акцентуації і будувати виховну стратегію, яка б запобігала невиправданому травмуванню дитячої психіки. У ранньому віці такі діти вирізняються поведінкою, яка свідчить про домінування в них почуття самозбереження, що виявляється у підвищеній залежності від матері. Коли таку дитину розлучити з матір'ю на більш-менш тривалий час, то вона не може до цього звикнути. Спершу вона довго плаче, потім вхо-

дить у депресивний стан, стає млявою, байдужою до всього, відмовляється від їжі, починає хворіти.

Притаманна для більшості дітей цікавість до нових, привабливих предметів та людей у високотривожних малят не є домінуючою. Все нове вони сприймають з пересторогою, часто лякаючись зовсім нестрашних речей, наприклад, великого метелика, який сильно тріпоче крильцями, дуже великих м'яких іграшок, несподіваних або сильних звуків. Батьки цих дітей нерідко звертаються до психолога через згадані особливості поведінки. Вони також можуть скаржитися на те, що при дитині не можна вмикати пілососа, електричну бритву тощо, бо вона жахається від цих звуків, ховається.

У дошкільному віці повсякденні предмети і явища вже не лякають дитину, її життєвий досвід стає багатшим, фізичні можливості більшими, а знання — ширшими. Натомість можуть з'явитися нові страхи — темряви, самотності, собак, певних людей тощо. Ці страхи вже мають під собою певний ґрунт, виникли на основі досвіду негативних переживань при першому зіткненні з переліченими факторами і можуть стати основою для виникнення неврозу.

У спілкуванні описувані діти вирізняються вибірковістю й нерішучістю, особливо при першому знайомстві з дорослим чи з іншою дитиною. У групі дітей у їхній поведінці є те, що вони уникають надто емоційних та конфліктних партнерів у грі, не можуть відстояти себе, коли їх б'ють чи віднімають у них іграшки. Для хлопчиків характерним є уникання ігор зі зброєю. Вони швидше гратимуться з дівчатками у ляльки, ніж з пустотливими хлопчиками у війну. На запитання, чому в них такі "не дуже хлопчачі" ігрові інтереси, дехто з них (хто може вербалізувати своє ставлення до агресивних форм гри) відповідають, що гратися у війну страшно, "бо це про те, як убивають".

При переході до шкільного віку цим дітям знову дається ознака болісне переживання зміни життєвого стереотипу. Те, що в інших дітей викликає інтерес і навіть захоплення своєю новизною і престижністю — ходити до школи означає бути дорослішим та поважнішим — для дітей з підвищеною тривожністю обертається на стресову ситуацію через те, що в ній багато невідомого, незнайомого, а отже, відлякуючого.

Уже під час приймання до школи такий першокласник виділяється своїм настороженим виглядом, міцно тримає за руку дорослого, який його привів, іноді ховається за нього. Ці діти дуже неохоче йдуть на словесний контакт, вони або мовчать, або відповідають на запитання пошепки. Можуть виявляти впертість, відмовляються від виконання цілком посильних для них завдань. Вони швидше погоджуються виконувати невербальні завдання — складати картинки, малювати, писати, ніж відповідати усно. Така поведінка високотривожної дитини пояснюється тим, що ситуація приймання до школи для неї є стресовою через свою новизну. Дитина ще не знає, що буде далі. Хоча дорослі їй про все це розповідали, пояснювали, заспокоювали її, але їй потрібно на власному досвіді переконатися, що тут немає ніякої, бодай найменшої, небезпеки.

Під час навчання діти з підвищеною тривожністю вирізняються тим, що ніколи не бешкетують на уроках чи перерві. Протягом уроку вони зазвичай уважно дивляться на вчителя, ніколи не піднімають руку, навіть коли знають матеріал, можуть виявити впертість, відмовляючись виконувати усне чи письмове завдання, коли не мають достатньої впевненості у своїх можливостях. На перервах вони спочатку поводять себе відлюдкувато, але, як правило, під кінець першої чверті стають жвавішими й контактнішими, починають спілкуватися і гратися з дітьми. Педагога, не досить уважного, спостережливого й терплячого, такі діти дратують. У цих випадках дійсно легко запідозрити, що дитина є розумово відсталою і потрапила до загальноосвітньої школи випадково.

Насправді ж причиною недостатнього засвоєння нею програмного матеріалу та виявів впертості у навчальних ситуаціях є стан мимовільного емоційного пригнічення, викликаний необхідністю із шкільним життям, новизною ситуацій. Внаслідок пригнічення, у свою чергу, помітно знижується продуктивність таких психічних процесів, як сприймання, запам'ятовування та мислення. Тому навчальний матеріал ці діти засвоюють з прогалинами, які не завжди помітні педагогові через неконтактність дитини. Дещо менш тривожні діти засвоюють навчальний матеріал цілком задовільно, але педагог знов-таки може цього не помітити через їх небажання відповідати на уроці. Ситуація, коли треба перед усім

класом встати й дати правильну відповідь на поставлене запитання, для таких уразливих дітей є також стресовою. Ще болісніше вони сприймають виклик до дошки, бо на своєму робочому місці почуваються звичніше і більш захищено.

Індивідуальний підхід до таких дітей полягає у встановленні емоційного контакту, стосунків довір'я між дитиною та педагогом. Лише відчуваючи, що вчитель її не скривдить, дитина стає розкутішою, спокійнішою і, відповідно, досягає більших успіхів у навчанні, розкриваючи свій реальний розумовий потенціал.

Важливим в індивідуальному підході до високотривожних дітей є також додержання засад доступності та поступовості у навчанні. Для учнів з такими особливостями поведінки важливим є міцне засвоєння пройденого матеріалу, тоді вони вивчають новий матеріал, не втрачаючи впевненості у своїх силах. Нерідко вони потребують поділу завдань на менші частини, ніж для інших дітей, бо надто велике за обсягом завдання, на їх думку, може викликати тривогу й невпевненість у своїх силах. Наприклад, відомий випадок, коли першокласник, якого вчителька викликала прочитати текст з букваря, почав плакати. Виявилось, причиною цього було не те, що він не міг його прочитати, а те, що текст здався йому надто великим.

Доцільно також створювати ситуацію успіху — хвалити учня перед усім класом спочатку навіть за найскромніші успіхи. Це суттєво підвищує самооцінку невпевненого у собі школяра. Треба бути обережними з використанням такого педагогічного впливу, як догана, до якого високотривожні діти дуже вразливі. Ефективніший за догану детальний аналіз помилок чи неправильних вчинків та окреслення шляхів їх виправлення. Робити це потрібно без роздратування, бажано сам на сам.

Учні з підвищеним рівнем тривожності дуже чутливі до індивідуального професійного стилю педагога. Вони набагато краще почуваються за обережного, м'якого, нюансованого стилю, ніж за владного, темпераментного та енергійного.

Деякі педагоги молодших класів практикують обмін своїми не найкращими першокласниками на початку навчального року, якщо відчувають роздратування від них: одних вчителів дратують пустотливі, неслухняні діти, інших — надто тихі,

вразливі, нерішучі. Такі обміни офіційно не схвалюються, проте є доцільними й сприятливими як для подальшого навчання дітей, так і для роботи вчителів, оскільки полегшують індивідуальний підхід до учнів і відтак запобігають конфліктності у стосунках між школярем і педагогом.

У молодших класах діти з підвищеною тривожністю зазвичай непогано адаптуються до шкільних умов і навчаються відповідно до своїх розумових можливостей. Коли постає питання про переведення такого учня до спеціалізованої школи чи класу, то вирішувати його треба дуже обережно, оскільки зміна педагогів та класного колективу може стати черговою травмуючою для дитини ситуацією, яка негативно позначиться як на її самопочутті, так і на успішності навчання. Разом з тим для високотривожного учня несприятливі взаємини з педагогом можуть стати ґрунтом для так званого шкільного неврозу та інших психосоматичних розладів. У такому разі перехід до іншого класу поряд із психотерапевтичними заходами є доцільним і навіть необхідним.

За успішної адаптації учні з високою тривожністю вирізняються переважно дисциплінованістю, ретельністю та сумлінністю у навчанні. При цьому їхньою головною навчальною мотивацією є уникання — вони намагаються виконувати всі вимоги вчителя, аби не мати догани, бо будь-яке несхвальне ставлення до них педагога вони сприймають болісно. Коли ж їх хвалять, вони сприймають це з великим піднесенням, але не мають схильності до “зіркової хвороби”. Пізнавальні мотиви у їхньому навчанні можуть бути виражені більше або менше, залежно від конкретних обставин, але першорядну роль відіграють рідко.

Перехід до середніх класів, тобто до предметного навчання, високотривожні діти сприймають значно гостріше, ніж інші, тому що для них це суттєва зміна життєвого стереотипу, розширення кола педагогічного спілкування, звикання до стилів і вимог різних учителів, які не завжди розуміють індивідуальні особливості даного учня так, як їх розуміла вчителька молодших класів. Тому цей перехід може спричинитися до зниження успішності навчання. Навіть коли вона утримується на попередньому рівні, то це дається дитині ціною великої нервової напруги, переживань, пов'язаних зі страхами і тривогами з приводу нових, складніших умов та обставин навчання.

У цей період знову можуть виникнути проблеми, зумовлені страхом перед усними відповідями на уроці. Відмови від виконання завдань уже не трапляються, але через надмірне хвилювання ці учні відповідають на уроках гірше за свої можливості й, відповідно, мають нижчі оцінки.

У підлітковий вік домінантою психічного розвитку є становлення характеру, а в описуваних нами дітей нерідко формується психастенічна акцентуація. За нашими спостереженнями, такі підлітки менш зорієнтовані на групування з ровесниками; як і раніш, виявляють вибірковість у спілкуванні, маючи одного-двох друзів. При цьому характерними для них є вірність у дружбі й болісне переживання розриву стосунків, якщо він відбувається не з їх ініціативи. Помітнішими стають схильність до сумнівів і коливань у ситуації вибору, прийняття певного рішення та переважання раціонального начала над емоційним. У дозвіллі ці підлітки уникають ситуацій ризику і загалом не мають спортивних нахилів, уникають змагань за першість, щоб уникнути зайвих хвилювань. Вони не люблять бути в центрі уваги, тому рідко беруть участь у художній самодіяльності, але, якщо вони музично обдаровані, відвідують музичну школу, хор чи студію, виявляючи характерні для них ретельність та обов'язковість. Вони схильні до копійкої праці, тому нерідко успішно займаються технічною творчістю, ремеслами, працюють з комп'ютером, вивчають іноземні мови тощо, залежно від їхніх здібностей, нахилів та конкретних життєвих умов. Для таких підлітків дорослі — батьки та педагоги — залишаються авторитетними людьми й тоді, коли їхні ровесники активно емансипуються, починають конфліктувати, виборюючи суверенітет. Для описуваних підлітків емансипаційні тенденції взагалі нехарактерні. Навпаки, вони радо сприймають опіку рідних, відчувають себе вдома захищеними від всіляких життєвих несподіванок. Їхня прив'язаність, тепле ставлення до рідних та близьких контрастує з холодним, відчужено-настороженим ставленням до інших. Для них поділ на “своїх” та “чужих” важить значно більше, ніж для людей з менш тривожним характером.

В індивідуальному педагогічному підході до таких підлітків треба враховувати їхні недостатню гнучкість у поведінці, схильність до психотравм у ситуаціях, пов'язаних з ризиком та

непрогнозованістю, тенденцію до заниження самооцінки, бажання перестрахувати себе від реальних та уявних несподіванок. Позитивними у навчанні є розвинене почуття обов'язку, пунктуальність, акуратність та ретельність.

Ці риси характеру, за концепцією І.Вільш [6], можна вважати стабільними, такими, що репрезентують особистість. Вони не піддаються суттєвому трансформуванню, а спроби радикально змінити їх або дають досить скромний результат, або в разі “сильних ударів по слабких місцях” можуть призвести до кризових станів, вихід з яких можливий за різними варіантами викривленого формування особистості — “невротичної”, психопатичної тощо [4;5].

Виховні впливи з урахуванням цих стабільних рис допомагають створити умови, за яких підростаюча особистість вироблятиме адекватний індивідуальний стиль реагування на екстремальні ситуації, продуктивно працюватиме над створенням об'єктивних можливостей та бажань суб'єктивного життєвого простору відповідно до своїх особливостей і матиме ширші можливості для самореалізації [4].

РЕЗЮМЕ

Предпринята попытка сочетания подходов гуманистической, возрастной и педагогической психологии при анализе особенностей генезиса психастенической акцентуации характера. Детально описаны особенности развития данной акцентуации начиная с раннего детства и заканчивая подростковым периодом. Проведена психолого-педагогическая интерпретация поведенческих феноменов, сопровождающих становление упомянутой акцентуации. Описана стратегия индивидуального педагогического подхода в условиях школы. Осуществлен анализ различных факторов, провоцирующих усугубление негативных поведенческих проявлений при акцентуации. Дано обоснование педагогических подходов, направленных на коррекцию и профилактику возможных психотравм.

SUMMARY

The effort has been made to compose the attitudes of the humanistic, age and pedagogic psychology in order to analyze peculiarities of psycho-asthenical accentuation of a personal character. Features of a development of this accentuation beginning with the early childhood and ending with the teenage period are described in details. Psychological and pedagogical interpretation of behavioral phenomena that go together with the mentioned above accentuation formation has been made. The strategy of the individual pedagogical attitude in school is described. The analysis of different factors provoking the exacerbation of negative behavioral reactions of the accentuation is made. Pedagogical attitudes aimed at the correction and prevention of the possible psychological traumas are substantiated.

Литература

1. *Балл Г.О.* Психолого-педагогічні засади гуманізації освіти // Освіта і управління.— 1997. — № 2.
2. *Леонгард К.* Акцентуированные личности. — К.: Вища шк., 1987.
3. *Личко А.Е.* Психопатии и акцентуации характера. — Ленинград, 1975.
4. *Маслоу А.* Новые рубежи человеческой природы. — Москва, 1999.
5. *Бастун Н.А.* Як допомогти слабовстигаючому першокласнику // Гуманізація навчально-виховного процесу в загальноосвітніх школах. — К., 1998.
6. *Вільш І.* Концепція сталих індивідуальних рис особистості та її використання у деяких практичних сферах // Практична психологія і соціальна робота. — 1998 — №10, — 1999. — №1.

© Бастун Н.А.

ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА У ДОЛАННІ КРИЗИ, ЗУМОВЛЕНОЇ ВАЖКОЮ СОМАТИЧНОЮ ХВОРОБОЮ

Актуальність теми, якій присвячена ця стаття, зумовлена соціальним запитом щодо надання психологічної допомоги соматичним хворим, які перебувають на тривалому лікуванні в стаціонарах з приводу тяжкого, зокрема онкологічного, захворювання.

Тяжка стресова ситуація, у якій опиняються хворі з моменту першого натяку на можливість наявності в них онкопатології, поглиблюється майже на кожному етапі обстеження й лікування. Раптовість виникнення хвороби, психологічна невідповідність до неї в пацієнтів, необхідність виконання складних діагностичних процедур, перспектива застосування променевої та хіміотерапії, важкої операції, погана інформованість про можливість видужання від цієї хвороби та її наслідки, що зумовлена гіперболізованою деонтологією в нашому суспільстві, — все це викликає у хворих появу панічного жаху, тривоги, депресії, невпевненості в можливості подальшого життя.

Онкологічна хвороба як кризова ситуація в житті особистості призводить до певних змін у її структурі та до переструктурування соціальних і особистих стосунків. Вона несе безпосередню загрозу життю людини, під її впливом відбуваються певні перебудови в мотиваційній, ціннісній та емоційній сферах хворого. На перший план висувається мотив збереження життя, свого соціального та сімейного статусу. Серед емоційних реакцій переважають страх за свій стан, за свої рольові стосунки, тривожність на особистісному рівні. Під час тривалої хвороби людина своєрідно переосмислює своє життя, життєві цілі, досягнення, здійснює оцінювання, яке дуже часто також зумовлене необхідністю адаптуватися до умов соматичного захворювання.

Метою нашої роботи є висвітлення можливості надання в сучасних умовах психологічної допомоги онкологічним хворим через застосування методів психотерапії. Наша робота була спрямована на визначення засобів долання кризового стану, відновлення особистісного та соціального статусу онкологічних хворих.

Загальновідомо, що навіть у випадках, коли неспроможними виявляються засоби традиційної і нетрадиційної медицини, допомога словом робила цілющий вплив на хворого. І справді, цілительство за допомогою розмови і розділеного душевного переживання існували в усі періоди історії людства. Підтримка віри у видужання, надії на нього мають місце за всіх видів психотерапії. Здатність психолога з перших зустрічей вселити у хворого впевненість у свої сили і в можливість видужання визначає успіх його наступних дій.

Віра у свої можливості і позитивну перспективу, поява надії невіддільні одна від одної і звернені до “здорової” частини особистості. Поява перспективи стає новим мотивом, котрий допомагає переборювати труднощі і продовжувати лікування. Завдяки психологічному впливу, який значною мірою знижує рівень невизначеності уявлень пацієнта про свою хворобу і її фатальність, відбувається переоцінка значущих переживань, життєвих цінностей, змістів. У різних джерелах літератури неодноразово розглядалося питання про можливість продовження життя невиліковним хворим, зокрема онкологічним, та поліпшення його якості за допомогою психотерапії [1 — 4]. Наголошувалося також на необхідності надання психологічної допомоги особистості в кризових життєвих ситуаціях [5, с.103 – 112].

Особливістю роботи психолога з хворими онкологічної клініки (а це психічно здорові люди) нині є те, що багато з них першими не висловлюють прагнення працювати з психологом, ототожнюючи його або із священником, або з психіатром, або з людиною, яка може щось зробити за допомогою гіпнозу. Вони просто не знають, що можна одержати від психолога при зверненні до нього, не кажучи вже про норми взаємин. У ряді випадків ми вважали за необхідне першими налагоджувати контакт з хворими, що потребують негайної допомоги. Такими були хворі, за даними психодіагностики, з високими показниками депресивного і тривожного стану. Робота з хворими, що виявили бажання працювати з психологом, проводилася в індивідуальній формі у режимах психологічного консультування та короткотермінової психотерапії. Вона спрямовувалася на те, щоб показати хворим, як вони можуть сприяти своєму видужанню. Першим кроком до цього є розуміння того, наскільки сильно можна впливати на своє здоров'я і на свою хворобу, маючи тільки волю до життя. Суть

цього підходу полягає в тому, що хвороба, як відомо, не є лише фізичною проблемою. Це проблема всієї особистості людини, що складається не лише з її тіла, але і з психіки — розуму, емоцій. У широкому плані імунна система організму залежить від таких речей, як життєва мужність, життєва втома (наприклад, внаслідок розчарування або обманутих надій у зв'язку з виявленням онкологічного захворювання).

З пацієнтами, які погодилися на роботу з уявою (чоловіків — 47, жінок — 29), ми проводили роботу із зоровими образами [6, с.119 – 123; 7, с.172]. Вона ґрунтувалася на методах, зорієнтованих на емоційно-образне переживання і вирішення психологічних конфліктів: біологічний зворотний зв'язок, який дає змогу пацієнту впливати на внутрішні процеси, що відбуваються в його організмі; спрямоване фантазування, мета якого — свідомо реконструювати себе через взаємодію зі світом образів; кататимне переживання образів [8], спрямоване на розвиток зрілих самостійних структур Я пацієнта. Останній метод, який ще має назву “символдрама” і застосовувався при лікуванні психосоматичних захворювань, використовувався нами вперше в роботі з онкологічними хворими.

Суть роботи із зоровими образами полягає в тому, що хворий, у розслабленому стані лежачи на койці або сидячи в кріслі, за допомогою психолога міг викликати образи, схожі на сновидіння наяву. Пацієнти уявляли собі бажану ціль або її результат, наприклад, як різні види лікування (оперативне, хіміотерапевтичне або променеве) підтримують їхні внутрішні сили, руйнують хворобу і те, як захисні механізми допомагають організму видужати, а також своє життя через 5 або 10 років після лікування. При цьому ті, хто уявляв образ, часто могли прийти до майже реального переживання, розширеного до тривимірного простору. Пацієнтів просили розповідати про зміст образів, які появлялися. Психолог міг впливати на них і структурувати їх відповідно до спеціально розроблених правил. Повний емпатії (співчуття) супровід психолога мав особливо важливе значення в цьому діалогічному методі.

Ми рекомендували пацієнтам виконувати вправи на релаксацію і візуалізацію щодня по 15 — 20 хвилин. Більшість із них відчувала, що може досягти розслаблення з першого разу, а з часом їм вдавалося занурюватися у стан більш глибокого розслаблення. Потім у стані м'язової релаксації хворі уявляли свою

пухлину серед інших органів і те, що відбувалося з нею, як впливали на хворобу різні види лікування, а також як захисні сили організму руйнують пухлину. Багато пацієнтів констатували, що, коли їм вдавалося розслабитись, у них не тільки зникало фізичне напруження, а й водночас з цим мінялися їхні очікування щодо майбутнього життя. Пацієнтам пояснювалася важливість присутності деяких необхідних якостей символів, що виникають у зорових образах і сприяють їхній ефективності. Наприклад, ракові клітини повинні бути слабкими, не мати твердої структури, такими, які можна зруйнувати. Слід уявляти, що лікування має бути сильним і могутнім. Образи повинні вселяти віру в те, що лікування безумовно здатне зруйнувати хворобу. Ми виявили, що дія зорових образів була сильнішою за присутності у візуалізації картини безпосередньої взаємодії лікувальних засобів та раку, коли дія цих засобів на пухлину була зрозумілою.

Одні хворі уявляли картину того, як діє на пухлину променева та хіміотерапія, наприклад, як потік “енергетичних зарядів” пронизує грудну стінку і уражає пухлинні клітини на своєму шляху, інші — як гострі стріли пронизують та уражають злоякісні клітини, а потім мертві клітини вимиваються з організму природним способом. Деякі хворі уявляли злоякісну пухлину у вигляді брили льоду, яка поступово тане, а потім зникає під могутніми променями сонця.

Події в образах відповідали тому, що відбувалося в реальному житті пацієнтів, їхньому ставленню до того чи іншого виду лікування (певні очікування, а іноді навіть зневіру в майбутнє). Наприклад, промені проходять крізь грудну стінку, але не можуть знищити пухлину; хімічні препарати не здатні подолати хворобу; під час операції пухлина розпадається на дрібні шматочки або вона така велика, що її неможливо видалити.

Після розповіді пацієнтів про зміст образу ми просили їх намалювати один малюнок на тиждень і розповісти про нього. Через кілька тижнів ми мали змогу порівнювати ці малюнки та відмічати зміни. На деяких з них, на відміну від попередніх, що не були оптимістичними, пухлини були відгороджені від інших органів бар’єром захисних кров’яних тілець або клітин, що не давали змогу пухлині метастазувати.

Робота із зоровими образами сприяла формуванню позитивних очікувань. Неважко було помітити, як змінювався

характер зорових образів, відображений на малюнках хворих, вже за 6 — 8 тижнів лікування в стаціонарі. Якщо на початку роботи з психологом вони малювали, наприклад, пухлину величезних розмірів, що не давала їм дихати, або уявляли її окремо від організму у вигляді аморфної сірої або чорної плями, то через місяць роботи із зоровими образами, на післяопераційному етапі реабілітації, хворі візуалізували більш оптимістичну картину свого одужання. Порівнюючи кольори і символи, використані в перші та останні тижні лікування, ми також могли судити про те, як розвивалося ставлення пацієнтів до хвороби, лікування і до себе.

Тривалий час навіть після виписки із стаціонару з невеликою кількістю хворих (чоловіків — 7, жінок — 9) ми працювали *методом символдрами*, який діє як сильний психотерапевтичний інструмент. У роботі з багатьма хворими ми застосовували його в комбінації з іншими психотерапевтичними техніками [9, с.113 – 121]. Серед відомих сьогодні напрямів психотерапії, що використовують образи, символдрама є найглибше й системно проробленим, а також технічно організованим методом, який має фундаментальну теоретичну базу. Основу його становить вільне фантазування у формі образів на тему (мотив), яка задається психологом. Останній у процесі роботи з хворим виконує контролюючу, супроводжувальну та спрямовуючу функції. Концептуальну основу методу становлять глибинно-психологічні психоаналітично орієнтовані теорії, аналіз несвідомих та передсвідомих конфліктів, процесів і механізмів захисту як відображення актуальних емоційно-особистісних проблем.

Психолог вводить пацієнта у стан розслаблення, після чого пропонує уявити образи на задану тему — стандартний мотив. Уявляючи образи, пацієнт розповідає про свої переживання психологові, який сидить поряд. Для того щоб забезпечити найповніше і глибоке саморозкриття особистості пацієнта, психолог повинен звести до мінімуму свою сугестивну дію. Тривалість уявлення образів залежить від характеру мотиву, що уявляється, в середньому від 20 до 35 хвилин. Курс короткотермінової психотерапії складається з 15 — 20 сеансів з частотою від 1 до 3 на тиждень.

Мотиви, використовувані в символдрамі, з діагностичної точки зору, найбільш релевантно відображують внутрішній психодинамічний стан. В якості основних пропонуються такі

мотиви: квітка, лука, підйом угору, прямування уздовж струмка, обстеження будинка, узлісся, зустріч із значущою особою, будівництво будинка, ідеальне Я. Психотерапевтичні стратегії поділяються за дидактичними цілями на 3 ступені, на яких використовуються різні режисерські техніки.

На доопераційному етапі у стані депресії на першому сеансі хворі в мотиві *лука* часто уявляли оточену густими темними деревами невеличку луку з безвітряною тишею навкруги. В образі пацієнти не могли знайти виходу з луки або не бачили його, їм хотілося вийти з того кола, вони прагнули опинитися в іншому місці, на просторі.

Для того щоб знизити тривожність пацієнтів і полегшити їхні переживання, ми пропонували їм такий сильний ресурсний мотив, як *струмок*. Уявна подорож уздовж струмка, взаємодія з водою у багатьох викликала приємні емоції. Пацієнти нібито пили воду з джерела, мили руки та обличчя у воді, обливалися нею, мочили в ній ноги. Це давало їм сили і задоволення. Не вдаючись до глибокої інтерпретації, зазначимо позитивні зрушення — поступове зниження рівня їхньої тривожності, зростання життєвих сил організму. Дехто з них відчував свіжість, бадьорість, легкість дихання.

Працюючи з мотивом *гора*, при підйомі на гору та сходженні, які можна інтерпретувати як долання труднощів, кризи, хворі уявляли дуже важкий і довгий, сповнений небезпеки підйом. Різною бачилася їм панорама з гори: в одних — величезний простір, море, луки, поля; в інших — височезні гірські вершини, які закривали те, що можна було бачити, але дуже важким для більшості було сходження.

Хворим, які, за даними психодіагностики, мали високі показники депресивного і тривожного стану і втратили надію на видужання, пропонувався мотив *змія*. Його можна використовувати для полегшення психічного стану при тяжких соматичних захворюваннях. Символіка змії багатозначна. Вона є не тільки символом мудрості, а й має отруту, котра застосовується для лікування. Працюючи з мотивом, пацієнти просили змію принести їм те, що змогло б забезпечити їх зцілення, — цілющу рослину, рідину, котра повертає здоров'я, або дивовижний камінь, що дає новий сенс життя. Робота з цим мотивом завжди давала позитивний ефект.

Для розвитку зрілих самостійних структур Я пацієнта, вибору нових життєвих стратегій, які б полегшували долання тяжких станів, криз, ставлення до хвороби, пропонувався мотив “*будівництво дому*.” Роботі з цим мотивом було відведено 2 — 3 зустрічі. Працюючи в образі, пацієнти ставилися відповідально до планування і будівництва власного дому: усе робили, не поспішаючи, ґрунтовно, уважно вибирали місце під фундамент і підвальне приміщення, пояснюючи таку свою ретельність тим, що від фундаменту залежать міцність будівлі, її довговічність. З неменшою старанністю вони “будували” кімнати і службові приміщення. Кожна деталь дому мала в образі певне призначення і доцільність, тобто “будівництво” дому та його оформлення нагадували глибоку внутрішню проробку пацієнтів. Через тиждень після роботи з цим мотивом вони повідомляли, що стали почувати себе спокійнішими, впевненішими і що їхні думки про майбутнє змінилися на краще.

Підсумовуючи результати проведеної роботи, ми цілком усвідомлюємо, що психолог не може вилікувати хворого від онкологічного захворювання, проте він може допомогти йому долати кризовий стан, допомогти знову відчувати смисл і радість життя і, крім того, втішити його, навчити стійко переносити страждання. У найтяжчих випадках, коли доля посилає людині найсерйозніше випробування у вигляді тяжкої хвороби, психолог повинен зробити все можливе, аби допомогти хворому достойно нести цей тягар.

РЕЗЮМЕ

Раскрыт опыт оказания в современных условиях психологической помощи онкологическим больным. Наличие онкологического заболевания рассмотрено как кризисная ситуация в жизни личности. Акцент сделан на изменениях, происходящих в структуре личности пациентов, перестройке в их мотивационной, ценностной и эмоциональной сферах. Рассмотрены методы психотерапии, помогающие онкологическим больным преодолеть кризис, вызванный болезнью. Показана возможность использования методов визуализации, в частности символдрамы, наряду с традиционными методами лечения больных в онкологической клинике.

SUMMARY

The experience of psychological help for people having cancer in the contemporary conditions is revealed. The presence of a cancer disease is discerned as a crisis situation in a personal life. The accent has been made upon the changes in the structure of patients' personalities, rebuilding of their motivational, value and emotional spheres. Psychotherapeutic methods helping patient to overcome crisis caused by the disease are examined. The possibility to use visualization methods, in part those of the symbolic drama in complex with the traditional methods of cancer patients treatment is shown.

Литература

1. *Simonton C. & S.* Getting Well Again. — Los Angeles, 1978.
2. *Шутценбергер А.А.* Тяжелобольной пациент (15-летний опыт применения психодрамы для лечения рака) // Вопросы психологии. — 1990. — № 5.
3. *LeShan L.* Cancer as a Turning Point. A Plume Book. — 1994.
4. *Гнездилов А.В.* Путь на Голгофу: Очерки работы психотерапевта в онкологической клинике и хосписе. — СПб.: АОЗТ фирма "КЛИНТ", 1995.
5. *Титаренко Т.М.* Нужна ли психологическая помощь личности в кризисных жизненных ситуациях // Журн. практ. психолога. — 1999. — № 1.
6. *Шевченко А.И., Шевченко Н.Ф.* Использование метода направленного воображения в лечении онкологических больных // Журн. практ. психолога. — 1998. — № 1.
7. *Шевченко Н.Ф.* Метод визуализации как средство психологической реабилитации онкологических больных // Паллиативная медицина и реабилитация. — 1998. — № 2—3.
8. *Лейнер Х.* Кататимное переживание образов / Пер. с нем. Я.Л. Обухова. — Москва: Эйдос, 1996.
9. *Шевченко Н.Ф.* Врачевание словом. Опыт использования метода символдрамы в лечении онкологических больных // Журн. практ. психолога. — 1999. — № 1.

© Шевченко Н.Ф.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РЕАБИЛИТАЦИИ ЛИЦ, ПЕРЕНЕСШИХ ИНСУЛЬТ

Изучение проблемы восстановления локомоторных функций у лиц, перенесших инсульт, актуально не только для научной и практической медицины, нейрофизиологии, нейрохирургии, биомеханики, но и для психофизиологии, психологии. Известно, что инсульт, или апоплексия, — заболевание, связанное с острым нарушением мозгового кровообращения вследствие повреждения тканей мозга и расстройства его функций. Различают геморрагический и ишемический инсульт. В первом случае происходит кровоизлияние в мозг, во втором — вследствие затруднения либо прекращения поступления крови к тому или иному отделу мозга размягчаются соответствующие ткани, что и приводит к инфаркту мозга. После перенесенного инсульта у больных длительное время могут сохраняться нарушения локомоторных функций (параличи, парезы), расстройства речи, чувствительности, функционирования выделительной системы и пр. Всё перечисленное в большей мере относится к сфере научных и практических интересов медицинских работников.

Психолога и психофизиолога больше интересуют психические состояния, процессы, механизмы и явления, связанные с процессом психической реабилитации пациента. Для психического состояния лиц, перенесших инсульт, характерны подавленное настроение, страх перед перспективой навсегда остаться инвалидом, стать обузой для окружающих, состояние полной беспомощности, депрессия, перспектива потери завоеванного социального статуса, ухудшения материального положения и пр. Состояние усугубляется и невозможностью самостоятельно выполнять элементарные локомоторные и физиологические акты.

Таким образом, одной из важных задач психолога на первом этапе реабилитационного периода является поиск путей восстановления простейших локомоторных актов. К решению этой задачи можно приступать после возобновления у пациента

простейших рефлексов (миотатического, сгибательного, стречч-рефлекса и др.).

Фактически задачу, стоящую перед психологом на данном этапе реабилитации, можно сформулировать как восстановление или формирование заново психического образа исполнения двигательных действий, деятельности путем изменения двигательной задачи действия. Идея переформулирования двигательной задачи действия принадлежит Н.А.Бернштейну.

Известно, что в каждом локомоторном акте можно выделить его смысловую структуру и двигательный состав действия. Смысловая структура вытекает из содержания двигательной задачи действия, которая, в свою очередь, связана с уровнем сформированности у индивида соответствующего сенсомоторного поля. Степень и качество сформированности сенсомоторного поля указывают, на каком уровне и с привлечением каких матриц строилось управление заданным локомоторным актом. Двигательный состав действия в большей мере способствует выявлению меры участия конкретных фоновых уровней и их роли в организации, построении соответствующего локомоторного акта и управлении им.

Напомним, что ведущий уровень управления всегда осмыслен и адекватен смысловой структуре двигательного акта. С его помощью в управлении реализуются только основные, самые решающие в смысловом отношении коррекции. Фоновые уровни обеспечивают необходимые технические загрузочки, на фоне которых происходит управление локомоциями (тонус, иннервация, деннервация, реципрокное торможение, сложные синергетические ансамбли и т.п.). Таким образом, выявление места расположения очага поражения в целом, его соматотопических свойств, взаимоотношений с другими системами, направления и знака явлений (например, гиподинамические явления: депрессия, гиподипсия и полное выпадение или гипердинамия, проявляющаяся как в количественном выражении раздражения органа, его гиперфункции, так и в качественном искажении поступающей информации) имеет принципиальное значение для разработки эффективных приемов психофизиологической реабилитации. Для наглядности обратимся к приведенной ниже схеме (рис.).

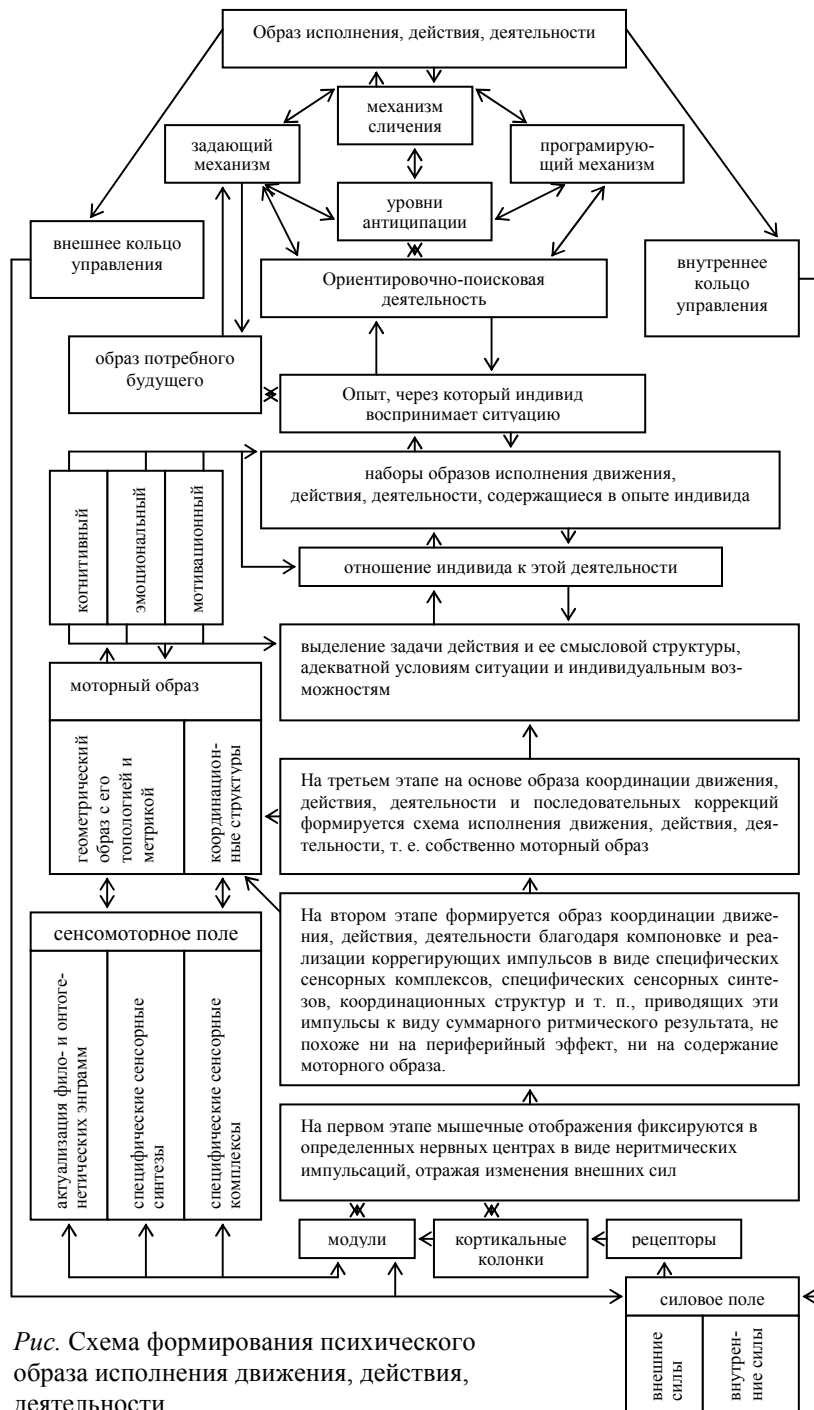


Рис. Схема формирования психического образа исполнения движения, действия, деятельности

Анализируя представленную схему, можно сформулировать некоторые зависимости нарушений локомоторных функций от места поражения.

Поражение афферентационных систем уровня А (моторики туловища и его сегментов) — первая матрица — приводит к выраженной гипотонии, сопровождающейся нарушениями рефлекторной регуляции тонуса, потерей равновесия, создает проблемы, связанные с координацией, разлаженностью в управлении локомоторными актами, двигательной деятельностью в целом. Поражение эфферентной системы этого уровня перекрывает поток импульсов по обоим главным экстрапирамидальным эфферентным трактам спинного мозга — рубро-спинальному и вестибуло-спинальному. При этом возникает симптом гипотонии со значительным падением эластической составляющей тонуса. Поражения этого уровня управления локомоциями приводит также к разрушению первой матрицы, которая использует лишь внутреннюю афферентацию (управление осуществляется внутренним кольцом). Это, в свою очередь, отрицательно сказывается на управлении позами, произвольными движениями, актуализации и функционировании безусловных рефлексов, филогенетических энграмм, специфических сенсорных комплексов, дифференциации ощущений, специфических сенсорных синтезов соответствующего класса. Иными словами, искажаются условия функционирования и актуализации сенсомоторного поля индивида.

Поражение центрального афферентационного ядра уровня В (таламо-паллидарного уровня синергий и штампов) — вторая матрица — ведет к тотальному нарушению координаций, самостоятельных движений уровня синергий (выразительной моторики, мимики, пантомимики, пластики). Поражение этого уровня приводит также к появлению болевых ощущений (центрального либо периферического происхождения) при определенных позах или движениях, что обуславливает возникновение (почти рефлекторно) противоболевых коррекций, существенно искажающих необходимые для управления конкретной локомоцией истинные координационные структуры. Нарушения функционирования уровня Б приводят к сбоям в деятельности второй матрицы, отвечающей за использование старых и формирование новых схематических образов координации движений, действий, схематических геометрических образов, дифференциации ощущений по

соответствующим модальностям и порогам, образов восприятия, моторных образов действия.

Поражения уровня С (корково-стриарный уровень пространственного поля, относящийся к пирамидно-кортикальной системе) приводят к нарушениям функционирования третьей матрицы, имеющей два выхода к эффекторной периферии — пирамидальный и экстрапирамидальный, что проявляется в нарушениях деятельности зрительной афферентации, точности оценки размеров и форм движений, дифференциации и деления движения на составляющие на основе индивидуального опыта, обеспечения передвижения тела в пространстве за счет афферентации, переработанной и упорядоченной в виде образов восприятия сенсомоторной информации, поступившей от синтезов теле-проприо-тангорецепторики, невозможности целенаправленного достижения запланированного результата. Этот уровень подразделяется на два подуровня (3.1,3.2). Нарушения функционирования матрицы 3.1 (первый подуровень) приводят к сбоям при использовании непосредственно заданных пространственных контуров движений (образов координации, геометрического образа, моторного образа), а матрицы 3.2 (второй подуровень) — к сбоям при использовании образов исполнения двигательной деятельности, ориентировки в пространстве, точности целевых пространственных перемещений, исполнении и использовании нестандартных целевых действий, возможностей перехода от драйв-рефлексов к эмоционально-мотивационной сфере (в собственно психологическом понимании), от произвольных к произвольным предметным действиям.

Поражения уровня Д (уровня предметных действий, относящегося к пирамидно-кортикальной системе) приводит к сбоям в функционировании четвертой матрицы, обеспечивающей управление процессом решения смысловой задачи, составления логически связанных последовательных движений, действий, управления движениями с предметом. Нарушения телерецепторной афферентации, обеспечивающей функционирование этой матрицы на основе деятельности внешнего и внутреннего колец, ухудшают либо делают невозможными качественную актуализацию и формирование фило-онтогенетических энграмм, адекватного ситуации моторного и сенсорного полей, образов исполнения действия, движения, двигательной деятельности, образов потребного будущего. Иначе говоря, разлаживается управление почти

всеми возможными видами смысловых движений, деятельности (в том числе и мотивационный компонент), формирование на основе ведущей афферентации психического образа предмета, опираясь на который индивид строит перцептивные и концептуальные модели поведения, образ потребного будущего. Нарушается функционирование систем, осуществляющих афферентацию этого уровня, что приводит к ошибкам или невозможности осмысления образа потребного будущего, смысла возникшей двигательной задачи, ее смысловой структуры, замены метрических размерных соотношений топологическими, возникновения и оперирования понятиями “до того”, “сейчас”, “после того”, санкционирования образования и совершенствования новых координационных структур в конкретной ситуации на основе сформированных ранее на нижележащих матрицах.

Поражения уровня E (высшего кортикального уровня) приводят к сбоям в функционировании пятой матрицы, отвечающей за управление высшими символьными коррекциями (речь, письмо и т.п.). Ее сложная смысловая афферентация не связана с внутренним кольцом обратной связи и полностью зависит от деятельности внешнего кольца. Она обеспечивает управление процессами мышления, внимания, памяти, функционированием задающего, программирующего и сличающего механизмов, ориентировочно-поисковой деятельностью, формированием отношения к предстоящему виду деятельности, осуществляет координационное воздействие на образование мотивационной надстройки для исполнения конкретного движения, действия, деятельности. Координационные структуры, сформированные на этом уровне и входящие в состав образа исполнения действия, обеспечивают управление различными видами речи, письма, музыкальными, хореографическими и другими видами двигательной деятельности.

Таким образом, можно сформулировать общие принципы зависимости нарушений локомоторных функций от места поражения.

Чем ближе очаг поражения к периферии, тем отчетливее проявляется избирательность нарушений по отношению к периферическому органу или области тела. Чем ниже в иерархии уровней управления двигательной деятельностью расположен пораженный участок, тем труднее компенсировать потери, связанные с нарушениями в области двигательного состава действия

и, наоборот, тем легче компенсировать потери, обусловленные нарушениями в области смысловой структуры действия.

Для верхних уровней справедливо обратное утверждение, поскольку чем выше расположен поврежденный уровень, тем меньше остается компенсаторных возможностей, позволяющих качественно построить необходимую локомоцию и управлять ею и двигательной деятельностью в целом.

Нарушение смысловой структуры выражается в неадекватном выборе пациентом двигательного состава действия при исполнении необходимого локомоторного акта, независимо от того, понимает ли он суть и меру ошибочности своего решения. Такое решение можно классифицировать как случай, характеризующий нарушения двигательного состава при частичном сохранении смысловой структуры.

Основным приемом построения реабилитационных схем, используемых на первом этапе психологической реабилитации пациентов, перенесших инсульт, является переформулирование двигательной задачи действия с учётом этапности построения образа исполнения двигательной деятельности на основе внешнего кольца управления и внешней обратной связи.

Основываясь на представленном теоретическом анализе и опыте реабилитационной работы, можно предложить алгоритм действий психолога на первом этапе реабилитации пациентов, перенесших инсульт:

- выяснить из истории болезни пациента местонахождение очага поражения и степень функционирования простейших рефлексов (миотатического, сгибательного, стречч-рефлекса и др.);

- проанализировать и сформулировать смысловую структуру восстанавливаемого движения, его двигательную задачу, перечень мышечных синергетических ансамблей, задействованных в реализации задачи действия;

- выявить поврежденные участки в структуре формирования образа исполнения действия, двигательной деятельности;

- учитывая общее функциональное состояние пациента, степень повреждения матричных уровней управления, приступить к обучению и самостоятельному исполнению простейших локомоций (перевороты со спины на живот и наоборот, самостоятельный подъем в сед и пр.);

- используя внешние ориентиры, рассчитать с помощью чисел Фибоначчи разметку, ограничители пространственно-

временных показателей выполнения заданного движения, действия. При участии внешнего кольца управления загрузить каркасную мускулатуру, обеспечивающую грубое выполнение искомого движения, действия (достать пораженной конечностью предмет на определенной высоте, в заданном коридоре пройти по разметке, пройти по разметке с заданными пространственно-временными характеристиками и пр.);

— по предложенной схеме, опираясь на матричную многоуровневую двукольцевую циклическую, матричную организацию функциональной системы управления двигательной деятельностью с учетом этапов формирования образа исполнения движения, действия, двигательной деятельности, продолжать совершенствование двигательного действия, деятельности до полного их восстановления (обучение использованию в управлении сегментарных и региональных образов координационных структур, тонких координационных структур, обеспечивающих управление силовым полем, возникшим на периферии, и т.п.);

— в процессе восстановления локомоторных функций формировать у пациента мотивацию достижения, самоактуализации и пр.

РЕЗЮМЕ

Проаналізовано психофізіологічні особливості порушень, що виникають в осіб, які перенесли інсульт. Сформульовано загальне положення про залежність порушень локомоторних функцій від місця ураження. На основі теоретичного аналізу та власного досвіду реабілітаційної роботи автора описано алгоритм дій психолога на першому етапі реабілітації пацієнтів.

SUMMARY

Psychophysiological peculiarities of disorders that show up in cases of insult are analyzed. The general statement about dependence of the locomotor functions disorders from the place of attack is made. On the basis of theoretical analyses and the personal experience of the rehabilitation activities the author describes the algorithm of a psychologist actions on the first stage of patients' rehabilitation.

© Малхазов А.Р.

Б.П.Лазоренко, Інститут соціальної та політичної психології АПН України

РОЛЬ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ У ВИБОРІ СТРАТЕГІЇ ПОДОЛАННЯ ЖИТТЄВОЇ КРИЗИ МОЛОДІ З ВІЛ-ІНФЕКЦІЄЮ

Отримання діагнозу ВІЛ-інфекції — це завжди життєва криза для молодої людини, бо потребує радикальної зміни її життя і поведінки, безпосередньо впливає на особистість. Здолати цю кризу неможливо без сторонньої допомоги [1]. Саме психологічна допомога в цьому є найбільш суттєвою, бо від неї безпосередньо залежить подальший особистісний вибір ВІЛ-інфікованого, його власне життя та життя близьких, подальші темпи поширення СНІДу серед населення України.

У зв'язку з цим важливе значення має більш детальне дослідження основних категорій ВІЛ-інфікованої молоді, внутрішніх і зовнішніх чинників впливу на її особистісний вибір, ролі психологічної допомоги у виборі стратегії подолання нею життєвої кризи з тим, щоб ця інфекція не поширювалась у молодіжному середовищі й у суспільстві в цілому.

Загальна характеристика ВІЛ-інфікованої молоді в Україні та її категорії. За основним шляхом отримання ВІЛ-інфекції та характером соціально-психологічної поведінки ВІЛ-інфікованих можна поділити на декілька категорій. Це передусім *споживачі наркотиків*, переважна більшість яких захворіла ін'єкційним шляхом. Таких найбільше серед хворих на ВІЛ-інфекцію. Відносно невелика частина ВІЛ-інфікованих мають *гомосексуальну статеву орієнтацію* і невелику, але постійно зростаючу частку, становлять ВІЛ-інфіковані *гетеросексуальної орієнтації*. За критерієм безпечності соціально-психологічної поведінки переважна більшість молоді отримала цю інфекцію внаслідок власної небезпечної поведінки під час вживання наркотичних речовин чи безладного статевого життя.

У соціальному плані більшість ВІЛ-інфікованих не працює і перебуває на утриманні батьків чи близьких та рідних. Певна частина їх веде асоціальний спосіб життя, знаходить кошти на немедичне вживання наркотичних речовин, займаючись крадіжками, проституцією. Незначна кількість їх веде звичний, соціально прийнятний спосіб життя.

Особистісний вибір, типи особистості ВІЛ-інфікованої молоді та її особистісні риси. Із соціально-психологічної точки

зору, простір особистісного вибору ВІЛ-інфікованої молоді складається з двох основних альтернативних полюсів. З одного боку, це здоровий, соціально прийнятний спосіб життя, а з другого — асоціальний, кримінальний, нездоровий, пов'язаний з уживанням наркотиків, крадіжками, проституцією. Між цими полюсами існує широкий спектр типологічних та індивідуальних варіантів. Особистісний вибір ВІЛ-інфікованої молоді можна розглянути в кількох основних аспектах.

Перший — це вибір бути соціально адаптованою, самостійною особистістю, яка утримує саму себе, або асоціальною, залежною від інших, несамостійною, жертвою обставин. Другий — орієнтований на здоровий спосіб життя або, навпаки, — на зловживання наркотиками, зневажливе ставлення до своєї особистості, свого здоров'я і життя. Третій — це відповідальне ставлення до себе та своїх близьких, у тому числі до партнерів по вживанню наркотичних речовин і статевих стосунках, або вибір безвідповідальної поведінки, яка призводить до подальшого поширення ВІЛ-інфекції.

Типи особистостей, що ведуть здоровий спосіб життя. Серед ВІЛ-інфікованих молодих людей, які обрали здоровий спосіб життя, можна виділити два типи — соціально активного лідера і пристосовницький.

До типу *соціально активного лідера*, представників якого, на жаль, дуже мало серед сучасної інфікованої молоді, можна віднести особистості, котрі, як правило, не приховують свого статусу, намагаються об'єднати навколо себе інших хворих на СНІД, створити відповідну організацію для захисту власних прав, кращі умови для лікування. Вони налагоджують зв'язки з іншими спорідненими організаціями, активно працюють у сфері профілактики наркоманії та ВІЛ-інфекції/СНІДу, надають психологічну та іншу підтримку іншим хворим на СНІД. Представники *пристосовницького типу* особистості усіляко намагаються приховати свій статус, піклуються про своє здоров'я, ведуть звичайний соціальний спосіб життя. Вони часто намагаються уникнути всього, що може нагадувати їм про хворобу. Проте інколи можуть безвідповідально поводити себе у стосунках зі своїми статевими партнерами.

Типи особистостей асоціального способу життя. Послугуючись поняттями трансактного аналізу, з соціально-психологічної точки зору серед особистостей асоціального способу життя можна виділити такі найбільш поширені типи, як “авантюрист”,

“жертва” та “переслідувач”. Для *авантюристичного типу* притаманні пошуки пригод, нехтування власним здоров’ям та життям, ризикована поведінка, безвідповідальність. Молодь такого типу живе сьогоднішнім днем, намагається у своїх авантюрах втекти від власного життя і самих себе, вважає, що залишок життя варто провести якнайефектніше. Для *“жертви”* (пропащого) характерні депресивні стани та суїцидальні тенденції. Вона звинувачує себе в усьому, що з нею сталося, зневірюється у власних силах, втрачає смисл життя, має усвідомлену чи підсвідому суїцидальну особистісну спрямованість. Тут виявляються незначний суб’єктний потенціал, обмежена самосвідомість, неадекватно завищена або занижена самооцінка. У “жертви” слабка емоційно-вольова база особистості, для неї, як правило, характерна втрата віри у власні можливості, надії на краще життя для себе.

“Переслідувач” характеризується агресивністю, прихованими або явними тенденціями до помсти оточуючим за свої негаразди. У своїх бідах він схильний звинувачувати насамперед інших, обставини, тільки не самого себе. Якщо він навіть і має незначний суб’єктний потенціал та обмежену самосвідомість, проте демонструє неадекватно завищену самооцінку. Для нього властива безвідповідальність у ставленні до себе та інших.

Внутрішні психологічні чинники особистісного вибору ВЛІ-інфікованої молоді. Серед внутрішніх чинників, які значно впливають на особистісний вибір ВЛІ-інфікованої молоді, слід назвати *психіатричні проблеми та захворювання*, притаманні її певній частині, передусім споживачам наркотиків, для яких немедичне вживання останніх є певним засобом забезпечення адаптації до навколишнього життя. Такими внутрішніми чинниками можуть бути також *психологічні травми та комплекси*, набуті в дитинстві та підлітковому віці внаслідок неправильного виховання, бездоглядності з боку батьків і педагогічної запущеності з боку вчителів. Великий вплив на особистісний вибір ВЛІ-інфікованої молоді можуть справляти ще такі особистісні риси та характеристики, як:

- усвідомлена чи підсвідома суїцидальна особистісна спрямованість;
- незначний суб’єктний потенціал, обмежена соціальна дієздатність;
- неадекватно завищена або занижена самооцінка;

— слабка емоційно-вольова база, втрата віри у власні можливості, надії на краще життя для себе;

— низький рівень домагань — бажання бути кимось, чогось досягти, сміти бути;

— невміння реалізувати себе соціально прийнятним та виправданим способом (неможливість отримати роботу чи працювати, якщо вдасться знайти роботу);

— безвідповідальність у ставленні до себе та інших.

Чинники зовнішнього оточення (негативні і позитивні).

Велику роль, як позитивну так і негативну, в особистісному виборі ВІЛ-інфікованої молоді відіграють чинники зовнішнього соціального оточення. Серед негативних чинників слід виділити:

— стигматизацію з боку суспільства;

— відсутність у сучасному українському суспільстві належної системи соціальної адаптації молоді з соціально-психологічними проблемами, забезпечення її формами зайнятості, які відповідають її можливостям;

— зневіра з боку батьків та близьких (“махнули рукою”, “поставили хрест”);

— втягування в асоціальний та кримінальний спосіб життя з боку найближчого негативного оточення (залучення до крадіжок, наркоманії, проституції).

— Разом з тим велику спрямовуючу силу для позитивного особистісного вибору ВІЛ-інфікованої молоді мають такі зовнішні соціальні фактори:

— підтримка з боку соціально значущих осіб, організацій, у тому числі міжнародних;

— психосоціальна підтримка з боку медичного персоналу і психологів існуючої системи медичної та психосоціальної допомоги ВІЛ-інфікованій молоді, громадських, зокрема релігійних, організацій, котрі активно діють у цій сфері;

— всебічна допомога батьків і близьких;

— відчуження з тих чи інших причин колишніх партнерів по вживанню наркотичних речовин та асоціальному способу життя.

Слід зазначити, що провідними серед психологічних чинників в особистісному виборі ВІЛ-інфікованої молоді людини є внутрішні, які і визначають її життєвий шлях. На жаль, вони здебільшого не є позитивними для таких хворих, що й зумовлює,

на наш погляд, існуючі темпи поширення ВІЛ-інфекції в Україні та подальший несприятливий соціально-психологічний прогноз розвитку цієї епідемії.

Основні стратегії виходу ВІЛ-інфікованих із життєвої кризи. Ці стратегії можна узагальнити у двох напрямках. Перший — *негативний*, який виявляється в руйнуванні в молодій людині соціальних та етичних бар'єрів, які ще залишилися, намаганні “взяти від життя побільше” чи просто в поверненні до звичних життєвих стереотипів поведінки, які були в неї до захворювання на ВІЛ-інфекцію. Другий — *позитивний*, коли молода людина усвідомлює конечність свого життя і необхідність прожити його якнайповніше, осмислено, тобто реалізувати свій людський потенціал за час, відведений їй долею. Цей напрям пов'язаний із здоровим способом життя, активною життєвою позицією, формуванням та втіленням позитивної життєвої програми.

Роль психологічної допомоги у реалізації позитивного життєвого вибору. Серед факторів, які позитивно впливають на особистісний вибір ВІЛ-інфікованої молоді, привертає увагу діяльність професійних психологів, котрі своєю роботою можуть істотно допомогти певній частині своїх клієнтів зробити правильний вибір у житті і цим внести свій вклад у зменшення темпів поширення ВІЛ-інфекції в Україні [2]. Це перш за все сприяння позбавленню від небажаних психологічних комплексів та зміні негативних психологічних настанов, зціленню від набутих психотравм.

Дуже істотною є допомога професійного психолога ВІЛ-інфікованим, що полягає у віднайденні ними сенсу власного подальшого життя, а також профілактика депресивних станів і пов'язаної з ними суїцидальної поведінки. Згідно з поняттями трансактного аналізу, ця допомога полягає у сприянні тому, щоб клієнт відмовився від ролей “жертви”, “переслідувача”, та у формуванні й реалізації особистісної життєвої програми *“переможця”*.

Таким чином, психологічна допомога сприяє вибору ВІЛ-інфікованою молоддю позитивної життєвої стратегії (соціально адаптованої поведінки, здорового способу життя), зменшенню темпів поширення ВІЛ-інфекції у молодіжному середовищі і цим допомагає зберегти життя іншим молодим людям. Однак для того, щоб ця допомога була більш ефективною, вона має доповнюватись адекватною медичною, юридичною та соці-

льною допомогою молодим людям з ВІЛ-інфекцією. Тобто вона повинна бути важливим елементом цілісної державної та громадської системи роботи з ВІЛ-інфікованими [3].

РЕЗЮМЕ

Рассмотрена роль психологической помощи молодежи с ВИЧ-инфекцией в выборе ею стратегии преодоления жизненного кризиса. Выделены характерные для инфицированной молодежи психологические типы, внутренние и внешние факторы, влияющие на ее личностный выбор. Отмечено, что профессиональная психологическая помощь способствует смене негативных установок, помогает излечению от психологических травм, позволяет обрести смысл дальнейшей жизни и выступает эффективной профилактикой суицидального поведения.

SUMMARY

The role of the psychological help to youths who are AID-infected in course of choosing strategies of life crisis overcoming is examined. Specific for infected youths psychological types, inner and outer factors influencing their personal choice are defined. It is stated that professional psychological support helps to treat psychological traumas, allows to find sense of life, helps to change negative attitudes and is an efficient protection of a suicidal behavior.

Література

1. *Пурік О.П.* Особливості психологічної допомоги при ВІЛ/СНІД/ Психологія життєвої кризи, 1998.
2. Україна на порозі епідемії СНІДу.— К., 1999.
3. Лікувально-терапевтична та психосоціальна допомога ВІЛ-інфікованим і хворим на СНІД у Польській Республіці: Проблеми наркоманії, ВІЛ-інфекції та ХПСШ в Україні // Інформ. вісн.— 1999.

© Лазоренко Б.П.

*С.І.Яковенко, Інститут внутрішніх справ
МВС України, м. Київ*

*В.І.Лисенко, Лабораторія кризової психології
НДІ дитячої курортології та фтизіатрії,
м. Євпаторія*

ПСИХОСОЦІАЛЬНИЙ СУПРОВІД ПОТЕРПІЛИХ ПРИ КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ

Значний гуманітарний аспект наслідків великих катастроф привів до нового визначення на рівні ВООЗ поняття людського здоров'я, під яким нині розуміють “забезпечення фізичних, психічних, інтелектуальних та біологічних показників функціонування людини за максимальних впливів навколишнього середовища”.

Характерною особливістю розвитку психологічної науки у ХХ ст. був перехід від умоглядних побудов та лабораторних експериментів до продуктивних спроб теоретично осмислити і практично розв'язати реальні проблеми людського буття. Серед цих проблем варто виділити проблему психологічних наслідків надзвичайних ситуацій та катастроф. Саме природні, техногенні й антропогенні катастрофи є головною причиною масової загибелі та страждань населення, виникнення гострих і хронічних патологічних та непатологічних психічних розладів. Отже, перед психологічною наукою постає завдання дослідження та пояснення психологічних наслідків катастроф, розробки ефективних засобів запобігання їм та надання психологічної допомоги потерпілим. Необхідні розроблення та впровадження пояснювальних теорій, теорій середнього рівня, які б давали змогу розробляти на їх базі практичні заходи з науковим обґрунтуванням.

Великі надзвичайні ситуації останнього часу в Україні (аварії на шахті ім. Засядька – 53 загиблих, на шахті ім. Баракова — 80 загиблих, ракетний обстріл житлового будинку в м. Броварах та ін.) завжди призводили до негативного соціального резонансу в суспільстві. Через подібні обставини в багатьох країнах на державному рівні розроблена система психосоціального реагування під час надзвичайних ситуацій (НС).

Керівництво Головного управління планування та дії у кризових ситуаціях МНС України запропонувало авторам статті розробити проект національного психосоціального плану при

надзвичайних ситуаціях (НПСПНС). Наші пропозиції дістали втілення в Законі України “Про захист населення і територій від надзвичайних ситуацій техногенного та природного характеру”.

Плани психосоціальних заходів у разі великих НС існують в усіх розвинених країнах, доповнюючи так звані “червоні папки”, і відповідно до них здійснюються заходи на федеральному або загальнодержавному рівні і під час НС. На першому етапі ми вивчили та проаналізували Національний план Канади (“Personal Services: Psychosocial Planning for Disasters”) та Бельгії (“Belgian National Psycho-Social Disaster Plan”), що вважаються еталонними у світі. Над останнім планом спеціально працює Центр кризової психології Королівського військового шпиталю Бельгії.

У цих планах зазначено, які організаційні структури мають бути задіяні в разі виникнення НС та операційні блок-схеми. Слід відмітити, що ці плани розроблені на національній основі. І в Канаді, і в Бельгії досить сильними є організації Червоного Хреста, розвинена мережа соціальних служб. Маленька Бельгія при виникненні катастроф федерального рівня може розгорнути, згідно з національним планом, до 100 центрів психосоціальної допомоги (helpcentrum). У плані обов’язково обумовлена роль церкви при наданні соціально-психологічної допомоги постраждалим від НС. В Україні з її певними труднощами щодо залучення соціальних та психологічних служб при НС найбільш перспективним є первісне використання психологів МНС, де існує досить структурована й високопрофесійна мережа цих спеціалістів.

Для фахівців з управління (менеджменту) при кризових ситуаціях у зазначених національних планах обов’язково існують розділи “Психоемоційні наслідки НС”. Окремо виділені розділи за категоріями найбільшого ризику при НС: “Діти/НС”, “Люди похилого віку та НС”, “Доросле населення”, “Допомога допомагаючим”. Виокремлена також діяльність за даним напрямком у різних фазах НС та розглянуто психосоціальні особливості всіх фаз реагування: попередження; безпосередньої загрози; впливу; оцінки; рятування; відновлювання (повернення); завершальної реконструкційної фази.

У планах у загальних рисах окреслено різні варіанти психосоціальної допомоги. Наведено головні терміни з проблеми, в разі потреби — різницю між ними, наприклад, між “жертвою” і “постраждалим”. Ретельно проаналізовано питання попередніх тренувань для мінімізації психосоціальних наслідків НС.

В усіх національних планах обговорено такі питання:

1) дії команд рапідного (швидкого) психологічного реагування під час НС. Наприклад, гострота саме цієї проблеми зумовила створення у 2000 р. в структурі МНС Росії Центру екстреної психологічної допомоги;

2) формування та підготовка “стрес-команд” серед професійних рятувальників. З урахуванням світового стандарту в Закон України “Про аварійно-рятувальні служби” введено положення про психологічну підготовку професійних рятувальних формувань;

3) психологічний супровід та умови діяльності професійних рятувальників під час НС. МНС України випустило монографію С.І. Яковенка, В.І. Лисенка “Соціально-психологічна допомога при надзвичайних ситуаціях та критичних інцидентах”, у якій вперше в Україні висвітлено ці питання.

Проведений аналіз дав змогу виділити базові принципи соціальної та персональної відповідальності. Було вивчено три різні моделі підходу до надання соціально-психологічної допомоги:

- 1) невідкладна психосоціальна підтримка;
- 2) психологічна підтримка;
- 3) мультидисциплінарна підтримка.

У зв’язку з тим, що на законодавчому рівні (Закони України “Про захист населення та територій від надзвичайних ситуацій техногенного та природного характеру” і “Про аварійно-рятувальні служби”) вже визначено обов’язковість проведення щодо постраждалих, а також щодо професійних рятувальників “медико-психологічної реабілітації в центрах на базі санаторно-курортних установ”, то для українського національного плану найбільше підходить саме мультидисциплінарна модель. Базовими її положеннями мають бути профілактичний характер (психологічний, а не психіатричний акцент), соціальний та колективний підхід, відновлювальний характер та відновлювальна перспектива. Ця модель більше відповідає віктимологічній точці зору.

Вже нині є визначення критеріїв НС та критичних інцидентів для введення НПСПНС. Якщо за багатьох НС це залежить від масштабу катастрофи та кількості загиблих (поранених), то під час авіаційних катастроф, захоплення заручників, обстрілів дії,

визначені планом, слід проводити обов'язково, як це робиться у світовій практиці. При таких критичних інцидентах події розгортаються досить швидко, непрогнозовано, невідконтрольно і мають великий суспільний резонанс через ЗМІ. Тому на державному рівні слід вживати масштабних і термінових скоординованих соціально-психологічних заходів.

Проект плану витримає тестування практикою, якщо відповідатиме критеріям дійовості, оперативності, безперервності та соціального прийняття.

На основі накопиченого досвіду (психологічна допомога постраждалим від наслідків Чорнобильської катастрофи, інших надзвичайних ситуацій та їх реабілітація), наявних інформаційних ресурсів з даної проблеми є можливість розробити та впровадити в практику вже найближчим часом проект Плану психосоціальної діяльності при надзвичайних ситуаціях.

РЕЗЮМЕ

Рассмотрена проблема психологической помощи при чрезвычайных ситуациях. Представлен анализ проблемы психосоциального сопровождения во время катастроф и бедствий в развитых странах (Канада, Бельгия). Выделены базовые принципы социально-психологической помощи в чрезвычайных ситуациях в Украине.

SUMMARY

The problem of psychological help in case of an extraordinary situation is scrutinized. The analysis of the problem psychosocial support during catastrophes in the developed countries is presented. Basic principles of socio-psychological support during extraordinary situations in Ukraine are singled out.

© Яковенко С.І., Лисенко В.І.

З М І С Т

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ КРИЗОВОЇ ПСИХОЛОГІЇ

<i>Титаренко Т.М.</i> Чому і як особистість стимулює дебют життєвої кризи.....	3
<i>Лебединська І.В.</i> Культурна криза як екзистенційний проект.....	11
<i>Злобіна О.Г.</i> Суспільна і особистісна кризи	17
<i>Чепелева Н.В.</i> Розуміння та інтерпретація критичної ситуації	23
<i>Маноха І.П.</i> Традиція і екстрадиція у методологізації кризових явищ буття людини	33
<i>Кириленко Т.С.</i> Психологічні проблеми травмуючих ситуацій	42
<i>Карпенко З.С.</i> Життєві орієнтації у феноменологічному полі кризової особистості	48
<i>Санникова О.П.</i> Психологічна криза і проблема індивідуальних відмінностей.....	54
<i>Васютинський В.О.</i> Спроба кратологічної періодизації життєвого шляху особистості.....	63

КРИЗОВА ОСОБИСТІСТЬ: ПРИЧИНИ, ДЕТЕРМІНАНТИ, ЗАКОНОМІРНОСТІ

<i>Лановенко І.І.</i> Актуальні аспекти дослідження трансформацій поведінки молоді в умовах соціальної кризи.....	75
<i>Алікіна Н.В.</i> Психологічний захист особистості: особливості сьогодення.....	86
<i>Куценко Г.В.</i> Феноменологія і структура саморегуляції.....	91

<i>Лисенко В.І., Загоруйченко І.В., Батозський Ю.К.</i> Кризові інтервенції в час великомасштабних катастроф.....	102
<i>Власенко Ю.А.</i> Вікові особливості подолання кризи змін.....	110
<i>Ісаєнко О.С.</i> Мати і дитина: криза відокремлення.....	119
<i>Смольнікова С.О.</i> Народження дитини як життєва криза жінки.....	126
<i>Вінс В.А.</i> Страх самовираження — один з показників підліткової кризи в умовах різних субкультур.....	132
<i>Зубалій Н.П., Полякова Г.С.</i> Емоційне забезпечення процесу навчання як фактор стресостійкості особистості.....	141
<i>Хомич Г.О.</i> Вплив довготривалої госпіталізації на прояви агресивності онкохворих дітей.....	148
<i>Скутська М.І.</i> Фрустрованість молодшого школяра в умовах соціальної депривації.....	157
<i>Гурлева Т.С.</i> Психологічні умови подолання кризи становлення творчого життєвого задуму у підлітків.....	163
<i>Мрачко І.В.</i> Деякі аспекти стратегії поведінки підлітка-девіанта в умовах життєвої кризи.....	171

КРИЗОВІ СТАНИ: ПРОФІЛАКТИКА, КОНСУЛЬТАЦІЯ, ПСИХОТЕРАПІЯ, РЕАБІЛІТАЦІЯ

<i>Лєпіхова Л.А.</i> Роль соціально-психологічної компетентності у виборі шляхів подолання життєвих криз.....	177
<i>Каліна Н.Ф.</i> Кризові моменти професійного і особистісного зростання глибинного психолога.....	186
<i>Грабська І.А.</i> Психотерапія ідентифікованого пацієнта у кризових сім'ях.....	192
<i>Гергей Томаш, Карніловська С.Я., Супрун Н.В.</i> Психологічна підтримка у психосоматичній кризі.....	198

Татенко Н.О. Життєва компетентність особистості при виборі фахової спеціалізації як профілактика кризи адаптації молодого спеціаліста до медичної діяльності.....	206
Бастун Н.А. Індивідуальний педагогічний підхід як засіб профілактики деструктивно-кризових станів особистості.....	214
Шевченко Н.Ф. Психологічна допомога у доланні кризи, зумовленої важкою соматичною хворобою	223
Малхазов О.Р. Психологічні основи реабілітації осіб, що перенесли інсульт	232
Лазоренко Б.П. Роль психологічної допомоги у виборі стратегії подолання життєвої кризи молоді з ВІЛ- інфекцією.....	240
Яковенко С.І., Лисенко В.І. Психосоціальний супровід потерпілих при кризових ситуаціях.....	246

СОДЕРЖАНИЕ

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ КРИЗИСНОЙ ПСИХОЛОГИИ

<i>Титаренко Т.М.</i> Почему и как личность стимулирует дебют жизненного кризиса.....	3
<i>Лебединская И.В.</i> Культурный кризис как экзистенциальный проект	11
<i>Злобина О.Г.</i> Общественный и личностный кризисы.....	17
<i>Чепелева Н.В.</i> Понимание и интерпретация критической ситуации.....	23
<i>Маноха И.П.</i> Традиция и экстрадиция в методологизации кризисных явлений бытия человека.....	33
<i>Кириленко Т.С.</i> Психологические проблемы травмирующих ситуаций	42
<i>Карпенко З.С.</i> Жизненные ориентации в феноменологическом поле кризисной личности.....	48
<i>Санникова О.П.</i> Психологический кризис и проблемы индивидуальных различий	54
<i>Васютинский В.А.</i> Попытка кратологической периодизации жизненного пути личности	63

КРИЗИСНАЯ ЛИЧНОСТЬ: ПРИЧИНЫ, ДЕТЕРМИНАНТЫ, ЗАКОНОМЕРНОСТИ

<i>Лановенко И.И.</i> Актуальные аспекты исследования трансформаций поведения молодежи в условиях социального кризиса	75
<i>Аликина Н.В.</i> Психологическая защита личности: особенности сегодняшнего дня.....	86

<i>Куценко Г.В.</i> Феноменология и структура саморегуляции	91
<i>Лысенко В.И., Загоруйченко И. В., Батозский Ю. К.</i> Кризисные интервенции во время крупномасштабных катастроф	102
<i>Власенко Ю.А.</i> Возрастные особенности преодоления кризиса изменений.....	110
<i>Исаенко О.С.</i> Мать и ребенок: кризис отделения	119
<i>Смольникова С.О.</i> Рождение ребенка как жизненный кризис женщины.....	126
<i>Винс В.А.</i> Страх самовыражения — один из показателей подросткового кризиса в условиях различных субкультур.....	132
<i>Зубалий Н.П., Полякова Г.С.</i> Эмоциональное обеспечение процесса учебы как фактор стрессоустойчивости личности	141
<i>Хомич Г.А.</i> Влияние длительной госпитализации на проявления агрессивности онкобольных детей.....	148
<i>Скутская М.И.</i> Фрустрационность младшего школьника в условиях депривации.....	157
<i>Гурлева Т.С.</i> Психологические условия преодоления кризиса становления творческого замысла у подростков.....	163
<i>Мрачко И.В.</i> Некоторые аспекты стратегии поведения подростка-девианта в условиях жизненного кризиса.....	171

КРИЗИСНЫЕ СОСТОЯНИЯ: ПРОФИЛАКТИКА, КОНСУЛЬТАЦИЯ, ПСИХОТЕРАПИЯ, РЕАБИЛИТАЦИЯ

<i>Лепихова Л.А.</i> Роль социально-психологической компетентности в выборе путей преодоления жизненных кризисов	177
--	-----

Калина Н.Ф. Кризисные моменты профессионального и личностного роста глубинного психолога	186
Грабская И.А. Психотерапия идентифицированного пациента в кризисных семьях.....	192
Гергей Томаши, Карпиловская С.Я., Супрун Н. В. Психологическая поддержка в сихосоматическом кризисе.....	198
Татенко Н.А. Жизненная компетентность личности при выборе профессиональной специализации как профилактика кризиса адаптации молодого специалиста к медицинской деятельности.....	206
Бастун Н.А. Индивидуальный педагогический подход как средство профилактики деструктивно кризисных состояний личности	214
Шевченко Н.Ф. Психологическая помощь в преодолении кризиса, вызванного тяжелым соматическим заболеванием.....	223
Малхазов А.Р. Психологические основы реабилитации лиц, перенесших инсульт.....	232
Лазоренко Б.П. Роль психологической помощи в выборе стратегии преодоления жизненного кризиса молодежи с ВИЧ- инфекцией.....	240
Яковенко С.И., Лысенко В.И. Психосоциальное сопровождение потерпевших во время кризисных ситуаций.....	246

CONTENTS

THEORETICAL AND METHODOLOGICAL PROBLEMS OF CRISIS PSYCHOLOGY

<i>Tytarehko T.M.</i> Why and How does a Personality Stimulate Life Crisis Debut	3
<i>Lebedynska I.V.</i> Cultural Crisis as an Existential Project	11
<i>Zlobina O.G.</i> Social and Personal Crisis	17
Chepeleva N.V. Comprehension and Interpretation of Critical Situation	23
<i>Manokcha I.P.</i> Tradition and Extradition in Methodologization of Crisis Phenomena of Human Existence.....	33
<i>Kyrylenko T.S.</i> Psychological Problems of Traumatic Situations	42
<i>Karpenko Z.S.</i> Life Orientations in Phenomenological Space of a Crisis Personality	48
<i>Sannikova O.P.</i> Psychological Crisis and Individual Differences Problem.....	54
<i>Vasjutynskij V.O.</i> A Try of Cratological Periodization of a Personal Life	63

CRISIS PERSONALITY: REASONS, DETERMINANTS, PRINCIPLE

<i>Lanovenko I.I.</i> Actual Aspects of the Investigation of Youths' Behavior Transformation under the Social Crisis Conditions	75
<i>Alikina N.V.</i> Psychological Defense of a Personality: Special Features of Today	86
<i>Kutsenko G.V.</i> Phenomenology and Self-regulation Structure.....	91

Lysenko V.I. , Zahorujchenko I.V., Batozskij J.K. Crisis Interventions during Big Catastrophes	102
Vlasenko J.A. Age Peculiarities of Crisis Overcoming	110
Isajenko O.S. Mother and Child: Separation Crisis	119
Smolnikova S.O. Child Birth as a Life Crisis of a Woman	126
Vins V.A. Self-Expression Fear as One of the Factors of Teenage Crisis under Different Subcultures Conditions.....	132
Zubalij N.P. , Poljakova G.S. motional Support of Educational Period as a Factor of a Personal Resistance Toward Stress	141
Kchomych G.O. Long-Term Hospitalization Influence upon Aggressive Tendencies of Children that Have Cancer	148
Skutska M.I. Younger Student's Frustration in Social Deprivation Conditions.....	157
Hurljeva T.S. Psychological Conditions of Creative Life Intentions Crisis Formation of Teenagers.....	163
Mrachko I.V. Some Aspects of Behavioral Strategy of a Deviant Teenager under Life Crisis Condition.....	171

CRISIS STATES: PREVENTION, CONSULTING, PSYCHOTHERAPY, REHABILITATION

Ljrpikchova L.A. Social-psychological Competence Role in the Ways of Life Crisis Overcoming Choosin.....	177
Kalina N.F. Crisis Moments of Professional ad Personal Development of a Psychologist	186
Grabska I.A. Psychotherapy of an Identified Patient in Crisis Families	192
Gergej Tomash, Karpilovska S.J., Suprun N.V. Pshlogcal Support during Psychosomatic Crisis.....	198
Tatenko N.O. Life Competence of a Person in Course of Professional Specialization as a Prevention of Crisis of Young Doctors Adaptation to a Medic	206

Bastun N.A. Individual Pedagogical Attitude as a Method of Destructive and Crisis States of a Personality Prevention	214
Shevchenko N.F. Psychological Help in Crisis Caused by a Hard Somatic Disease	223
Malkchazov O.R. Psychological Basis of Rehabilitation Patients with Insult	232
Lazorenko B.P. Psychological Aid Role in the Choice of Life Crisis Strategy Overcoming of AIDS-infected Youths	240
Jakovenko S.I., Lysenko V.I. Psychosocial Support of Victims in Crisis Situations	246

Наукове видання

**Наукові студії
із соціальної та політичної
психології**

Збірник статей

Засновано в 1995 році

В и п у с к 4 (7)

Редактор *З.А.Городиська*

Оператори: *Н.С.Рачківська, А.О.Удовіченко*

Надруковано з оригіналу-макета, виготовленого в Інституті соціальної та політичної психології АПН України *Т.Г.Соловійовою*

Підписано до друку 29.11.2000 р. Формат 84x108/32. Папір офсетний.

Гарнітура Times New Roman. Ум. друк. арк. 14,5. Обл.-вид. арк. 15,0.

Тираж 100 пр. Зам. № 53/2.

Надруковано у ТОВ «Видавництво “Сталь”»

02125, м. Київ, пр. Визволителів, 1

Наукові студії із соціальної та політичної психології:

Н12 Зб. статей / АПН України, Ін-т соціальної та політичної психології;
Редкол.: С.Д.Максименко, М.М.Слюсаревський та ін. — К.: ТОВ
«Видавництво “Сталь”», 2000. — Вип. 4(7). — 260 с.

ISBN 966-75-89-11-0

2. У спеціальному випуску збірника висвітлено напрацювання Всеукраїнської науково-практичної конференції “Психологія життєвої кризи особистості: теорія і практика”. Визначено специфіку суспільної, культурної, особистісної криз та їх детермінанти. Особливу увагу приділено кризам віковим та спровокованим тяжкими захворюваннями. Розглянуто шляхи профілактики і подолання кризових явищ.

Для психологів, фахівців із суміжних наук, викладачів і студентів.

В специальном выпуске сборника изложены наработки Всеукраинской научно-практической конференции “Психология жизненного кризиса личности: теория и практика”. Определены специфика общественного, культурного, личностного кризисов и их детерминанты. Особое внимание уделено кризисам возрастным и спровоцированным тяжелыми заболеваниями. Рассмотрены пути профилактики и преодоления кризисных явлений.

Для психологов, специалистов по смежным наукам, преподавателей и студентов.

ББК 88.5 я 43