

**МЕЖДУНАРОДНАЯ АКАДЕМИЯ
ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ НАУК
Ярославский государственный
университет**

**ПСИХОТЕХНОЛОГИИ
В СОЦИАЛЬНОЙ РАБОТЕ**

Выпуск 8.

**Под редакцией
Владимира Козлова**

Ярославль, 2003

ББК 88.4 + 53.57

УДК 159.99

Сборник издается по решению кафедры социальных технологий Ярославского государственного университета им. П.И.Демидова и РИО МАПН.

**Психотехнологии в социальной работе.
Вып.8./Сб. под ред. Козлова В.В.– Ярославль:
МАПН, ЯрГУ, 2003 – с.**

Сборник статей представляет обзор теоретических и экспериментальных работ по социальной работе и психологии.

Книга адресована социальным работникам, социальным педагогам, практическим психологам и специалистам в области социальной работы.

© Козлов В.В., 2003

ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие.	5
ГЛАВА 1.	8
ТЕОРИЯ И МЕТОДОЛОГИЯ СОЦИАЛЬНОЙ РАБОТЫ.	8
СУЩНОСТЬ СОЦИАЛЬНОЙ РАБОТЫ.	8
В.В.Козлов, ЯрГУ	8
ТЕХНОЛОГИЯ СБОРА СРЕДСТВ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИЙ СОЦИАЛЬНОЙ СФЕРЫ.	19
Албегова И.Ф., ЯрГУ	19
ЭКОЛОГИЧЕСКОЕ СОЗНАНИЕ И ИСТОРИЯ ЕГО РАЗВИТИЯ.	26
Боклина А., ЯрГУ	26
САМОРЕГУЛЯЦИЯ КАК ИНТЕГРАТИВНЫЙ ПРОЦЕСС	29
Бубенко В.Ю., Мазур Е.С., МГППУ	29
НРАВСТВЕННО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРИНЦИПЫ РАЗРЕШЕНИЯ КОНФЛИКТА.	34
Гордеева Л., ЯрГУ	34
НЕКОТОРЫЕ РАССУЖДЕНИЯ О ПОНЯТИИ «МОДЕЛЬ МИРА»	36
Козлов В., Корнилов П., Тарасенко П.	36
ВИЗУАЛЬНЫЙ КОНТАКТ В СОЦИАЛЬНО ОРИЕНТИРОВАННОМ ОБЩЕНИИ	39
Нелидова А.А., ЯрГУ	39
ПОНЯТИЕ «РИТМ» В МОДЕЛЯХ МИРА.	41
Федосеева Т. В., Волгоград	41
ВЛИЯНИЕ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ НА ТВОРЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС.	45
Шишлова Е.А., г. Казань	45
ПРОТИВОРЕЧИЯ РАЗВИТИЯ ЗАПАДНЫХ И ВОСТОЧНЫХ ОБЩЕСТВ.	50
КРИЗИС ПУТЕЙ РАЗВИТИЯ.	50
Язовских А.В., г. Екатеринбург	50
ТРАНСПЕРСОНАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ:	53
ВЗГЛЯД НА АГРЕССИЮ.	53
Янченко Л.Н., (Иркутск), Козлов В.В.(Ярославль)	53
ГЛАВА 2.	58
ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ.	58
ПРОБЛЕМА ОПРЕДЕЛЕНИЯ КРИТЕРИЕВ ЭФФЕКТИВНОСТИ РЕКЛАМЫ.	58
Артемьева О.А., ИрГУ	58
ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРОНИЦАТЕЛЬНОСТЬ КАК СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА	65
Борисова А. А., ЯрГУ	65
ФЕНОМЕН ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СГОРАНИЯ У СУДЕЙ, А ТАКЖЕ ОТДЕЛЬНЫХ КАТЕГОРИЙ РАБОТНИКОВ АППАРАТА СУДОВ.	89
Гордеева Е.Г., Агапова М.В., Пахтусова Е.Е., Исакандирова А.Б., Москва	89
ДИНАМИКА ТРЕНИНГОВОЙ ГРУППЫ	92
Демчук И.В., ЯрГУ	92
ПСИХОДУХОВНАЯ ТРАНСФОРМАЦИЯ В КОНТЕКСТЕ ФЕНОМЕНОЛОГИЧЕСКОГО АНАЛИЗА.	96
Киселев Ю., ЯрГУ	96
ТЕНДЕНЦИИ ИЗМЕНЕНИЯ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ ОТ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА К ПОДРОСТКОВОМУ.	99
Мелешенкова И.П., ЮУрГУ	99
ИССЛЕДОВАНИЕ ВЗАЙМОСВЯЗИ СВОЙСТВ ТЕМПЕРАМЕНТА С ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТЬЮ СТУДЕНТОВ РАЗНЫХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ	103
Морозова С.В., ЮУрГУ	103
ПРОБЛЕМА И ОСОБЕННОСТЬ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ	108
Савюк Е., Москва	108
АЛЬТЕРНАТИВНАЯ ТИПОЛОГИЯ СТИЛЕЙ ВЕДЕНИЯ ПРИМЕНЕНИТЕЛЬНО К ГРУППОВОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ РАБОТЕ	112
Фаерман М.И., ЯрГУ	112
ГЛАВА 3.	115

ПСИХОТЕХНОЛОГИИ.	115
ДМД: ДЫХАНИЕ-МУЗЫКА-ДВИЖЕНИЕ.	116
В.В.Козлов, Ярославль	116
МУЗЫКОТЕРАПИЯ КАК РЕГУЛЯТОР ТРЕВОЖНОСТИ.	122
Горячева М., Латвийский Университет	122
ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ: НЕКОТОРЫЕ ПРОБЛЕМЫ И ОПЫТ ИХ РЕШЕНИЯ	125
Дерючева В.А. (Москва), Шевчук В.Ф. (Ярославль)	125
РЕСУРС «ИДИОТИЗМА»	127
Ефимкина Р., Новосибирск	127
СОЗДАНИЕ СИТУАЦИИ НАИБОЛЬШЕЙ ВОСПРИИМЧИВОСТИ ИДЕЙ И МЕТОДИК ТРЕНИНГА.	137
Жукова Н., ЯрГУ	137
ТРИАДА «МИФ, МЕТАФОРА, РИТУАЛ» КАК ИНСТРУМЕНТ ПРЕОДОЛЕНИЯ КРИЗИСНОГО СОСТОЯНИЯ	151
Качанова Н.А. (Минск), Козлов В.В. (Ярославль)	151
ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА В ПРЕПОДАВАНИИ.	163
Качанова Н.А., Минск	163
ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОЦЕССА ВХОЖДЕНИЯ В РСС.	170
Клименко Т., ЯрГУ	170
СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ ИССЛЕДОВАНИЙ ПРОБЛЕМЫ СМЕРТИ	171
ПРОБЛЕМЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ ВЫПУСКНИКОВ ВУЗОВ.	176
Козин Д., ЯрГУ	176
ГРУППОВАЯ ПСИХОКОРРЕКЦИЯ РОДСТВЕННИКОВ НАРКОЗАВИСИМЫХ: ОПЫТ, ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ.	178
Никифорова О.В., Чернецов В.Ю., (Ярославль)	178
АНАЛИЗ СНОВИДЕНИЙ КАК МЕТОД ПСИХОДИАГНОСТИКИ ЛИЧНОСТИ: ИССЛЕДОВАНИЕ ЗАВИСИМОСТИ СОДЕРЖАНИЯ И ТЕМАТИКИ СНОВИДЕНИЙ ОТ АКЦЕНТУАЦИИ ЛИЧНОСТИ.	180
Парфентьев С., ЯрГУ.	180
СТРУКТУРА СОЗНАНИЯ И СТРУКТУРА МУЗЫКИ	196
Подшивалов В. В., Козлов В.В., ЯрГУ	196
СПОСОБЫ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ БЕЗРАБОТНЫХ ГРАЖДАН	200
Подшивалов В.В., ЯрГУ	200
НЕКОТОРЫЕ ДОПОЛНЕНИЯ К ЭВРИСТИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ.	203
Шишлова Е.А. (Казань), Козлов В.В. (Ярославль)	203
ПСИХОКОРРЕКЦИЯ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.	207
Янченко Л.Н., Иркутск	207

Предисловие.

Уважаемый читатель.

Вы держите в руках 8-ой выпуск межвузовского научного сборника «Психотехнологии социальной работы». Мы издали внутри этого проекта сотни научных статей.

Многие, кто издавал статьи в этих сборниках, стали хорошими специалистами социальной работы или психологами, преподавателями вузов, некоторые из них уже имеют научные степени и звания. Можно сказать, что цикл этих сборников стал хорошей научной и практической школой.

Но актуальность поиска новых подходов к решению насущных проблем общества и создания качественно новых, более дееспособных моделей социальной работы и прикладной психологии не исчезает. Она обусловлена как комплексом социальных «болезней», характерных для социума переходного периода, так и необходимостью более глубокого и объективного научного осмыслиения того, что происходит в социальной жизни и психологии современного человека.

Сегодня переходный период в России характеризуется не только сложной экономической и политической ситуацией, но и своеобразным социальным "шоком", крушением надежд и чаяний большой части населения. И в первую очередь это касается людей, относящихся к социально незащищенной категории: беспризорные дети, пожилые, инвалиды, малоимущие, бывшие военнослужащие и т.д.

С одной стороны, старшее поколение, в связи с периодом перестройки и отрицанием всех ценностей и достижений доперестроичного периода, испытывает чувство глубокой обиды и разочарования: вся их жизнь и работа, посвященные труду на благо общества, нередко признаются бесполезными, ненужными.

С другой стороны - молодое поколение (родившееся и выросшее в условиях отсутствия высоких идеалов, ценностей, крайней экономической нестабильности, политического хаоса и криминального «беспредела»), не имеет четкой мировоззренческой и идеологической системы, которая могла бы сориентировать их в социуме. Неопределенность целей и ценностей накладывает, в свою очередь, отпечаток на деятельностные способности и результативность труда. Это сказывается, прежде всего, на уровне социальной адаптации населения и, в конечном итоге - на политическом и экономическом благополучии социума в целом.

Следует также отметить, что люди работоспособного возраста, ставшие «жертвами» стремительно распадавшейся плановой экономики и выброшенные за «борт» в условия стихийно формирующегося рынка, плохо приспосабливаются к новым требованиям социально-экономической среды.

И так - практически со всеми социальными слоями российского общества. Подавляющее количество населения, за исключением, может быть, категории т.н. «богатых», испытывает жесткий прессинг социальных изменений, характерных для переходного периода экономики. Да и эта категория переживает большое количество стрессов, только другого порядка.

Это только несколько примеров проявлений глубокого социального кризиса, который проявляется, прежде всего, через т.н. синдром «социальной напряженности».

Если рассматривать одну из основных задач социальной работы - социальную адаптацию населения к быстро меняющимся условиям среды, то можно сказать, что сегодня практически все социальные группы нашего общества переживают состояние социальной напряженности, а значит - нуждаются в социальной защите (помощи, реабилитации и пр.) того или иного рода.

Таким образом в России наблюдается социальная напряженность - тенденция или прессинг, обуславливающий возникновение дисбаланса в отношениях между структурными элементами социальной системы. В случае большого напряжения контрольные механизмы социальной системы могут не справиться с задачей поддержания сложившегося баланса отношений, что приводит к разрушению структуры.

Возникающее напряжение (источником которого могут стать любые возникающие противоречия в социальной системе) либо разрушает данную систему, либо, благодаря действию механизмов социального контроля и саморегулирования системы, адаптирует ее к воздействию новых факторов.

В настоящий момент появились первые результаты опыта в области отработки различных моделей и методов социальной работы с населением. То есть - социальный организм, как и любая другая высокоорганизованная система, стремится, в условиях практически полной целевой и стратегической неопределенности, найти выход и выработать механизмы выживания, стабилизации и устойчивого развития.

Но, несмотря на растущее количество этих плодотворных попыток, по-прежнему остается еще очень много проблем в этой области. Причины несовершенства создающихся моделей и низкой эффективности их работы, носят, по нашему мнению, методологический характер.

Если говорить о создании более эффективно действующих моделей социальной работы на территории, то необходимо рассматривать всю систему в целом. Причем, анализируя состояние и совершенствуя как государственную систему социальной помощи, так и учитывая попытки общества «снизу» найти какие-либо способы спасения от социально-экономического прессинга переходного периода. И, что крайне важно, обязательно с учетом происходящих социальных, политических, экономических изменений во всех масштабах (в целом и в частности): планеты, государства, области, района, города или села, и, наконец, каждого конкретного двора-т.н. «малой Родины».

Все это огромное количество различий и нюансов, которые необходимо учесть, требует совершенно других подходов к разработке той или иной модели социальной работы (особенно - привязанной к какой-либо конкретной территории).

Ситуацию, сложившуюся сегодня в области социальной работы в нашей стране, можно охарактеризовать так:

Во-первых, попытки создать и внедрить те или иные модели социальной работы носят стихийный характер.

Во-вторых, естественный социальный эксперимент, в который раз, опережает научное осмысление проблемы.

В-третьих, не учитывается целый комплекс различий (национальных, культурных, идеологических, экономических и др.), имеющихся между людьми, объединенными одной территорией проживания.

Мы считаем, что социальная работа сегодня, в силу ее крайней важности, требует к себе более пристального и осмыщенного аналитического подхода, поскольку социум является крайне сложной системой. По мнению автора, в настоящее время нужно не столько исследовать накопленный эмпирический опыт в области социальной работы, сколько искать правильные теоретические предпосылки для анализа, формирования и прогнозирования наиболее перспективных моделей организации социума.

На наш взгляд, наиболее важной целью является организация системы социальной работы как таковой, а самой насущной задачей - поиск и подбор методологических средств, могущих решать системные задачи высокого уровня сложности при разработке новых моделей социальной работы.

В России и во всем мире сегодня накоплен значительный опыт в социальной работе с разными возрастными и социальными группами, но следует сказать, что неразрешенных, сложных проблем здесь значительно больше. Многие (особенно российские) социальные работники полагают, что им достаточно житейского опыта, чтобы работать с людьми. Однако это не так. Необходимо понимание и осознание множества психологических, этических проблем, возникающих у людей с разным менталитетом, овладение методиками и технологиями, которые помогли бы в повседневной практической социальной работе.

Следовательно, нужно говорить как о важности знания теории и практики социальной работы, так и о необходимости поиска более эффективных инструментов социального проектирования.. Но более всего, на наш взгляд, социальная работа нуждается сегодня в научно-практическом инструменте, в методологии соответствующего уровня возможностей, психотехнологиях, с помощью которого можно было бы разрабатывать адекватные и жизнеспособные модели организации систем социальной работы на территориях любого масштаба, соорганизованные в единую государственную систему.

Редактор данного сборника, да всего предыдущего цикла «Психотехнологий...» надеется, что данная работа окажется интересна, как теоретикам, так и практикам социальной работы, в качестве задающей вектор поиска и направление движения как мыслей, так и действий в области улучшения качества социальной работы в нашем регионе.

*Доктор психологических наук,
профессор Владимир Козлов*

ГЛАВА 1.

ТЕОРИЯ И МЕТОДОЛОГИЯ СОЦИАЛЬНОЙ РАБОТЫ.

СУЩНОСТЬ СОЦИАЛЬНОЙ РАБОТЫ.

В.В.Козлов, ЯрГУ

Социальная работа является социальной деятельностью, направленной на оказание помощи людям в кризисных ситуациях (Козлов, 1996). Социальная работа как форма социальной активности присуща всем экономическим формациям в процессе эволюции человечества. Способность, стремление поддержания слабых и нуждающихся является наиболее важным качеством человеческого рода и условием его выживания. Подобная деятельность основывалась не только на морально-религиозных воззрениях, но и на социобиологических чувствах материнства, отцовства, идентификации личности с социальными группами, когда любой член сообщества идентифицировался «своим» независимо от того, слаб он или болен, стар или увечен и как «свой» обеспечивался защитой и опекой.

Сама социальная работа осуществлялась теми способами, которые были доступны людям в каждое конкретное время. На смену «раздаточно-дележным отношениям» первобытного общества пришли милостыня, благотворительность (конфессиональная, государственная, индивидуальная), общинно-традиционное, церковное и государственно-регламентированное признание слабых, увечных и нищих.

Как мы уже указывали выше, основным механизмом реализации социальной работы была идентификация личности с какой-либо социальной общностью и переживание их «своими». Признаком для этой идентификации на начальных этапах существования человеческой расы стадно-территориальная, затем родо-общинная. В дальнейшем в связи дифференциацией структуры сообществ появились сословные, религиозные, этно-национальные, профессиональные, корпоративные признаки. Следует отметить, что содействие, поддержка оказывалось «своим», но не чужим – тем, кто находился за пределами социальной, материальной или духовной идентификации.

Мы не можем не отметить базовые качества отношений между дающим и берущим:

- 1). Естественную социальность, вплетенность этих отношений в обычай, традицию, ритуал;
- 2). Иерархичность в отношениях власть-подчинение. Дающий выступал в позиции более сильного, а те, кому оказывалась помощь, находились в позиции слабых, ущербных, зависимых. Они должны были принимать даяния и испытывать благодарность к дающим.
- 3) Произвол дающего: оказывающий помощь, раздающий милостыню, организующий благотворительность действовал исключительно по собственному выбору в определении того, кому следует оказать помощь, чьими нуждами пренебречь.

Появление и укрепление социальной работы связаны с целым рядом процессов, обусловленных постепенной демократизацией и индивидуализацией в обществе.

В течение XIX—XX вв. получают всеобщее распространение гуманистические, демократические, эгалитарные представления: от рождения ни у кого нет никаких привилегий. Эта революционная мысль была выражена еще в XVIII в. в знаменитой декларации: «Все люди рождаются равными перед Богом и наделенными одинаковыми правами». Века борьбы против всеобщего бесправия и привилегий для избранных, потребовавшие огромных усилий и немалых жертв, привели не только к утверждению понимания человеческих прав, но и к законодательному признанию их в тексте основополагающих документов наиболее авторитетных международных организаций. Они зафиксированы во Всеобщей декларации прав человека (1948), Международном пакте о гражданских и политических правах человека и Международном пакте об экономических, социальных и культурных правах (1966, вступили в силу для России в 1976).

В соответствии с принципами, провозглашенными Уставом ООН, признание достоинства, присущего всем членам человеческой семьи, их равных и неотъемлемых прав является основой свободы, справедливости и всеобщего мира. Согласно Всеобщей декларации прав человека идеал человеческой личности, свободной от страха и нужды, может быть осуществлен, только если будут созданы такие условия, при которых каждый может пользоваться своими экономическими, социальными и культурными правами, причем государства — члены ООН обязаны поощрять всеобщее уважение и соблюдение прав и свобод человека, а каждый отдельный человек, имея обязанности в отношении других людей и того коллектива, к которому он принадлежит, должен добиваться поощрения и соблюдения прав, признаваемых мировым сообществом.

Экономические, социальные и культурные права человека трактуются как законодательное закрепление основных свобод и условий жизни людей, позволяющих каждому свободно развивать свою человеческую природу, жить со своими близкими в человеческих отношениях и не опасаться насильственного разрушения своего благосостояния.

Закрепленное в основных документах понимание прав человека подразумевает следующее.

Права человека всеобщи. Они должны осуществляться без какой бы то ни было дискриминации, как-то: в отношении расы, цвета кожи, пола, языка, религии, политических или иных убеждений, национального или социального происхождения, имущественного положения, рождения или иного обстоятельства. Все люди наделяются равным объемом и перечнем таких прав.

Права человека прирождены. Индивиды получают их не в результате удачного происхождения, религиозных, национальных или материальных преимуществ, а в силу того факта, что они появились на свет в том обществе и государстве, которые признают такие права в качестве основополагающих.

Права человека неотъемлемы. Никто и никаким образом не должен ущемлять права людей в экономической, социальной и культурной областях. Никто не может отнять у индивида такие права, и ни у кого они не могут быть отняты.

Права человека целостны. Ущемление одного какого-либо права или пренебрежение им может привести к нарушению возможности пользоваться другими правами или даже всем комплексом прав человека. Например, ущемление права на «наивысший достижимый уровень физического и психического здоровья» может блокировать возможность реализации каждого из остальных прав.

Совокупность основных экономических, социальных и культурных прав включает в себя:

- право на труд, которое включает право каждого человека на получение возможности зарабатывать себе на жизнь трудом, который он свободно выбирает или па который он свободно соглашается;
- это также справедливая зарплата и равное вознаграждение за труд равной ценности без какого бы то ни было различия, в частности, женщинам должны гарантироваться условия труда не хуже тех, которыми пользуются мужчины, с равной платой за равный труд;
- право каждого на справедливые и благоприятные условия труда, включая вознаграждение, обеспечивающее всем трудящимся удовлетворительное существование для них и их семей, а также условия работы, отвечающие требованиям безопасности и гигиены;
- отдых, досуг и разумное ограничение рабочего времени; оплачиваемый отпуск;
- право каждого человека на социальное обеспечение, включая социальное страхование;
- семье, являющейся естественной и основной ячейкой общества, должны предоставляться, по возможности, самая широкая охрана и помощь;
- особая охрана должна предоставляться матерям в течение разумного периода до и после родов;
- особые меры охраны и помощи должны приниматься в отношении всех детей и подростков без какой бы то ни было дискриминации;
- дети и подростки должны быть защищены от экономической и социальной эксплуатации; применение их труда в области, вредной Для их нравственности и здоровья, или опасной для жизни, или могущей повредить их нормальному развитию, должно быть наказуемо по закону;
- право каждого на достаточный жизненный уровень для него самого и его семьи, включающий достаточное питание, одежду и жилище, и на непрерывное улучшение условий жизни;
- право каждого человека на свободу от голода;
- право каждого человека на наивысший достижимый уровень физического и психического здоровья; это включает, помимо прочего, создание условий, которые обеспечивали бы всем медицинскую помощь и медицинский уход в случае болезни;
- право каждого человека на образование, направленное на полное развитие человеческой личности и укрепляющее уважение к правам человека и основным свободам; высшее образование должно быть одинаково доступным для всех на основе способностей каждого;
- необходимо уважать свободу родителей и законных опекунов выбирать для своих детей не только государственные, но и другие школы, отвечающие тому минимуму требований для образования, который может быть установлен или утвержден государством;
- право на участие в культурной жизни;
- право на пользование результатами научного прогресса и их практического применения;

- уважение свободы, безусловно необходимой для научных исследований и творческой деятельности.

В ряде других документов также зафиксировано признание права человека на жилище и утверждение его неприкосновенности.

Если суммировать перечень настоящих прав, можно сделать вывод, что вся их совокупность обеспечивает способности индивидов к социальному функционированию, к тому, чтобы жить полноценной жизнью в обществе, иметь возможности развития и самореализации. Однако всеобщее признание этих прав или закрепление их в нормах национального законодательства еще не гарантирует реальной возможности пользования ими для каждого индивида.

В России имеется довольно современная законодательная база в области образования (федеральные законы 1996 г. «Об образовании», «О высшем и послевузовском образовании» и т.д.). Тем не менее ежегодно сотни тысяч детей и подростков, юношей и девушек оказываются ущемленными в этом праве, вынуждены покидать учебные заведения, не получив даже минимального среднего образования, что обусловлено множеством причин. Во-первых, невнятность юридических формулировок создает так называемые дыры в законодательстве, что позволяет недобросовестным лицам произвольно трактовать его положения и вытеснять за стены школы подростков без необходимого образовательного уровня, без возможности получить полноценную профессиональную подготовку, без малейшего шанса найти себе достойную работу. Далеко не все родители знают законодательство и умеют пользоваться им. Во-вторых, экономические трудности семей и домашние конфликты, асоциальное поведение родителей вынуждают многих детей и подростков бросать учебу, чтобы добывать себе пропитание.

Школьная успеваемость детей серьезно зависит от социокультурного и имущественного статуса родителей, от их возможности или невозможности уделять внимание детям, от того, наконец, где проживает данная семья. Естественно, в большом городе у семьи гораздо больше возможностей обеспечить развитие детей, чем в отдаленном поселке. Наконец, уровень физического и психического здоровья детей и родителей прямым образом влияет на доступность образовательных ресурсов: известно, что детям-инвалидам, даже обладающим значительным интеллектуальным потенциалом, гораздо труднее получить высококачественное среднее образование и претендовать затем на получение высшего, чем здоровым детям.

Во всех перечисленных случаях (и множестве неназванных) детям и их родителям необходимо содействие квалифицированных помощников, для того чтобы пользоваться закрепленными в законодательстве правами. Социальная работа как раз и является тем социальным механизмом, который должен переводить потенциально провозглашенные права в актуально реализуемые. Социальный работник может выявить наличие трудной жизненной ситуации, помочь семье или индивиду обратиться к источникам социальных ресурсов, из которых к ним должна поступить поддержка, содействовать в разработке и реализации плана разрешения затруднений. Смысл социальной работы состоит в компенсации тех или иных социальных ущербов, выравнивании возможностей различных индивидов, семей, групп в пользовании своими социальными правами.

Исходя из вышеизложенного, можно сделать вывод, что смысл социальной работы — это деятельность по оказанию помощи индивидам, семьям, группам в реализации их социальных прав и в компенсации физических, психических,

интеллектуальных, социальных и иных недостатков, препятствующих полноценному социальному функционированию.

Эта деятельность может быть и профессиональной, и добровольческой, однако при всей важности волонтерского движения, по мере развития института социальной работы неизбежно будут возрастать как степень обученности персонала, так и глубина специализации ее учреждений.

Содержание социальной работы можно определить как специфический вид профессиональной деятельности, оказание государственного и негосударственного содействия человеку с целью обеспечения культурного, социального и материального уровня его жизни, предоставление индивидуальной помощи человеку, семье или группе лиц.

Социальная работа — универсальный социальный институт: ее носители оказывают помощь всем индивидам независимо от социального статуса, национальности, религии, расы, пола, возраста и иных обстоятельств. Единственный критерий в этом вопросе — потребность в помощи и невозможность своими силами справиться с жизненным затруднением.

Хотя среди лиц, занимающихся социальной работой, немало людей, которые принадлежат к той или иной конфессии, однако сам институт социальной работы имеет светский характер, являясь атрибутом гражданского общества. В силу этого, помимо весьма влиятельных морально-нравственных императивов, деятельность социального работника регулируется также государственным законодательством.

В отличие от других форм социального содействия социальная работа — двустороннее взаимодействие. Сотрудник социальной службы, социальный терапевт, специалист другого профиля должен обязательно опираться на ресурсы самого клиента, организовывать и побуждать его для разрешения его собственной проблемы.

Активность клиента исходит из принципа его суверенности. Человек, семья или группа, находящиеся в трудной жизненной ситуации, вправе искать помощи и принимать ее. Но они также вправе не принимать предлагаемую им помощь. Они могут выбирать из имеющихся вариантов тот вид содействия, который они признают наиболее приемлемым для себя, хотя, возможно, социальный работник считет, что им более подошел бы другой вид помощи. Кроме того, вмешательство в личную жизнь индивида и семьи возможно только с их согласия, за исключением случаев, определяемых законом, когда необходимо защитить лиц, находящихся в опасности, например подвергаемых жестокому или пренебрежительному обращению детей.

Никто и ни в какой ситуации не может быть оставлен без поддержки под тем предлогом, что он уже отвергал предложения о содействии, что ему уже помогали и это оказалось бесполезным. Этика социальной работы требует от сотрудников избегать «заклеймения» клиента, навешивания на него ярлыков «безнадежный», «неисправимый» и т.д.

Становление профессиональной социальной работы в нашей стране сопровождалось разработкой понятийного аппарата наук, изучающих социальную работу и описывающих ее практику. Среди других спорных дефиниций дискутировался вопрос о том, как назвать того, кому оказывается помощь. В медицине такое лицо называется «пациент». В юриспруденции — «потерпевший», что является российским аналогом латинского термина «пациент», или «истец», т.е., по сути, тот, кто ищет помощи. Однако эти термины описывают лишь одну, страдательную, сторону в позиции лица,

нуждающегося в содействии. Он, конечно, потерпел ущерб, страдание, находится в состоянии жизненного затруднения, однако в тех случаях, когда он обладает личностной субъектностью, то есть в той мере, насколько его интеллектуальные, физические, психические и моральные ресурсы позволяют ему, он должен сам принимать участие в разрешении своей проблемы.

Разумеется, малолетний ребенок, взрослый, не способный в силу врожденных или возрастных особенностей своего интеллектуально-психического статуса понимать окружающее, контролировать свое поведение и деятельность, нуждается во внешнем присмотре, руководстве, решение его проблем осуществляется попечением и трудом других людей. Если же индивид сохраняет хотя бы неполное самосознание, если он в состоянии хотя бы ограниченно, под руководством других лиц, участвовать в деятельности по устранению своих затруднений, тогда он имеет право содействовать с социальным работником, быть не пассивным реципиентом помощи, а активным агентом трансформации собственных жизненных обстоятельств. В связи с этим утвердилось мнение о том, что лиц, которым предоставляется помочь социального работника, следует называть клиентами. Клиент может быть индивидуальным или групповым (семья, школьный класс, группа инвалидов, трудовой коллектив и т.д.). Более точно его характеристики определяются уровнем организации социальной работы.

Поскольку социальный работник любого ранга — всегда активная сторона, можно говорить о том, на что направлена его деятельность, вне зависимости от того, встречает ли она активный ответ, или только пассивно принимается людьми. В этом смысле *объектом социальной работы являются индивиды, семьи, группы, общности, находящиеся в кризисном состоянии - в трудной жизненной ситуации*. Кризисное состояние — это такая ситуация, которая нарушает или грозит нарушить, возможности нормального социального функционирования указанных объектов. Важно также добавить, что самостоятельно, без внешней помощи, сами индивиды справиться с этой ситуацией не в силах.

Таким образом, основой профессиональной работы в психологии и социальной работе выступают отношения “специалист - клиент” (клиентом может выступать и общество, и социальная группа, и индивид). Мы можем выделить следующие уровни объектов этой работы:

- конкретный человек
- различные социальные группы (по профессиональному признаку, по возрасту, по половому признаку, конфессии и др.)
- конкретное общество
- всё человечество

Когда говорят о социальной работе, у неискушенного человека сразу возникает представление о сотруднике с сумкой, который снабжает продуктами одиноких инвалидов и престарелых. Принято также выделять среди клиентов социальной работы малоимущих и бедных людей. Однако, хотя борьба с бедностью и считается «родовым предназначением» социальной работы, ограничивать ее только кругом подобных лиц нет никаких оснований.

В жизни, к сожалению, случаются несчастья, болезни, катастрофы, которые могут вполне благополучного человека, семью, социальную группу вытеснить в число неблагополучных, нуждающихся во внешней помощи. Семейные проблемы, дестабилизирующие межсупружеские или родительско-детские отношения, могут возникнуть в любой семье независимо от ее

социального статуса и материального положения. Проблемы подростков в пубертатном периоде или пожилых людей являются практически неизбежными, и эти категории населения, а также их близкие нуждаются в помощи для их разрешения. Поэтому во всем мире давно осознали, что социальная работа нужна всем слоям, группам и индивидам, хотя некоторые нуждаются в ней потенциально, а другие — уже актуально. Принято сравнивать ее с зонтиком, который может быть свернут до времени, но в нужную минуту защитит индивидов от неблагоприятных воздействий, угрожающих им.

В нашей стране сложились достаточно редкие условия, которые практически исключают из обихода понятие «благополучная социальная группа». Те категории населения, которые в других государствах относятся к гарантированно благополучным, зажиточным слоям населения (государственные служащие, врачи, педагоги, научная интеллигенция, офицеры, сотрудники оборонных предприятий и т.д.), чаще всего относятся к малообеспеченным, если не к бедным. Занятость, наличие работы в других условиях гарантируют обеспеченность самого работника и его семьи на уровне хотя бы прожиточного минимума. Однако в нашей стране, даже если предприятие и учреждение успешно функционирует, если его продукция пользуется спросом, если заработную плату платят в срок (каждое из этих обстоятельств отнюдь не обязательно), уровень оплаты труда в большинстве случаев не обеспечивает содержания семьи работающего. В цену заработной платы не заложены не только расходы, необходимые для социокультурного развития, - в ней отсутствуют средства на содержание минимальной жилплощади, на детей.

Затянувшееся кризисное состояние, неясность перспектив развития, усталость населения, состояние аномии, то есть распад существовавшей системы морально-нравственных ценностей и отсутствие внятной общепринятой новой системы, — все это приводит к тому, что в психологической поддержке нуждается все больше людей. Усложнение структуры гражданско-правовых отношений, появление множества нормативных актов, ряд которых противоречит прежде существовавшим или друг другу, усиливают потребность в правовом консультировании. Нужда в поддержке в условиях безработицы (по статистическим данным в России 8% безработных) или угрозы безработицы, в содействии самозанятости и самообеспечению повышает роль социальных служб, оказывающих помощь в этой области. Все это позволяет сделать вывод, что в условиях России потребность в социальной работе является особенно острой и всеобщей.

Кому же оказывают помощь социальные работники? Перечень клиентов в известной мере отражает краткую, но насыщенную историю развития этого вида деятельности. Социальная работа ориентирована на индивида. Помощь должна быть направлена не только на социальный слой, большую группу, территориальную общность — каждый представитель этих больших масс, отдельный человек имеет право на счастье, благополучие и развитие своих способностей. Первоначально социальная работа велась именно как работа с индивидами. Однако позднее стало ясно, что попытки изменить ситуацию и поведение индивидуального клиента редко оказываются эффективными, если не воздействовать на их непосредственное окружение, на ближайшую социальную сеть, в которую они вовлечены. Это привело к становлению семейной и групповой социальной работы. Воздействие на семью невозможно без воздействия на каждого ее члена, то есть семья является многофакторной динамической системой и требует системной трансформации. Изменения в поведении и

самочувствии отдельных членов семьи ведут за собой изменение напряженности внутрисемейных взаимоотношений, трансформацию семейных коммуникаций и т.д. То же можно сказать и о работе с группой. Влияние непосредственного окружения трудно переоценить, особенно если речь идет о подростках и молодежи, о людях конформных, зависимых, с неустойчивым характером. А эта работа в свою очередь требует разрешения проблем более широкого окружения — всего населения того пункта, где проживает данный индивид, данная группа или семья. Подобное понимание выводит на необходимость обращения к общинной, или коммунальной, социальной работе.

В русском языке, к сожалению, слова «община» и «коммуна» наделяются смысловой нагрузкой, затрудняющей их употребление в контексте социальной работы. Между тем в понимании зарубежных теоретиков и практиков эти термины относятся к совокупности жителей определенного населенного пункта или района, обладающих достаточно большой степенью самоуправления и имеющих ряд общих интересов в охране и обустройстве территории, обеспечении нужд взрослых и детей в образовании, социальном обслуживании, спортивном и культурном развитии. Отмечено, что чем выше образовательный уровень и социальный статус обитателей таких территориальных единиц, тем выше уровень их участия в делах своей коммуны или общины. Жители районов застойных социальных трудностей, в которых обитают бедняки, наследственные безработные, отличаются пассивностью, проявляют равнодушие к делам своего населенного пункта.

В нашей стране существовавшая система местного самоуправления неоднократно подвергалась разрушению, заменяясь прямым административным правлением. Исследование различных ее вариантов, включая дреформенную сельскую общину, реформы Петра I, земскую деятельность конца XIX — начала XX в., опыт советской власти, свидетельствует, что в прошлом опыте много ценных социально-политических и правовых механизмов, использование которых может помочь улучшить жизнь. Главный вывод — без использования потенциала местного самоуправления невозможно должным образом наладить функционирование социального организма в данном населенном пункте. Именно совокупная воля и совокупный разум местных жителей способны контролировать администрацию, предупреждая бюрократизм, коррупцию и неэффективность, и стимулировать ее к более активной и целесообразной деятельности. Поэтому можно уверенно прогнозировать, что укрепление местного самоуправления неизбежно и в его рамках получит становление общинная (коммунальная) социальная работа, которая в свою очередь невозможна без улучшений в рамках всего общества. Поэтому мы имеем право говорить, что существует также общесоциальный уровень социальной работы.

Социальные проблемы тех, кому помогает социальный работник, зависят также от их принадлежности к определенной социально-демографической группе. Так, специфические трудности встречают людей в пожилом и старческом возрасте. Возможности справиться с ними, разумеется, различны у человека состоятельного или бедняка, у того, кто окружен любящей семьей, или у того, кто одинок, однако возрастные физиологические и социальные изменения настигают всех. Женщины и дети традиционно выделяются в особые категории клиентов социальной работы, так как объективные обстоятельства их положения составляют для них угрозу социального риска. Дети слабы, несамостоятельны и зависимы, что повышает их потребность в помощи и опасность стать жертвой со стороны взрослых. Женщины в силу выполнения

своих репродуктивных функций также находятся в уязвимом положении. Для нас сегодня непривычной кажется мысль, что есть особая потребность в помощи у социально-демографической категории мужчин, которые встречаются с особыми трудностями, обусловленными именно их принадлежностью к мужскому полу. Однако это именно так, и андрологические проблемы (прежде всего медицинские и медико-социальные) начинают изучаться специально для оказания мужчинам квалифицированной помощи.

Принято также выделять клиентов — людей с особыми проблемами. Сущность, проявления и потребность во вмешательстве у таких людей зависят как раз от того, какова их особенность, какого типа проблемы затрудняют их жизнедеятельность. Так, инвалиды или лица с ограниченными возможностями нуждаются в специальной помощи со стороны государства, так как их физические, психические или интеллектуальные возможности препятствуют их нормальной жизни в этом обществе. Поэтому необходимо приспособливать архитектуру и транспорт для инвалидов с ограничениями подвижности, создавать безопасные условия труда и проживания для тех, кто не вполне контролирует свое поведение, обеспечивать надзор и уход для тех, кто не в состоянии самостоятельно управлять своей жизнедеятельностью, и прилагать всевозможные усилия, чтобы интегрировать инвалидов в общество.

Однако помимо инвалидов особые нужды есть у безработных, у тех, кто участвовал в военных действиях и сейчас страдает от последствия посттравматического стрессового синдрома, у многодетных семей и у родителей, чьи дети испытывают трудности в обучении.

Все эти категории нуждаются в специальных видах помощи и в содействии работников различных специализаций. Конечно, в наших условиях пока было бы наивно ожидать, что социальные работники станут оказывать помощь в удовлетворении некоторых особых, специальных, даже экзотических потребностей, как это делают представители американских социальных служб, которые считают, что содействуют социальному равенству, помогая девушкам из бедных семей подготовиться к конкурсам красоты, на что девушки из богатых семей тратят большое количество родительских денег. Однако учет и этих «особых нужд» в социальной работе необходим.

Итак, мы можем сделать вывод, что социальная работа ведется на уровне индивида, семьи, группы, общности людей, объединенных по территориальному, производственному признаку, по признаку сходной проблемы, или в пределах всего общества. Однако, оказывая помощь, социальный работник должен знать, на что направлена эта помощь, чего он хочет добиться в процессе своей деятельности, какова его цель и как он представляет себе идеальный результат своей работы. Этот вопрос также служит темой серьезных дискуссий, связанных с рамками компетенции и пределами возможностей данного вида деятельности.

Следует признать, что на целый ряд причин, условий и обстоятельств, осложняющих положение клиента, не может воздействовать не только социальный работник, весь институт социальной работы, вся социальная система данного государства, но даже на современном уровне наших знаний и наших ресурсов — все человечество в целом. Скажем, целиком устраниТЬ причины врожденной или приобретенной инвалидности или восполнить те дефекты, которые обусловливают ограничение возможностей индивидов, сегодня невозможно. Такие достижения цивилизации, как развитие здравоохранения, появление новых видов генетической прогностики и пренатальной диагностики,

совершенствование медицинской помощи, улучшение условий труда и быта устраниют одни причины инвалидности, однако им на смену приходят другие, в значительной мере вызванные теми же успехами цивилизации, поэтому общее число инвалидов растет. Не имея возможности устранить причину, которая делает индивида инвалидом, что же может предпринять социальный работник? Только помочь индивиду достигнуть максимального уровня интеграции в общество, возможного при его реальных жизненных обстоятельствах и здоровье.

Вероятно, бедность — неизбежный спутник современного общества, так как ее причины вызваны не только недостатками здоровья, личности, характера, интеллекта и психики, не только несовременной прокреативной ориентацией, обуславливающей многодетность, не только эгоистической позицией работодателей (включая государство), но и общим дефицитом ресурсов в мировом масштабе. Устранить бедность социальный работник не в состоянии, он может действовать с целью устранения наиболее вопиющих последствий бедности, с тем чтобы она не стала наследственной для семьи данного клиента: оказать содействие в обеспечении полноценным питанием; помочь получить образование и вместе с тем шансы на успешный социальный старт детям бедняков, родители которых не могут предоставить им таких возможностей, какие предоставляются детям из обеспеченных или богатых семей; гарантировать медицинскую помощь, в первую очередь женщинам и детям. Есть множество таких социальных проблем, которые социальные работники должны постоянно разрешать в своей деятельности, но не могут разрешить их целиком и полностью.

Разрешить окончательно социальные проблемы инвалидности, бедности, расовой или национальной нетерпимости невозможно, но необходимо разрешать их вновь и вновь для каждого следующего индивида или семьи, оказавшихся в затруднении из-за этих проблем. Поэтому, оказывая социальную помощь клиенту, социальный работник имеет дело в первую очередь с его социальной ситуацией. Социальная ситуация — конкретное состояние проблемы конкретного клиента социальной работы, индивидуального или группового, со всем богатством своих связей и опосредований, имеющих отношение к разрешению данной проблемы.

Социальная ситуация клиента и является предметом социальной работы, тем непосредственным полем, где прилагает усилия социальный работник. Цель его деятельности — улучшение социальной ситуации клиента, превенция ее ухудшения или, по крайней мере, фасилитация, облегчение субъективного переживания клиентом своего положения. Ведь можно отдавать себе отчет, что в условиях спада производства и массовой безработицы помочь индивидам найти новое рабочее место не так просто. Но вот оказать им социально-психологическую поддержку, избавить от негативных личностных реакций на безработицу вполне возможно. Более того, члены добровольной ассоциации «Жены алкоголиков», признавая, что не в силах избавить своих мужей от пагубной алкогольной зависимости, считают целью своего участия в работе объединения научиться быть счастливыми в условиях пьянства супруга.

Понятие социальной ситуации служит методологическим инструментом, позволяющим выделить те связи и взаимодействия, которые непосредственно связаны с социальной проблемой данного клиента и воздействие на которые может повлиять на ее разрешение. Легче всего было бы сразу заявить, что с алкоголизмом человечество не смогло справиться на протяжении всей долгой

истории своего развития, и на этом основании отказаться от поиска путей оказания помощи конкретному пьющему клиенту и его семье. Можно, неадекватно эксплуатируя диалектический принцип всеобщей связи явлений, начать анализ жизнедеятельности этого конкретного алкоголика с глобальных проблем и ожидать для их разрешения такого уровня ресурсов, который, конечно, на сегодняшний день недоступен. Понятие социальной ситуации, не отрицая всеобщих, глобальных связей индивида с миром, позволяет вычленить в его специфических условиях в первую очередь то, что непосредственно влияет на разрешение его проблемы, то, что находится в пределах воздействия и масштабов социальной работы. Анализ этих ближайших связей выявит психологические, семейные, групповые, медицинские и иные причины, которые толкают индивида к пьянству, поможет найти опору в его личности для создания устойчивой мотивации на излечение.

В данной статье мы попробовали, на основе существующих литературных источников, определить смысл социальной работы как формы общественной активности, а также очертировать круг понятий, которые существуют в современной социальной работе.

Вне сомнения, социальная работа несколько странная профессиональная деятельность, которая в отличие от других больше является духовным путем и способом личностного роста. Но нужно признать, что ей не занимать благородства и у нее есть тот духовный потенциал, который отличал всех людей на Земле, посвятивших себя служению другим, другому.

Явно понятно, что даже в двадцать первом веке никакого реального равноправия в России нет и в ближайшее время не будет.

Явно понятно, что в России обездоленные это не только единичные клиенты, а целые слои населения, города и районы.

Явно понятно, что все мы разные и по способностям, и по возможностям и по степени реализации.

Нужно понять, что мы не чужие, но люди одной судьбы и живущие только для того, чтобы помочь другому словом, чувством, делом. В чем, собственно, и есть сущность социальной работы.

ЛИТЕРАТУРА

1. Баркер Р. Словарь социальной работы / Пер. с англ. М., 1995.
2. Бершер Г., Юиссон Л. Теория социально-психологической деятельности / Пер. со швед. М., 1992.
3. Козлов В.В. Работа с кризисной личностью. М.: Институт психотерапии, 2003.
4. Панов А.М. Социальная работа как наука, вид профессиональной деятельности и специальность в системе высшего образования // Российский журнал социальной работы. 1995. № 1.
5. Тезаурус социальной работы. М., 1995.
6. Теория и методика социальной работы. В 2 т. М., 1994.
7. Справочное пособие по социальной работе . М., 1997.
8. Словарь-справочник по социальной работе. М., 1997.

ТЕХНОЛОГИЯ СБОРА СРЕДСТВ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИЙ СОЦИАЛЬНОЙ СФЕРЫ.

Албегова И.Ф., ЯрГУ

Генезис, существование и развитие социальной сферы общества есть результат исторического процесса. Основой ее возникновения является деятельность людей по удовлетворению базисных потребностей человека (в пище, тепле, отдыхе, поддержании здоровья, воспроизведстве жизни и т.д.), то есть деятельность по воспроизведству действительной жизни и регулированию социальных отношений между субъектами данной деятельности.

Социальная сфера сегодня - это целостная, постоянно изменяющаяся подсистема общества, порожденная его объективной потребностью в непрерывном воспроизведстве субъектов социального процесса. Это устойчивая область человеческой деятельности по воспроизведству своей жизни, пространство реализации социальной функции общества. Именно в ней обретает смысл социальная политика государства, реализуются социальные и гражданские права человека.

Становление социальной сферы в каждом конкретном обществе, с одной стороны, подчиняется общим объективным закономерностям, а с другой – детерминируется многими уникальными обстоятельствами, присущими данному обществу. При этом степень развитости социальной сферы всегда является показателем уровня цивилизованности того или иного общества.

В России социальная сфера прошла длительный и своеобразный путь своего развития. Экономическая реформа, начавшаяся в 1991 - 1992 гг. резко усугубила негативные тенденции в социальной сфере: идет непрерывный процесс нарастания и углубления проблем социального развития страны. Тем не менее, потребность в определении факторов и ориентиров позитивных изменений требует взвешенного анализа ситуации в целях своевременного и адекватного выявления обостряющихся противоречий и принятию действенных мер по их разрешению или, по крайней мере, смягчению. Такой анализ призван определить приоритеты обоснованной и реалистичной стратегии развития социальной сферы, обеспечивающей необходимые и достаточные условия для социального воспроизведения нынешнего и всех последующих поколений.

Социальная сфера в идеале призвана обеспечить достаточный, с точки зрения прогресса общественного развития, уровень благосостояния, доступность основных жизненных благ для большинства населения, характеризоваться социальной стратификации, состоящей из большого количества слоев и групп, отношения которых не носят дезинтегрирующего характера. Она призвана создавать возможности социальной мобильности, перехода в более высокую доходную, профессиональную группу, гарантировать необходимый уровень социальной защиты, возможность участия в управлении на уровнях и организаций, и государства, и всего общества. Она должна способствовать развитию всех видов социальной активности, обеспечивать возможность самореализации человека, свободу выбора приложений своих способностей.

Идеальная (а скорее оптимальная) модель социальной сферы связана с обеспечением защиты экономических интересов каждого гражданина, гарантий общественной стабильности. Ее функционирование должно

опираться на принципы социальной справедливости и государственной ответственности за социальное воспроизведение человека, других субъектов жизнедеятельности.

Немаловажную роль в становлении такой модели социальной сферы призваны сыграть ее организации, в частности, их количество, уровень материальной обеспеченности, кадровый потенциал, основные направления деятельности. Наряду с многочисленными государственными и коммерческими организациями, в социальной сфере достаточно успешно функционируют и общественные.

В последнее время в России активизировались гражданские инициативы, которые особенно ярко проявились в создании и деятельности негосударственных, неполитических, некоммерческих, общественных организаций (НКО или НПО). Их число в России и в отдельных регионах растет довольно быстро. Так, в поздравительном адресе, направленном участникам первой Национальной конференции некоммерческих организаций России¹ заместителем председателя Правительства РФ Валентиной Матвиенко говорится: "В настоящее время в России активно работают более 300 тысяч некоммерческих общественных объединений, которые своей деятельностью оказывают огромную материальную и психологическую помощь нуждающимся в поддержке слоям населения. Подобная практика способствует появлению новых взаимных обязательств и отношений между государством и гражданским обществом"².

В настоящее время некоммерческие организации активно заявили о себе на рынке. По сути современное рыночное хозяйство есть синтез некоммерческих и коммерческих организаций, которые имеют различные цели, механизм хозяйствования и управления.

Некоммерческая организация-это юридическое лицо, не имеющее извлечение прибыли в качестве основной цели своей деятельности и не распределяет полученную прибыль между участниками.

Для России словосочетание «некоммерческая организация» является относительно новым. На практике по отношению к деятельности такого рода организаций используются также такие термины как «неприбыльные» или “бесприбыльные”. Все они представляют дословный перевод английского слова – non-profit.

Основным целям и задачами НКО являются содействие решению важных социальных проблем в обществе, создание условий для развития потенциала личности, а так же развитие связей между основными сферами жизни общества.

Гармонизируя отношения между личностью, группой, государством и бизнесом, НКО консолидируют российское общество, развивают демократию, способствуют ослаблению социальной напряжённости и являются важным фактором становления гражданского общества в России.

Обладая правом юридического лица, экономической обособленностью и самостоятельностью хозяйственной деятельности НКО, выступают в России как инновационная организационная форма социальной работы с населением. Они постоянно разрабатывают принципиально новые технологии решения социальных задач, чему во многом способствует их мобильная организационная

¹ Конференция проходила 11-14 октября 2000 г. в подмосковной гостинице "Холидей Инн Виноградово".

² Чёрная Дарья. Национальная конференция: ощущение единства.// Вестник благотворительности. 2000, № 10 (52). С.12.

структура, свободная от стереотипов психология членов НКО, ограниченность финансовых средств. Философия существования некоммерческих организаций, современное положение НКО в обществе, новизна задач и нестандартные пути их решения, позволяют третьему сектору выступать общественным генератором идей, реализация которых не требует особых материальных затрат, но даёт значимый положительный социальный эффект.

В связи с этим для НКО принципиально важным является применение уже имеющихся технологий менеджмента, а также активная разработка новых и их апробирование.

Само решение о создании общественной, негосударственной, неполитической, некоммерческой организации ставит будущих её членов перед задачей разработки организационной структуры НКО, органов её управления, основ институционального развития, определение миссии, целей и задач. При этом любая организация должна ориентироваться на спрос и потребности рынка социальных услуг, чётко обозначить своих бенефициаров (благополучателей) и, в соответствии с этим, определить набор основных видов деятельности.

Конечно, рынок и изменяющиеся условия функционирования организации корректируют первоначальные замыслы, но основная уставная деятельность и её направления, как правило, остаются неизменными. НКО, как организационная форма социальной работы, прежде всего обязаны оказывать разные виды помощи населению в решении их проблем. Любая помощь, независимо от её содержания, требует определённых финансовых вложений. Хозяйственная самостоятельность НКО, особенности финансирования их деятельности, а лучше сказать, его отсутствие, ставят любую организацию перед проблемой финансового менеджмента или фандрайзинга.

Фандрайзинг - это наука и искусство, теория и практика, это определённая философия и психология, это и специфический вид деятельности.

Как теория фандрайзинг имеет свой особый понятийный аппарат. Существует достаточное количество терминов, смысл которых помогает раскрыть суть фандрайзинга³.

К числу основных относятся следующие: благотворительность, меценат, спонсор, донор, грант, бесприбыльный (некоммерческий) проект и т. д.

Благотворительность - добровольное бескорыстное пожертвование физических и юридических лиц в форме предоставления получателям минимальной финансовой, организационной и иной благотворительной помощи. Формы благотворительности - меценатство и спонсорство.

Меценат - физическое лицо, оказывающее материальную, финансовую, организационную и иную благотворительную помощь на бескорыстной добровольной основе.

Спонсор - юридическое или физическое лицо, оказывающее на добровольной и бесприбыльной основе материальную поддержку благотворительной деятельности в целях популяризации исключительно своего имени (названия), торговой марки и т.д.

Донор - юридическое или физическое лицо, оказывающее материальную, финансовую, организационную и иную благотворительную помощь неприбыльным организациям на добровольной бескорыстной основе.

³ Подробнее см.: Кучереносов В. Фандрайзинг: мифы и реальность.// Вестник благотворительности. 2000, № 10 (52). С.20.

Грант - благотворительный взнос или пожертвование, имеющее целевой характер, предоставленное физическими и юридическими лицами в денежной и натуральной формах.

Бесприбыльный (некоммерческий) проект - комплекс запланированных мероприятий, объединенных общими задачами, целью которого является достижение социально значимого эффекта, а не получение прибыли.

Фандрайзинг в широком смысле представляет собой технологию поиска источников финансирования, которой в основном занимаются общественные организации. В связи с этим можно сказать, что фандрайзинг - это поиск источников финансирования, необходимых для осуществления деятельности НКО, включая реализацию неприбыльных программ и проектов.

Как правило, фандрайзинг бывает "внутренним" и "внешним". В первом случае речь идёт о внутреннем менеджменте НКО, когда разработкой и реализацией стратегии поиска финансирования сотрудники НКО занимаются самостоятельно.

Во втором случае - это одно из направлений консалтинговой деятельности, когда поиск финансирования осуществляется посредством привлечения профессиональных консультантов по фандрайзингу. В данном случае в этой роли могут выступать как независимые эксперты, так и специализированные фандрайзинговые фирмы.

Основной целью НКО в сфере фандрайзинга является разработка и реализация разнообразных фандрайзинговых стратегий, итогом которых должно быть получение средств. Отсюда задачи фандрайзинга: подготовка проектов для донорских организаций, социальное партнёрство с органами власти, развитие корпоративности, связей с общественностью.

Сама технология сбора средств довольно сложна, но именно от степени её освоения зависит решение вопроса о жизнеспособности некоммерческих организаций.

В современных российских условиях существует пять традиционных источников финансирования НКО. Это - благотворительные фонды и международные донорские организации; предпринимательские структуры; органы исполнительной власти и местного самоуправления; физические лица; другие НКО. Для работы с каждым из них НКО использует особые технологии и методики.

При этом надо отметить, что работа с донорами и спонсорами в России затруднена из-за недостаточного количества организаций и лиц, способных оказать реальную помощь, а также ещё достаточно распространённого стереотипа восприятия НКО как просто просящих организаций, не способных в свою очередь компенсировать её своими услугами. Определённую роль играет и то, что "новые русские" отнюдь не торопятся тратить свои капиталы на дела благие, делиться ими с малоимущими слоями населения, забывая при этом, что завоевать общественное признание, сформировать привлекательный образ и благоприятное отношение к себе можно только через благотворительность. История отечественного меценатства является ярким тому доказательством.

Сложно обстоит дело и с получением заказов от государственных структур, хотя имеется опыт их распределения на конкурсной основе среди НКО в Москве и Нижнем Новгороде.

В России, в отличии от других стран, основными источниками финансирования НКО являются пожертвования от физических лиц и гранты от донорских организаций.

Донорскими организациями, как правило, выступают благотворительные фонды (как отечественные, так и зарубежные). Существуют несколько классификаций фондов данного типа⁴. Исходя из источников финансирования, они подразделяются на ассоциированные (корпоративные) фонды, которые создаются и финансируются определенной коммерческой структурой (например, IBM Foundation). Это наиболее распространенный вид БФ; государственные (межгосударственные) фонды (донорские организации), которые создаются и финансируются правительством одной или нескольких стран (USAID, TACIS); независимые (частные) фонды, которые создаются и финансируются частным лицом или группой лиц, как правило, связанных родственными узами (MacArthur Foundation).

Они также различаются по видам осуществляющей деятельности. На основании этого критерия выделяются:

- фонды, предоставляющие гранты, организации, основной целью деятельности которых является организация и проведение программ грантов (Mott Foundation);
- фонды прямого действия - организации, получающие финансирование для реализации собственных программ (предоставление услуг, проведение исследований, тренингов и т.д.) - International Foundation for Social Adaptation;
- фонды, предоставляющие гранты и одновременно реализующие собственные программы (Freedom House);
- фандрайзинговые фонды - организации, основной целью деятельности которых является поиск финансирования для реализации грантовых или собственных программ. Основное отличие фандрайзинговых фондов состоит в том, что они не имеют одного или нескольких постоянных спонсоров (учредителей), обеспечивающих их финансирование, а занимаются фандрайзингом наравне с другими НПО.

По географическому признаку БФ можно разделить на:

- местные фонды - организации, оказывающие благотворительную помощь на определенной территории (села, района, города, области и т.д.);
- национальные фонды - организации, деятельность которых распространяется на всю территорию страны;
- международные фонды - организации, деятельность которых распространяется на территорию двух и более стран.

Существуют и другие классификации БФ, например, по сфере интересов они подразделяются на экологические, фонды развития местного сообщества, социальной адаптации и т.д.; по социальной ориентации выделяются фонды, оказывающие помощь инвалидам, пенсионерам, женщинам, ученым.

В связи с широким развитием в последнее время международной информационной сети Интернет стали возникать виртуальные фонды - благотворительные организации, осуществляющие программы грантов непосредственно в режиме on-line.

Основные формы финансирования, осуществляемые БФ:

- грант - благотворительное пожертвование (взнос), предоставляемое донорской организацией для реализации неприбыльного проекта или программы;
- беспроцентная возвратная финансовая помощь (возвратный грант) предоставляется НПО для реализации проектов, предполагающих получение

⁴ Подробнее см.: Кучереносов В. Фандрайзинг: мифы и реальность. // Вестник благотворительности. 2000, № 11 (53). С.24.

доходов в результате осуществления деятельности по проекту. Возвратная финансовая помощь предполагает полный или частичный возврат предоставленного финансирования;

- оплата услуг - оплата (на договорной основе) услуг, предоставляемых НПО донорской организации (проведение семинаров, исследований).

Наиболее распространенной формой финансирования НПО донорскими организациями являются гранты. Они предоставляются в результате проведения грантовых программ - конкурсов, объявляемых среди НПО. Грантовые программы могут быть открытыми или закрытыми. В первом случае к участию в конкурсе допускаются все организации, которые отвечают определенным требованиям донорской организации (например, НПО должна быть внесена в Реестр неприбыльных организаций). К участию в закрытых конкурсах допускаются только те НПО, которые соответствуют особым условиям грантовой программы (например, только региональные партнеры донорской организации или НПО, ранее получавшие (или не получавшие) гранты от БФ).

С точки зрения периодичности проведения программы грантов делятся на:

- разовые конкурсы - программы грантов, которые проводятся БФ один раз (как правило, они направлены на достижение определенных целей или задач);
- циклические конкурсы - программы грантов, которые повторяются через определенные промежутки времени - один-два раза в год;
- постоянные конкурсы - программы грантов, которые не имеют определенных сроков подачи заявок на финансирование. Проекты рассматриваются по мере поступления (программа малых грантов Посольства Королевства Нидерландов);
- конкурсы грантов либо проводятся БФ самостоятельно, либо несколько организаций объединяются для совместного финансирования.

Существует большое количество различных типов грантов. Перечислим основные из них:

- Гранты общей поддержки - благотворительная помощь, оказываемая неприбыльным организациям на поддержку их основной деятельности, обеспечение устойчивости и развития.
- Гранты на программы или проекты - благотворительная помощь, предоставляемая на реализацию конкретного проекта или программы.
- Гранты с частичным финансированием - вид благотворительной помощи, предполагающий обязательное привлечение дополнительных источников финансирования (другие донорские организации или собственные средства неприбыльной организации).
- Капитальные гранты - благотворительная помощь, предоставляемая некапитальные затраты неприбыльной организации (приобретение недвижимости, ремонт, приобретение необходимого оборудования).
- Корпоративные гранты - благотворительная помощь, которая оказывается неприбыльным организациям предпринимательскими структурами; либо гранты, предполагающие софинансирование проекта бизнесом.
- Начальные гранты - благотворительная помощь, предоставляемая неприбыльным организациям на начальном этапе их развития (как правило, до 1 года) в целях обеспечения их устойчивости и институционального развития; либо гранты на создание новых организаций (новых направлений в рамках действующей организации).
- Гранты в натуральной форме - благотворительная помощь, предоставляемая в виде материальных ценностей, а не денежных средств.

Перспективные гранты - благотворительная помощь, предоставляемая организации в размере, равном учредительному фонду организации, но выплачиваемая по частям (доля выплаты равна сумме доходов, которую получила бы организация за год, если бы учредительный взнос был сделан единоразово).

- Посреднические гранты - благотворительная помощь, предоставляемая спонсором для проведения социально ориентированной политики от его имени.
- Стимулирующие гранты - благотворительная помощь, составляющая определенный процент от необходимой НПО суммы в целях ее стимулирования к дальнейшему обращению к донорам; либо средства, выделяемые на проведение кампаний по сбору средств для НПО.
- Целевые гранты - благотворительная помощь, предоставляемая НПО целевым образом для осуществления конкретной деятельности.

Кроме оказания помощи в виде грантов, существуют и другие особенности работы с донорскими организациями:

- Высокая степень конкуренции. Грантовые программы известных донорских организаций собирают 400 и более проектов, из которых отбирается для финансирования обычно не более десяти процентов.
 - Заявка на финансирование подается в виде проекта.
 - Отбор проектов для финансирования происходит на конкурсной основе.
 - Особые правила подачи проектов. Как правило, проектные заявки составляются на основании апликационных форм. Апликационная форма (специфическая форма анкеты) представляет собой набор разделов, освещение которых является обязательным. У некоторых БФ апликационные формы разработаны настолько подробно, что подготовка проекта, по сути, сводится к ответам на вопросы анкеты.
- Определенные правила рассмотрения проектов. Процедура рассмотрения проектов обычно происходит в несколько этапов. На первом этапе проекты проверяются менеджерами программы с точки зрения их соответствия приоритетам программы грантов и правильности оформления документов. На втором этапе проекты рассматриваются членами специальных экспертных комиссий, принимающих решения о финансировании. На третьем этапе проекты утверждаются директором (правлением) БФ. В отдельных случаях эта процедура бывает еще более сложной. Например, экспертная комиссия проводит отбор в несколько туров (этапов), либо национальные представительства международных БФ отправляют отобранные проекты на утверждение в центральные офисы.
 - Значительные сроки рассмотрения проектов. Как правило, процедура рассмотрения проектов (с момента подачи заявки до начала финансирования) занимает от 3 до 12 месяцев. Реальные сроки рассмотрения необходимо учитывать во время подготовки проекта, поскольку он может «морально устареть» еще до начала финансирования.
 - Специфические правила отчетности по проекту. Ведение документации, оформление и подачи отчетов по грантам предполагают наличие специальных навыков и умений от директора и бухгалтера проекта.

Принятие положительного или отрицательного решения относительно финансирования проекта БФ зависит от ряда объективных и субъективных факторов.

Таким образом, перспективы существования и активной жизнедеятельности российских НКО в настоящее время во многом зависит от степени овладения их членами технологией сбора средств или фандрайзинга.

ЭКОЛОГИЧЕСКОЕ СОЗНАНИЕ И ИСТОРИЯ ЕГО РАЗВИТИЯ.

Боклина А., ЯрГУ

Экологическое сознание – целостный и относительно новый феномен общественного сознания, являющийся отражением напряженности и остроты экологической ситуации и трансформации духовной и материальной культуры, как реакции общества на экологические проблемы.

Еще древние мудрецы говорили: "Познай себя и ты познаешь весь мир!" Но каждый раз, сталкиваясь с какой-то проблемой, люди начинают вначале искать ее решение во внешнем мире, пытаясь изменить его, и лишь потом, убедившись в неперспективности такого одностороннего подхода, обращают взгляд внутрь самих себя.

История исследования проблем экологического кризиса насчитывает уже почти сто лет, но лишь недавно пришло осознание того, что экологический кризис это во многом мировоззренческий, философско-идеологический кризис, что решение экологических проблем в глобальном масштабе невозможно без изменения господствующего в настоящее время антропоцентического (от греч. *anthrhopos* человек + *kentron* центр) общественного экологического сознания, ставящего во главу угла человека и его интересы в ущерб интересам окружающей его природы.

Под "экологическим сознанием" традиционно понимается совокупность экологических представлений о взаимосвязях в системе "человек природа" и в самой природе, существующего отношения к природе, а также соответствующих стратегий и технологий взаимодействия с ней. [1] Именно сложившийся тип экологического сознания определяет поведение людей по отношению к природе.

Экологическое сознание в архаическую эпоху

Исходной точкой исторического развития отношений человека с миром природы является архаическая эпоха. Особенности экологического сознания в это время могут быть реконструированы через анализ существовавшей системы мифов, которая представляет собой сложившуюся у первобытного человека картину мира.

На начальном этапе социогенеза люди еще не отделяли себя от природы, они мыслили себя частью единой природы. Это было обусловлено тем, что первобытный человек максимально зависел от нее: она постоянно "присутствовала" в каждой его мысли, в каждом его действии. Вопрос взаимоотношений с окружающей природой был вопросом физического выживания человеческого рода. Образ жизни не позволял ни встать над ней, ни игнорировать ее. Это и определяло «первую характерную черту экологического сознания в архаическую эпоху высокую степень психологической включенности человека в мир природы». [1]

В сущности, для первобытного человека окружающие объекты и явления есть не что иное, как "люди в другом обличье". А раз так, то нет и не может быть принципиальной разницы и границы между человеческим и природным. Этим обусловлена "вторая черта экологического сознания в архаическую эпоху

субъектное восприятие мира природы (точнее, субъект-объектная неразделенность с ним)"[3].

В процессе развития человеческого общества, формирования сознания и появления определенной физической независимости от природы исходное психологическое единство с ней начинает разрушаться. Она все больше и больше воспринимается как нечто существующее вне человека, независимо от человека и противопоставленное человеку.

Существенную роль в формировании отчужденности от природы сыграл переход к оседлому образу жизни. Развитие общественного сознания привело к тому, что человек перевел взгляд с природы на самого себя, и в центре внимания оказалась проблема родовых, семейных связей. Принципиальным становится противопоставление "свой чужой": наше царство далекое царство, в нашем царстве есть герой, богатырь, в чужом дракон, змей, чудовище. В соответствии с этой фундаментальной парадигмой воспринимается и природа: есть дом "свое" и есть лес "чужое", шире есть "своя", родная природа и есть "чужая". Данный принцип оказался настолько устойчивым, что во многом до сих пор определяет специфику восприятия природных объектов современными людьми.

Экологическое сознание в эпоху античности

Второй этап отчуждения человека от природы связан с эпохой античности, когда складывается система представлений о богах как творцах природы. Поскольку и человек, и природа созданы богами, возникает своеобразное "равенство в отчужденности" [1]: человек и природа равны перед богами, но отчуждены друг от друга. Иными словами, *складывается психологическая противопоставленность человека и природы* первая черта экологического сознания античной эпохи. Дополнительным фактором, увеличивающим противопоставленность человека и мира природы, стало то, что в эпоху античности началось научное осмысление природы. Природа стала *объектом изучения*, и хотя она при этом не лишалась "души" (например, Аристотель даже звезды считал одушевленными), но душа у нее менее "качественная", чем человеческая. Разделение Платоном "разумной" (человеческой) души и "чувственной" (животной) ярко демонстрирует противопоставленность человека и природы, его принципиальное превосходство над ней с точки зрения античного сознания.

"Третья черта экологического сознания эпохи античности *понимание ценности непрагматического взаимодействия с миром природы*: для античного человека природа это не только материальная, но еще и духовная ценность" [4]. Природа начинает выступать как образец, идеал гармонии, которой человек должен учиться у нее, подражать ей в своей повседневной жизни. Красота, совершенство природы становятся одной из популярных тем античной литературы, да и всего античного искусства. Но в целом, античность явила еще одним шагом на пути отчуждения человека от природы и, в определенном смысле, подготовила абсолютную их противопоставленность в последующие века.

Экологическое сознание в эпоху Средневековья

Третьим этапом отчуждения человека от природы явилось появление монотеистических (от греч. *Monos* - один и *theos* - бог) религий, в частности, христианства. Для средневекового сознания, идеологическим стержнем которого было христианство, характерна жестко иерархизированная картина мира, вся поставленная под знак Бога. Система представлений в христианстве

строится на основе *иерархии* "Бог человек природа". Иными словами, *противопоставленность человека и мира природы* определена волей Бога. Это является первой чертой экологического сознания в эпоху Средневековья. Поставив человека на вершину пирамиды земного мира, христианство кардинально меняет характер восприятия природных объектов. Главное отличие человека, созданного "по образу и подобию" божьему, от всего природного наличие у него нематериальной божественной души. Если античность, сделав природу объектом научного изучения, оставляла природным объектам "право" на душу, то христианство их этого полностью лишило. Вместе с ней природные объекты лишаются и своей самоценности: они представляют интерес только в той мере, в какой могут служить человеку и быть полезными ему.

Вторая черта экологического сознания эпохи Средневековья, которую сформировало христианство, "*объектное восприятие мира природы*" [1]. Оно освободило человека от обязанности богоизбранным природу, дало ему неограниченную свободу в обращении с ней, превращенной в "сырец", лишенное какого бы то ни было священного смысла. Христианство утвердило представление о санкционированном самим Богом потребительском, прагматическом использовании природы. Красноречив в этом отношении текст Библии: "И сказал Бог: сотворим человека по образу Нашему и по подобию Нашему, и да владычествуют они над рыбами морскими, и над птицами небесными, и над скотом, и над всею землею, и над всеми гадами, пресмыкающимися по земле... да страшатся и да трепещут вас все звери земные, и все птицы небесные, все, что движется на земле, и все рыбы морские: в ваши руки отданы они" (Бытие, 1:26; 9:3). Итак, христианство завершило отчуждение от природы в религиозной форме.

Экологическое сознание и наука Нового времени

Но впереди еще ждало отчуждение от природы, освященное наукой. Важнейшую роль в этом сыграло картезианство, возникшее в XVII в. и ставшее одной из философских основ современной цивилизации. Его исходным пунктом являлось представление о человеке-субъекте и мире-объекте, которым человек манипулирует. В этом смысле картезианство логически завершило все то в экологическом сознании, что было заложено христианством: "Человеческая личность, воспитанная в течение полутора тысяч лет на опыте абсолютной личности, захотела теперь сама стать абсолютом" [3]. Таким образом, первая черта картезианской модели мира "*полная психологическая противопоставленность человека и природы*" [1].

Картезианство утверждало абсолютную ценность человеческого разума, субъективности в целом, а поскольку внечеловеческая природа ими не обладает (животные и растения по Декарту машины, лишенные внутреннего мира), то, соответственно, ее ценность несопоставимо ниже. А раз так, то препарирование животного ничем не отличается от разборки часов. В этом заключается вторая черта картезианства "*объектное восприятие природы*" [1].

Характерно, что конечную цель знания картезианство видело в господстве человека над силами природы, в открытии и изобретении технических средств, которые позволяли бы это господство обрести. Природа не должна существовать и развиваться "просто так", она должна служить человеку. *Абсолютный прагматизм* во взаимодействии с природой это третья черта картезианского мировосприятия. Таковы культурно-исторические истоки доминирующего сейчас антропоцентрического экологического сознания.

Подводя итоги исторического литературного обзора развития экологического сознания, нужно отметить, что в настоящее время намечается поворот от абсолютного прагматизма в отношении природы к более бережному, внимательному отношению к ней. Такой подход поддерживается государством, средствами массовой информации, наметились определенные тенденции в образовании и т.д. Однако, следует также отметить, что обратный процесс может оказаться еще более длительным и тяжелым, он потребует от человечества в целом и от каждого конкретного человека изменений некоторых заложенных ранее экологических установок и должен повлечь за собой изменение общественного экологического сознания. Но без этого человечество не может быть полностью уверено в своем будущем и в будущем следующих поколений.

Литература:

1. Дерябо С.Д., Ясвин В.А., Психологическая траектория экологического кризиса: диалектика развития общественного экологического сознания.
2. Гагарин А.В., Формирование экологического сознания учащихся и педагогов средствами дополнительного экологического образования (экопсихологический подход).
3. Зборовская Е.П., Прохоренко Т.Г., Экологическое сознание и его особенности.
4. Панов В.И., Введение в экологическую психологию., - М.: изд-во МНЭПУ, 2001г.
5. Поярков Б.В., Поярков В.Б. Основы природопользования: курс лекций. 2-е изд., доп., Яросл. Гос. Ун-т. Ярославль, 2002. 332с.
6. Филонова Н.В., Образовательное проблемное поле эколого-психологических исследований.

САМОРЕГУЛЯЦИЯ КАК ИНТЕГРАТИВНЫЙ ПРОЦЕСС

Бубенко В.Ю., Мазур Е.С., МГППУ

Проблема саморегуляции рассматривается в отечественной и зарубежной психологии в разных теоретических контекстах. Понятие «саморегуляция» носит междисциплинарный характер. Это понятие широко применяется в различных областях науки для описания живых и неживых систем, основанных на принципе обратной связи.

Понятия саморегуляции (от лат. *re g

- ulare

 — приводить в порядок, налаживать), которое в энциклопедическом варианте определяется как — целесообразное функционирование живых систем разных уровней организации и сложности, получило развитие как в зарубежной, так и в отечественной психологии. В настоящее время саморегуляция определяется как системный процесс, обеспечивающий адекватную условиям изменчивость, пластичность жизнедеятельности субъекта на любом из ее уровней (Е.Т.Соколова, В.В.Николаева. 1995).*

Понятие регуляции впервые ввел П. Жанэ (1929), утверждая, что способность к саморегуляции является наивысшим критерием развития личности. Саморегуляция рассматривалась им как процесс опосредования социальных норм и ценностей, как система внутренних требований, которые превращают человека в активного субъекта.

3. Фрейд выделял в качестве регулирующей инстанции - «Я», которое опосредует влечения нормами и табу, участвует в осознании желаний (Фрейд З., 1924).

А.Адлер процессы регуляции связывал с механизмами развития комплекса неполноценности, который рассматривался как патологический результат гипертрофированного чувства неполноценности. «Сверхкомпенсация» и «уход в болезнь» понимались как неудавшиеся способы саморегуляции, в основе которых лежит переживание «быть лучше других», «быть не таким как другие», противоречащее сложившимся нравственным нормам и ценностям.

Смысловая сторона процесса саморегуляции нашла отражение в таких понятиях динамической теории К.Левина (1926) как «временная перспектива», «надситуативное и волевое поведение».

По мнению Г.Олпорта (1960), в процессах саморегуляции ведущую роль играет система ценностей, своеобразная жизненная философия, которая обобщает, систематизирует опыт и сообщает смысл поступкам человека.

В. Франкл в концепции логотерапии специально выделяет смысловую регуляцию поведения, подразумевая под ней поиск и принятие того или иного смысла жизни, которым должно быть пронизано любое жизненное событие (1982).

В отечественной психологии начало рассмотрения проблем саморегуляции было положено Л.С.Выготским, который связывал специфически человеческий способ регуляции с созданием и употреблением знаковых психологических орудий и видел его в явлении овладения собственным поведением (1983). Знаки понимались им как искусственные стимулы-средства, сознательно вводимые в психологическую ситуацию и выполняющие функцию автостимуляции.

С.Л.Рубинштейн связывал высший уровень саморегуляции с появлением мировоззренческих чувств, которые понимались им как осознанные ценностные отношения человека к миру, другим людям, себе самому» (Рубинштейн С.Л., 1973).

Концепция А.Н.Леонтьева положила начало исследованию «связной системы личностных смыслов» (1966,1975), межмотивационных отношений, которые характеризуют собою строение личности. Самым сильным регулятором жизненных процессов А.Н.Леонтьев считал «личностный смысл». Саморегуляция в контексте рассмотрения «личностных смыслов» понимается как особая деятельность, «внутренняя работа» или «внутреннее движение душевных сил», направленное на связывание систем личностных смыслов.

Дальнейшую конкретизацию идеи Л.С. Выготского, С.Л. Рубинштейна, А.Н.Леонтьева получили в концепции смысловых образований личности (Асмолов А.Г., Братусь Б.С.и др., 1979). «Смысловые образования определяются как целостная динамическая система, отражающая взаимоотношения внутри пучка мотивов, реализующих то или иное отношение к миру, они порождаются и изменяются в деятельности, и выполняют в ней регулирующую роль» (Мазур Е.С., 1983). Регулирующая роль смысловых образований выявляется при осознании и принятии их в качестве ценностей (Василюк Ф.Е., 1984).

В настоящее время понятие саморегуляции активно разрабатывается в работах многих авторов, которые предпринимают попытки вычленения видов и уровней саморегуляции. Саморегуляция рассматривается как системный процесс, обеспечивающий адекватную условиям изменчивость и пластичность

на любом ее уровне (Соколова Е.Т., Николаева В.В., 1995). Саморегуляция подразделяется на психический и личностный уровни.

При этом выделяются такие виды саморегуляции как:

Психическая саморегуляция (Абульханова-Славская К.А., 1977), которая способствует поддерживанию оптимальной психической активности, необходимой для деятельности человека.

Операционально-техническая саморегуляция, обеспечивающая сознательную организацию и коррекцию действий субъекта, с применением осознанных средств, направленных на оптимизацию действия (Конопкин О.А., 1980).

Эмоциональная саморегуляция (Кулыгина М.А, 1992, О.С Копина, 1982), обеспечивающая эмоциональное регулирование деятельности и её коррекцию с учетом актуального эмоционального состояния.

Личностно-мотивационная, или смысловая саморегуляции (Асмолов А.Г., Братусь Б.С., Зейгарник Б.В. и др., 1979; Б.В. Зейгарник, А.Б.Холмогорова, Е.С. Мазур 1989) обеспечивающая осознание мотивов собственной деятельности, управление мотивационно-потребностной сферой на основе процессов смыслообразования.

Благодаря функционированию смыслового уровня саморегуляции раскрываются внутренние резервы человека, дающие ему свободу от обстоятельств, обеспечивающие даже в самых трудных условиях возможность самоактуализации. Имеются попытки дифференциации этого рода саморегуляции и волевого поведения (Б.В. Зейгарник и др., 1989). Волевое поведение возникает в условиях мотивационного конфликта, и не ориентировано на гармонизацию мотивационной сферы, а направлено только на устранение этого конфликта. Эффективная саморегуляция обеспечивает достижение гармонии в сфере побуждений. В литературе выделяется волевая регуляция как целенаправленная, осознанная и лично контrollируемая форма регуляции (Зябкина И.В., 1993). В качестве механизмов личностно-смыслового уровня саморегуляции рассматриваются смысловое связывание и рефлексия (Зейгарник и др., 1989).

Смысловое связывание - это процесс формирования нового смысла в ходе особой внутренней сознательной работы содержания, путем связывания некоторого изначально нейтрального содержания с мотивационно-смысловой сферой личности.

Рефлексия дает человеку возможность взгляда на себя «со стороны», она направлена на осознание смысла собственной жизни и деятельности. Она позволяет человеку охватить собственную жизнь в широкой временной перспективе, создавая тем самым «целостность, непрерывность жизни», позволяя субъекту необходимым образом перестроить свой внутренний мир и не оказаться всецело во власти ситуации. Рефлексия, как механизм личностно-смыслового уровня саморегуляции, представляет собою мощный источник устойчивости, свободы и саморазвития личности. Специально выделяется рефлексивный уровень регуляции (Зейгарник Б.В., Холмогорова А.Б., 1985).

Процессы личностно-смысловой саморегуляции могут протекать как на сознательном, так и на неосознаваемом уровнях. Осознанная саморегуляция является механизмом овладения собственным поведением и собственными психическими процессами. На основе осознания человек получает возможность произвольно менять смысловую направленность своей деятельности, изменять соотношение между мотивами, вводить дополнительные побудители поведения,

т.е. в максимальной степени использовать свои возможности к саморегуляции (Мазур Е.С., 1983). На неосознаваемом уровне личностно-смысловая регуляция реализуется за счет функционирования различных психологических защитных механизмов.

Психологическая защита понимается как последовательное искажение когнитивной (познавательной) и аффективной (эмоциональной) составляющих образа реальной ситуации с целью ослабления эмоционального напряжения, угрожающего человеку в случае, если бы ситуация была отражена в возможно полном соответствии с реальностью (Plutchik R., Kellerman H., Conte H.R., 1979). Главным объектом психологической защиты являются положительные составляющие Я-образа. Защиты образуются для совладания с интенсивными эмоциями, спонтанное, открытое выражение которых представляется опасным для человека. Защитные стратегии представляют собой косвенные пути переживания и преодоление эмоционального конфликта.

Р. Плутчик (1979) выделяет следующие виды психологических защит: замещение, проекция, компенсация, идентификация, фантазия, регрессия, двигательная активность, подавление, интроекция, вытеснение, изоляция, отрицание, реактивное образование, интеллектуализация, рационализация, сублимация, аннулирование.

Психодинамически ориентированная модель К. Перри (1997) дополняет список психологических защит, включая в него также: ипохондрию, отыгрывание вовне, пассивную агрессию, всемогущество, расщепление, уничтожение, проективную идентификацию, обесценивание, идеализацию, невротическое отрицание, аутистическое фантазирование, диссоциацию, активное формирование, смешение, уничтожение, присоединение, альтруизм, антиципацию, самоутверждение, юмор и даже самонаблюдение.

Действие защитных механизмов проявляется в расхождении между непосредственно переживаемыми смыслами, определяющими реальное поведение, и осознаваемыми смыслами. Механизмы психологической защиты тормозят процесс рефлексии и приводят к искаженному, неадекватному осознанию реально действующих смысловых образований, в результате чего происходит нарушение самоконтроля и коррекции поведения. Защитные процессы направлены на устранение из сознания внутриструктурных конфликтов, однако конфликты тем самым отнюдь не разрешаются: устранные из сознания смыслы продолжают оказывать патогенное влияние, в то время, как только их осознание открывает путь к конструктивной саморегуляции и перестройке смыслов. (Б.В.Зейгарник. и др., 1989, с 129).

Краткий обзор современных представлений о видах и уровнях саморегуляции показывает, что понятие саморегуляции следует рассматривать как интегративный процесс. Процессы саморегуляции проявляются в целостной жизнедеятельности человека на разных уровнях ее функционирования, включая эмоциональные, смысловые, когнитивные, рефлексивные, мотивационные и поведенческие процессы. Саморегуляцию следует рассматривать как целостную динамическую систему функционирования разных уровней и аспектов саморегуляции. Изменения на одном из уровней будет влиять на ее другие уровни и на систему в целом. Например, изменения смыслового аспекта саморегуляции влияют на ее эмоциональные, мотивационные и поведенческие аспекты. Можно предположить, что смысловая регуляция играет ведущую роль в общей системе саморегуляции. Смысл является интегративной категорией и рассматривается как единица анализа личности (Леонтьев Д.А., 2001).

В современной психологии проблема саморегуляции разрабатывается не только на уровне теории, но и в широком круге экспериментально психологических исследований.

Актуальным остается вопрос об исследованиях нарушений различных уровней саморегуляции, и нахождении адекватных способов её восстановления.

Наряду с современными методами психотерапии и психокоррекции, которые прямым или косвенным образом позитивно влияют на восстановление процессов саморегуляции, следует подчеркнуть значимость интенсивных интегративных психотехнологий и техник личностного роста, разрабатываемых в направлении «интегративной психологии». Интегративная психология – новое научно-практическое направление отечественной психологии, имеющее большие психокоррекционные и терапевтические возможности (Козлов, 2001). Практическим выражением актуальности методов позитивной интеграции является достижение личностью большей целостности, гармоничности и сбалансированности, наполненности жизни. Роль саморегуляции в восстановлении и развитии обозначенных характеристик личности очевидна, но, тем не менее, требует научно обоснованных и статистически достоверных данных. Это открывает широкий простор для практических исследований в области установления степени влияния интенсивных интегративных психотехнологий на развитие и восстановление процессов саморегуляции.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Абульханова-Славская К.А. Диалектика человеческой жизни. (Соотношение философских, методологических и конкретно-научных подходов к проблеме индивида). М., 1977.
2. Асмолов А.Г., Братусь Б.С., Зейгарник Б.В. и др. О некоторых перспективах исследования смысловых образований личности. // Вопросы психологии. 1979. 4. С.34-46.
3. Василюк Ф.Е. Психология переживания. М., 1984.
4. Выготский Л.С. Собрание сочинений. Т.3. М., 1983-1986.
5. Зейгарник Б.В., Холмогорова А.Б., Мазур Е.С. Саморегуляция поведения в норме и патологии. // Психологический журнал. 1989. Т.10. № 2.
6. Зябкина И.В. Автореф. канд. дис. Нарушения волевой регуляции деятельности и их компенсация. М., 1993
7. Конопкин О.А. Психологические механизмы регуляции деятельности. М., 1980
8. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. М., 1975.
9. Леонтьев А.Н. Потребность, мотивы и сознание. В кн.: Мотивы и сознание в поведении человека. М., 1966.
10. Леонтьев Д.А. Психология смысла. М., 2001.
11. Мазур Е.С. Канд. дис. Смысловая регуляция деятельности. М., 1983.
12. Рубинштейн С.Л. Проблемы общей психологии. М., 1973.
13. Соколова Е.Т., Николаева. В.В., Особенности личности при пограничных расстройствах и соматических заболеваниях. М., 1995.
14. Франкл В. Поиск смысла жизни и логотерапия. // Психология личности. Тексты. М., 1982.
15. Фрейд З. Я и Оно. Л., 1924.
16. Plutchik R., Kellerman H., Conte H.R., A structural theory of ego defenses and emotions. Emotions in personality and psychopathology. J.Y.Y.Plenum, 1979.

НРАВСТВЕННО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРИНЦИПЫ РАЗРЕШЕНИЯ КОНФЛИКТА.

Гордеева Л., ЯрГУ

Любой конфликт, как и все в этом мире, уникален, но, тем не менее, есть нечто общее, что присуще процессам возникновения, предупреждения и разрешения конфликтов. И, в частности, есть этические принципы, следование которым определяет степень гуманности, эффективности и безболезненности процесса разрешения конфликтов. Эти принципы выполняют определенные функции, среди которых можно особо отметить обобщающую, оценивающую, регулирующую; в этих принципах отражается морально-этический опыт разрешения конфликтов, в них выражается ценностно-оценочная структура конфликта и на их основе регулируется поведение людей в конфликтных ситуациях.

Важнейшим нравственно-психологическим принципом разрешения конфликтов является и принцип неприкосновенности морального достоинства. В любой конфликтной ситуации особенно остро воспринимаются любые «мелочи общения», знаки игнорирования, скептического отношения к человеческому достоинству. Особенно болезненно, конечно, оцениваются конкретные «посягательства» на моральное достоинство, выраженные в самых разнообразных конфликтогенах.

Уровень нравственного развития участников конфликта влияет на реализацию процесса разрешения конфликта. Конфликтные ситуации требуют конкретного «напряжения» моральных качеств, особенно чувства ответственности. Слова не поступки, но от них, на самом деле, также зависит сохранение достоинства, особенно в конфликтной ситуации: важно контролировать свою речь и, прежде всего, свои оценки поведения «другого».

Наиболее наглядно этическая позиция и этические принципы участников конфликта проявляются в особенностях их поведения в конфликтной ситуации. Д.А. Леонтьев выделяет 4 различных стратегии по отношению к конфликту: 1. Упорствование 2. Игнорирование 3. Компромиссное решение 4. Творческое разрешение. Мужественная позиция предполагает активное отношение к конфликту и открытое стремление его решить. Трусивая позиция характеризуется уклонением от решения конфликта. Это уклонение, конечно, может носить и достойный характер в том случае, если результат конфликта не имеет существенного значения для окружающих и его можно действительно безболезненно закрыть. Но порой стремление сделать вид, что ничего не произошло, что конфликтной ситуации не было, может задеть собственное достоинство партнера, поэтому в решении конфликта важно обращать внимание на все многообразие проявления чувства собственного достоинства. Иногда имеют место попытки решить конфликт, что называется, «горлом», б оскорблениями, «психологическим натиском»: такая позиция не имеет отношения к гуманистическим средствам разрешения конфликтов. Можно «завершить» конфликт, по существу не решив его совсем: ни согласия между его участниками не достигнуто, ни основное противоречие не разрешено. Нередко при таком «решении» конфликта создается лишь иллюзия сохранения достоинства партнеров, а конфликт остается в «скрытом виде».

Чрезвычайно важно, как известно, само поведение в конфликтной ситуации. А. Гжегорчик выразил так называемый «моральный идеал поведения

в конфликте»: противник «достоин уважения и любви также в том случае, когда он выступает против меня». Этические принципы поведения в конфликтных ситуациях совершенно неоднородны: они могут носить гуманный и негуманный, насильственный и ненасильственный характер. А.А. Гусейнов отмечает такие принципы поведения сторонников ненасилия как: «а) отказ от монополии на истину, готовность к изменениям, диалогу и компромиссу; б) критика своего собственного поведения с целью выявления того, что в нем могло бы питать и провоцировать враждебную позицию оппонента; в) анализ ситуации глазами оппонента с целью понять его и найти такой выход, который позволил бы ему сохранить свое лицо, выйти из конфликта с честью; г) бороться со злом, но любить людей стоящих за ним; д) полная открытость поведения, отсутствие в отношении оппонента какой бы то ни было лжи, скрытых намерений, тактических хитростей и т.д.»

Среди морально-психологических принципов разрешения конфликтов важно остановиться на принципе достижения максимального взаимопонимания. Можно сказать, что взаимопонимание является важнейшим принципом предупреждения и разрешения конфликтов. Умение поставить себя на место «другого», понимание верbalных и неверbalных знаков, способность почувствовать эмоциональное состояние «другого», истинные мотивы его поведения и, наоборот, помочь «другому» правильно понять свои потребности, интересы, мотивы поступков. Как показывает опыт многих межличностных конфликтов, проблемы с их предупреждением и разрешением связаны с простым недопониманием участниками намерений друг друга.

Эмоции в конфликтной ситуации могут выступать в противоречивых ролях: конфликтные ситуации рождают, как правило, отрицательные эмоции страха, гнева, ненависти, с другой стороны – эти эмоции помогают человеку искать пути решения конфликтной ситуации. В случаях пассивной реакции одной из сторон конфликта, когда человек прячет обиду или озлобленность и молчит, конфликт приобретает скрытый характер и отчуждение все нарастает. Разрешению подобных конфликтов может способствовать следование принципу открытости. Данный принцип предполагает в конфликтной ситуации вести себя максимально открыто стараясь всеми возможными способами демонстрировать свою позицию стремление решить ситуацию мирно без ущемления достоинства участников конфликта Прежде чем решать конфликт по существу нужно постараться выяснить все «подводные камни» мешающие успешному решению конфликта.

Неповторимость конфликтных ситуаций не позволяет давать рецепты на все случаи но следование нравственно-психологическому принципу ситуативности для успешного разрешения конфликтных ситуаций может служить определенным ориентиром в конфликтных ситуациях понимание и взаимопонимание участников конфликта выбор средств его разрешения осуществляется только лишь в контексте ситуацией Разрешение любого конфликта связано с наукой и искусством творчески проанализировать сложившуюся ситуацию расшифровать и понять участников конфликта их основные антропологические характеристики почувствовать динамику речи и движений вербальные и невербальные знаки в конфликтном поведении «другого»

А.Б.Добрович предлагает следующие «психотехнические» принципы «косвенного разрешения конфликта» с участием «третейского судьи» (посредника): 1 Принцип «выхода чувств». К.Роджерс считает, что если

человеку дать беспрепятственно выразить свои отрицательные эмоции, то постепенно они сами собой становятся положительными. 2. Принцип «эмоционального возмещения». Человек в конфликте должен рассматриваться как страдающее лицо, а со страданием пусть даже и «неправедным» следует считаться. 3. Принцип «авторитетного третьего» – использование обоюдоизвестного и обоюдоуважаемого ими лица в качестве тайного «посланца доброй воли». Для обиженного человека услышать о положительном суждении о нем со стороны обидчика – это толчок его собственным мыслям в направлении поисков межличностного компромисса. 4. Принцип «обнажения агрессии». Психолог создает ситуацию, в которой обидчики могут открыто высказать свои претензии в его присутствии, что снижает накал страстей и продолжает работу на основе следующих принципов. 5. Принцип «принудительного слушания оппонента», который способствует росту самокритичности участников конфликта (посредник предлагает конфликтующим повторять фразы друг друга). 6. принцип «обмена позиций» (посредник предлагает конфликтующим поменяться местами, что позволяет увидеть себя со стороны). 7. Принцип «расширения духовного горизонта» спорящих (ссора записывается, например на магнитофон идается для прослушивания ее участниками).

НЕКОТОРЫЕ РАССУЖДЕНИЯ О ПОНЯТИИ «МОДЕЛЬ МИРА»

Козлов В., Корнилов П., Тарасенко П.

Понятие модели мира широко используется в рамках такого направления, как нейро-лингвистическое программирование (NLP), где оно было введено и разработано основателями этого направления Ричардом Бэндером и Джоном Гриндером. Они дают определение модели мира человека как уникального представления о мире и о самом себе каждого человека, построенного на основе индивидуальных восприятий и опыта. Сущностное целое личностных принципов индивида, обеспечивающее определенный стиль реагирования индивида на окружающую его реальность.

Однако похожие определения легко найти у ряда как зарубежных, так и отечественных авторов, которые говорят о “стиле жизни” (А.Адлер, Я.Бундулус), о “стиле восприятия реальности” (Е.Г.Ананьев), «карте психической реальности» (Козлов В.В., 1994), субъектной реальности (Козлов, 2000) “модели восприятия окружающего мира и самом себя в нем” (Е.Д.Соколова) и т.д. Таким образом, при несовпадении у исследователей понятийного аппарата для описания одного и того же явления мы видим, что внутренняя основа, структура, становление и развитие “модели мира” разрабатывались достаточно широко различными авторами. В подтверждении этого и для более полного представления о понятии “модель мира” рассмотрим поподробнее определения и их составляющие у различных исследователей.

По Адлеру “стиль”- это уникальный взгляд на мир и способ, выбранный каждым индивидуумом для следования своей цели. Это модель приспособления к жизни и взаимодействия с жизнью вообще. Он носит бессознательный характер, но человек все же не является беспомощной пешкой во власти внешних сил. Человек сам формирует неповторимую жизненную линию. Что касается Альфреда Адлера, то его идея о стремлении человека к превосходству

как компенсации возникающего в детстве чувства неполноценности, включает в себя поиски смысла жизни, побуждение улучшать себя, развивать свои способности, свою потенциальность, стремление к совершенству и законченности.

Как видно, здесь звучит мысль о том, что "жить - значит развиваться", а это уже, на наш взгляд, имеет отношение к своего рода самореализации. Цель превосходства, по мнению Адлера, может быть как позитивной, так и негативной. Если она включает общественные заботы, то развитие идет в здоровом направлении. Но если цель превосходства - господство над другими, то это, по мнению Адлера, является "nevротическим извращением", результатом сильного чувства неполноценности.

Стремление к превосходству коренится в эволюционном процессе приспособления к среде. Каждый индивидуум вынужден стремиться к более совершенным отношениям с окружающими, т. к. все виды должны развиваться в направлении более эффективной адаптации.

Это стремление к совершенствованию, по Адлеру, является врожденным. Согласно данному автору, социальность чувств является важным критерием психического здоровья: здоровый образ жизни направлен на достижение компетентности и успеха в обществе через общественно полезную деятельность.

Таким образом, развитие своих способностей, своей потенциальности для Адлера немыслимо вне общества, а достижение социальной адаптации - основной критерий внутреннего просветления. Альфред Адлер, основатель индивидуальной психологии, вслед за Фрейдом исходил из определяющей роли влечений и бессознательного в деятельности психического. Адлер полагал, что человек от природы рождается слабым, беспомощным существом, имеющим органические недостатки. Конфликтные ситуации, приводящие к нервным заболеваниям, возникают в том случае, когда человек, сталкивающийся с культурным и социальным окружением, наиболее остро испытывает чувство своей "неполноценности". Под влиянием этого чувства, считал Адлер, в психике каждого человека формируются специальные механизмы для возведения "компенсирующей душевной надстройки", благодаря которой происходит развертывание (бессознательное) жизнедеятельности индивида в направлении преодоления своей "неполноценности".

Адлер заменяет фрейдовский объективный биологизм субъективными отношениями, возникающими в процессе психических реакций индивида на "чувство неполноценности", а вместо представлений о "либидо" выдвигает такую концепцию, согласно которой "компенсация" и "сверхкомпенсация" развиваются в определенном направлении, подчиняясь бессознательному "стремлению к власти". Таким образом, в основе всей человеческой деятельности Адлер усматривал стремление к личному превосходству, реализуемое через механизм компенсации первичного чувства неполноценности.

Вопрос о соотношении сознательного и бессознательного Адлер решает следующим образом: сознательные и бессознательные процессы образуют единство и переплетение связей в психической структуре и, следовательно, методы, используемые при познании сознательных процессов, могут быть использованы и при интерпретации бессознательных процессов. И здесь мы согласны с мнением Ролло Мэя, считающего, что в таком понимании

проблемы Адлером таится опасность простого поверхностного приспособленчества с помощью хитростей и лицемерия.

А.Адлером подчеркивается принцип активности личности, способности влиять на ход своей жизни (по нашему мнению, этот принцип является одной из основ для успешной психотерапии, о чем речь пойдет позднее).

Влияние адлеровской концепции прослеживается у ряда современных исследователей. Так, Г.Шихи характеризует стиль жизни как способ решения жизненных проблем вследствие определенного, уникального представления о мире. На наш взгляд, в концепции Г.Шихи представляет интерес постановка проблемы связи модели воспитания и способа преодоления возрастных кризисов.

По мнению Б.Ф.Зейгарник у каждого человека существуют определенное представление об окружающей его реальности и, следовательно, определенный стиль реагирования на эту реальность, который выступает как “закон движения” человека, определяющий как его поведение, так и внутреннее развитие. Он может различаться по успешности адаптации человека в обществе, степени комфорта человека в этом обществе. Также автор отмечает, что самостоятельно изменить данную структуру человеку достаточно трудно, так как она обладает инертностью, и это приводит к тому, что выполняя положительную функцию адаптации в одних условиях, она может оказаться непригодной в других.

В отечественной психологии одной из первых попыток изучения восприятия человеком окружающей реальности и соответственно стратегий поведения является сформулированная Б.Г.Ананьевым программа исследования жизненного пути личности. В плане формирования активной жизненной позиции важно подчеркивание роли личности в определении способа реагирования и восприятия себя в мире.

Обратимся еще к одному определению, введенному в психологическую литературу Ф.Е.Василюком. Это определение “жизненного мира”. Окружающий человека мир, как справедливо заключает Ф.Е.Василюк, “оставаясь объективным и материальным, не есть однако физический мир, то есть мир как он предстает перед наукой физикой, изучающей взаимодействие вещей – это жизненный мир”. Выделяя внешний и внутренний аспекты жизненного мира, исследователь последовательно проводит мысль о “единстве и нерасторжимой связи человека с его внутренней организацией и его личного уникального внешнего мира, видимого сквозь призму его жизни и деятельности”.

Итак, понятие “модели мира” как уникального представления человека о мире и о самом себе, построенного на основе индивидуальных восприятий и опыта и обеспечивающего определенный стиль реагирования индивида на окружающую его реальность рассматривается у многих авторов. Некоторые анализируют его как самостоятельную категорию, другие – как составляющее более широкой категории, например “образа жизни” (Б.Ф.Ломов), которая включает еще условия жизни индивида. Однако, такое многообразие исследований на данную тему говорит как о практической, так и о теоретической важности данной проблемы: проблемы структуры, формирования, развития модели мира у человека.

ВИЗУАЛЬНЫЙ КОНТАКТ В СОЦИАЛЬНО ОРИЕНТИРОВАННОМ ОБЩЕНИИ

Нелидова А.А., ЯрГУ

Контакт глазами выполняет в первую очередь функцию регулирования разговора.

Визуальный контакт обозначает начало разговора, в процессе беседы он является знаком внимания, поддержки или, напротив, прекращения общения; наконец, он указывает на окончание реплики: человек, закончив высказывание, прямо смотрит в глаза собеседнику, давая знать, что теперь его очередь.

Способы обмена взглядами в момент беседы, организация визуального контакта (время фиксации взгляда на партнере, частота фиксации) используются при исследовании атмосферы интимности в межличностном общении. Установлено, что направление взгляда в общении зависит от содержания сообщения, от индивидуальных различий, от сложившегося характера взаимоотношений. Для правильного понимания взглядов как невербальных сообщений имеют значение не столько статистические параметры, сколько их изменение: то, как часто собеседник смотрит в глаза другого, менее важно, чем то, что он вообще перестает это делать или, напротив, начинает искать взгляд собеседника, хотя перед этим не смотрел на него.

Контакт глазами может указывать и на эмоциональные отношения партнеров. Длительный взгляд может быть знаком влюбленности. Дело в том, что прямой взгляд в глаза можно сравнить с прикосновением, он психологически сокращает дистанцию между людьми. Иногда такой взгляд может оказаться неуместным и вызвать у того, на кого смотрят, беспокойство, страх, раздражение. Прямой взгляд "без согласия" часто воспринимается как угроза, стремление к доминированию. Если вы смотрите на человека противоположного пола, то долгий взгляд в глаза может быть понят как предложение интимного характера.

Выяснилось, что женщины используют прямой взгляд намного чаще мужчин. Английский психолог Майкл Аргайл считает это врожденным качеством и указывает, что уже с шестимесячного возраста девочки заметно "глазастее" мальчиков. С возрастом эта разница увеличивается. Женщина не воспринимает пристальный взгляд как сигнал угрозы, но, напротив, считает его выражением интереса и желания установить человеческий контакт. По мнению Аргайла, такое поведение объясняется традиционной социальной ролью женщины как воспитательницы детей. Она нуждается в этом средстве общения, устанавливая контакт с ребенком, еще не умеющим говорить.

В целом, как показывают исследования, максимальное время, в течение которого прямой взгляд незнакомого человека переносится без дискомфорта, не превышает трех секунд. Не очень уверенные в себе люди начинают ощущать напряжение и беспокойство раньше. Наиболее оптимально мягкое "прикосновение" взглядами.

Взгляд может определять социальный статус собеседника и его знание о статусе партнера. В экспериментах Аргайла и его сотрудников выяснилось, что частота прямых взглядов на соеседника зависит от того, "выше" или "ниже" себя считает собеседник своего партнера. У считающего себя выше по статусу, количество прямых взглядов оказывается намного больше.

Панасюк А.Ю. отмечает следующую закономерность прямого взгляда: "чем труднее поиск ответа (реплики, фразы) тем реже Вы увидите его взгляд на своем лице. Так, через контакт глазами можно поставить следующий диагноз:

насколько труден для данного партнера этот вопрос. Если ответ на него не составляет труда, он, отвечая, может спокойно смотреть на Вас... Поскольку диалог – это попеременные микродиалоги, то естественен вопрос: когда чаще партнер смотрит на собеседника – во время слушания его монолога или когда говорит сам? Ответ только один – в зависимости от того, что в данный момент человеку легче делать: слушать или высказываться. Когда трудно, когда надо сосредоточиться – взгляд, как правило, уходит в себя".

Отсутствие прямого взгляда опасно – у человека, особенно если он находится в зависимом положении, может возникнуть впечатление, что общение с ним в тягость, что он не интересен. Умышленный отказ от визуального контакта действительно бывает средством жестокого манипулирования зависимым партнером. Взгляд, направленный на переносицу или чуть выше, характеризует грубо-доминирующее, антипартнерское поведение.

Существуют следующие разновидности "не видящего взгляда": он может, например, проходить насекомый, может "зависать" перед лицом партнера, глаза бывают немного расфокусированными, обращенными в себя или на какой-то воображаемый объект, обычно помещаемый в стороне от реального собеседника. Бывает и так, что способность отстраняться с помощью "невидящего взгляда" развивается вынужденно как защитная реакция на избыточные, непосильные требования внимания и реагирования (например, у тех, чья профессия связана с постоянными контактами с другими людьми – у продавцов, работников регистратуры).

В своей книге "Язык тела" американский исследователь Джюлиус Фаст отмечает следующую особенность взглядов. Мы можем смотреть на неодушевленный предмет, подолгу рассматривать предмет искусства или пейзаж, животных в зоопарке. Однако мы не смотрим так на людей, если считаем их людьми. Белый житель южных штатов США, желая унизить чернокожего соотечественника, будет разглядывать его в упор и с помощью взгляда превращать человека в неодушевленный предмет.

На основе вышеизложенного можно сделать следующие выводы о закономерностях направленности взгляда при взаимодействии торгового представителя и клиента:

Если при беседе отмечается, что клиент практически не смотрит в лицо, это может означать, что он:

- не желает идти на контакт с торговым представителем;
- испытывает чувство дискомфорта при взаимодействии, что может быть продиктовано неуверенностью в себе или же необходимостью дачи ложной информации;
- испытывает затруднения на данной фазе разговора.

Если при беседе клиент практически неотрывно смотрит на торгового представителя, независимо от фазы диалога, это может свидетельствовать о том, что:

Собеседник представляет для него какой-либо интерес (не всегда положительный, например, угрозу или неприязнь);

Клиент считает себя выше по статусу и, таким образом, демонстрирует свое превосходство;

Сам разговор интересен и важен для клиента.

При нормальных взаимоотношениях (без выраженной личной симпатии и антипатии) клиент будет чаще направлять свой взгляд на торгового представителя в те моменты диалога, когда:

- его сознание будет менее загружено;
- когда торговый представитель будет привлекать его внимание словами-обращениями.

Чем напряженнее для интеллекта беседа, тем реже будут взгляды на торгового представителя; чем свободнее беседа, тем чаще партнеры обмениваются взглядами.

Если торговый представитель замечает, что в какой-то момент беседы клиент перестал направлять на него свой взгляд, а беседа такова, что не требует от него большого интеллектуального напряжения – значит его отношение к представителю ухудшилось, и следует искать причину в себе.

Литература:

1. Кроль Л.М., Михайлова Е.Л. Человек – оркестр: Микроструктура общения. – М.: Класс, 1993. – 155с.
2. Горелов И.Н. Невербальные компоненты коммуникации. – М.: Наука, 1980. - 234с.
3. Панасюк А.Ю. Управленческое общение: Практические советы. – М.: Экономика, 1990. –112с.
4. Куницина В.Н., Казаринова Н.В., Погольша В.М. Межличностное общение. Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2001. –544с.

ПОНЯТИЕ «РИТМ» В МОДЕЛЯХ МИРА.

Федосеева Т. В., Волгоград

Значение понятия «ритм» «Словарь русского языка» определяет как «равномерное чередование каких-нибудь элементов (в звучании, движении)». Например, музыкальный ритм, ритм стиха, сердечный ритм. Ритмичностью характеризуется самый широкий круг явлений и процессов - от процессов, протекающих в атоме, до процессов человеческого творчества. Ритм, как повторение и возврат, как периодичность состояний, организующая существование в единое и непрерывное течение, характерен для всех форм жизни во Вселенной, будучи особым свойством бытия, ибо ритмична любая функция любое жизненное направление. Понятие «ритм» отражает универсальный принцип организации всего живого во Вселенной. Однако концепции этого понятия различаются в зависимости от способа отображения мира и, соответственно, от способа картирования объективной реальности в сознании. С целью сравнительного анализа рассмотрим понятие «ритм» в философской, естественнонаучной, художественной и мистической картинах мира.

Давая объяснение универсальности колебательных процессов в природе, материалистическая диалектика исходит из понимания организации самого механизма непрестанного изменения и движения как самодвижения, источник которого находится внутри самой движущейся материи. Этим источником является борьба двух противоположных начал, заложенных в каждом явлении и существующих в нем в единстве. Противоборство этих начал образует как бы движущееся равновесие, смещающееся в сторону то одного, то другого из них. Это возвратно-колебательное движение и определяется как ритм, т. е.

попеременное чередование смещений. Материальная основа единства мира является и основой универсальности ритма как объективной особенности самодвижения материи. «Правильная периодичность и повторяемость явлений в пространстве и во времени есть основное свойство мира», - писал А. Л. Чижевский.(1)

Необходимо отметить, что ритм в философской картине мира традиционно рассматривается во взаимосвязи с категориями времени и пространства. Определяя время, как «бесформенное множество, неразличимую сплошность подвижной текучести числа» русский философ Лосев связывает ритм с выражением чистого числа. Чистое число в данном случае означает не выраженное ни в материале, ни вообще в каких-либо логических методах. Из чего следует, что ритм есть вневременная категория. Он есть не время, по мнению философа, а «числовая структура времени, данная в аспекте своего подвижного покоя»(2). Понятие «ритм» возникает в том случае, если чистое число находит свое выражение в физической материи, однако не с точки зрения ее реального качества, а с точки зрения комбинации длительностей, взятых вне своей абсолютно-временной величины. Движение есть овеществленное время. Ритм, в свою очередь, является способом организации движения.

Пространственно-временные характеристики ритма, выраженные в ментальном пространстве философской картины мира, находят свое отражение и в естественнонаучных представлениях. Как пишет П. К. Анохин, «основой развития жизни и ее отношения к внешнему неорганическому миру являлись повторяющиеся воздействия этого внешнего мира на организм. Именно эти воздействия как результат изначальных свойств пространственно-временной структуры неорганического мира обусловили всю анатомическую организацию и приспособительные функции первичных живых существ. В этом отношении организация живых существ представляет собой в подлинном смысле слова отражение пространственно-временных параметров их конкретной среды обитания». (3) Так, живое в микроинтервалах времени своих химических реакций отражает те последовательные события внешнего мира, которые развертываются в макроинтервалах реально текущего в действительности времени.

Глубокое исследование роли ритма во взаимоотношениях человека и среды мы находим в концепции ноосферы Вернадского. Впервые Вернадский сосредоточил внимание на том, что ничтожно- малое живое существо приобретает значение космопланетарного по масштабам действия фактора. Результатом активности живого оказывается единство средового многообразия. Это заключение дает основание для существенно нового вывода в теории эволюции жизни и ее значения в истории Земли: организм выступает творческим началом этой истории, потому что формируется как центр окружающего многообразия. Динамическое равновесие достигается в процессе установления релевантности между организмом и средой или упорядочения среды организмом. При этом сам организм выступает центром и мерой этой упорядоченности, которая обеспечивается системой обратных связей. Способ существования этой системы не имеет линейной выраженности, подобно причинному отношению, но является концентрически замкнутым, основанным на ритмах. Другими словами, система взаимодействия организма и среды организуется как ритмизированный цикл.

«Ритм принадлежит к удивительнейшим тайнам природы и искусства» - писал Шеллинг. (4) Как универсальное средство выразительности ритм

объединяет все виды искусства, становясь, своего рода, их духом и жизнью. Формируемые различными видами искусств образы, картины мира непосредственно связаны со стремлением человека овладеть миром, овладеть пространством и временем, переводя их в свои, лично переживаемые категории. Это своеобразное человеческое их присвоение, введение как бы внутрь своей человеческой меры дает модель овладения реальным пространством и временем при разделении искусств на пространственные, где человек организует пространство и временные, где он управляет течением временных процессов. То, что объединяет пространственные и временные искусства, это ритм, являющийся их морфологическим принципом построения. Ритм выступает как организованное чередование различных по длительности, форме, цвету, звучанию, свойствам, качествам, проявлениям и проч. элементов структуры, образующих целое, и их соотношений в рамках целого, выступающих в единстве восприятия. Китайские поэты считают, что стихи нужно не слушать, а читать, ибо образ рождается через иероглиф; иными словами, написанные иероглифами стихи обращены больше не к музыке звучания, а к изобразительности и оказываются ближе к живописи, чем к музыке.

Человек является системой биосоциальной. Биологическая часть его существа реагирует и воспринимает чувственные сигналы. И если внутренняя организация искусства имеет в виду духовно-идейный уровень проникновения в произведение, то его внешняя организация, ответственная за сам переход к восприятию внутреннего, обращена к биологической природе человека. Биологичным является воздействие ритма, ибо ритмично большинство жизненных функций человека.

По мнению многих современных ученых, до настоящего момента человек, в своем эволюционном развитии, создавая искусственную среду все больше замыкался в своем эгоизме, все больше выпадал из общего ритма Вселенной. Дисгармоничные проявления человека на всех уровнях: от мысли, чувств до поступков вызывают соответствующие противодействия окружающей среды, что в свою очередь приводит, по мнению уже упоминаемого нами А. Ф. Бугаева к деформации энергокаркаса человека, его хронотопоструктуры. Дисгармоничные действия и их противодействия можно образно представить в виде пространственно-временного рисунка связей. В эзотерической традиции это специфическое проявление закона причинно-следственной связи выражено термином «карма». Таким образом, «карма» целиком и полностью связана с душевно-духовным уровнем развития человека. Чем больше человек связан с Целым, с ритмом Вселенной, понимает Единое, тем меньше в нем эгоизма, тем больше он свободен от своей «кармы». Как считает философ-мистик Р. Генон, современная цивилизация, единственная из всех нам известных, избравшая сугубо материальный вектор развития, и не опирающаяся ни на какой принцип высшего порядка. В связи с этим, по мнению философа, возникает насущная необходимость реформирования сознания, изменения современной ментальности в направлении целостного видения мира. К подобным выводам приходят и многие представители современной научной мысли.

Способы овладения целостным видением мира широко представлены в мистических традициях, основанных на метафизическом способе мышления и культивирующих метафизическую реализацию (термин Р. Генона).

Находясь далеко за человеческими пределами, вне всяких форм, метафизическая реализация содержит в себе несколько этапов, один из которых связан с, так называемым, «выходом человека за временные рамки», с

«подъемом человека над миром форм». «Самое главное для того, кто действительно хочет достичь метафизического знания, - это поставить себя вне времени»(5). Действительно, «лицом к лицу - лица не увидать. Большое видится на расстоянии». Что бы охватить мир феноменов целиком, нужно подняться над ним. В «Восточной метафизике» Р. Генона читаем: «Мы настаиваем на том, что область метафизического находится вне феноменального мира».(6)

Модель личности, формируемая в системе метафизического мышления, предполагает раскрытие всех потенциальных возможностей человека, но с учетом осознанного стремления к гармоничному, т. е. упорядоченному состоянию элементов собственной индивидуальности, интегрированности всех прежде отвергаемых частей.

Для достижения этой цели, все традиции, стремящиеся к метафизической реализации, использовали и используют ритмизированную речь. Примером использования ритмизированной речи в качестве принципа организации смыслового поля в эзотерической картине мира могут служить суфийские священные стихи.

В исламской традиции ритмизированная речь носит символическое название «язык птиц» или «зикр», который выпевают небесные птицы, олицетворяющие ангелов в борьбе против демонов. Точно так же в индуистской традиции говорится, что Дэвы (Боги) в их борьбе с Асурами (демонами) защищались, выпевая гимны Вед, и что именно поэтому последние стали называться «чанда», то есть «ритм».

Та же идея заключена и в слове «зикр», которое в исламском эзотеризме прилагается к ритмизированным формулам, в точности соответствующим индуистским мантрам. Формулам, повторение которых имеет целью произвести гармонизацию различных уровней бытия и вызвать вибрации, способные посредством их резонанса сквозь ряд состояний в бесконечной иерархии создать связь с высшими уровнями, что в общем является изначальной сутью всех ритуалов.

Только в ритмических текстах возможно прямое обращение к континуальному сознанию, когда в силу внутреннего семантического ритма слова сливаются в единые смысловые поля. Не случайно, если вновь обратиться к древним традициям, именно на «науке о ритме» основываются все практики вхождения в измененные состояния сознания. Образом «языка птиц», о котором мы говорили выше и который назывался так же «языком ангельским», в человеческом мире является ритмизированная речь. Исламская традиция говорит, что Адам, в бытность свою в земном Раю, говорил стихами, т. е. ритмизированной речью. Вот почему Священные книги написаны ритмизированным языком, который, совершенно очевидно, есть нечто отличное от обычных «стихов», в их сугубо профаническом смысле.

Семантический ритм текста в современной поэзии воспринимается скорее как архаика. Современная поэзия, в силу своей погруженности в материю, профанации, по большей части утеряла подлинно сакральную природу. А то, что таковая существовала, для Генона является несомненным. «Следы ее можно обнаружить - отмечает он - еще в классической западной античности, где поэзия именовалась «языком Богов».

По латыни стихи назывались *carmina*, и название это соотносилось с их использованием в ритуалах, т. к. слово *carmen* идентично санскритскому *Karma*, которое здесь следует брать в его особом значении «ритмическое действие».

В завершении можно сказать, что понятие «ритм» выступает в качестве основного принципа организации смыслового поля не только эзотерической модели мира, но и структурным принципом организации движения в других моделях мира.

Являясь онтологическим свойством бытия, ритм проявляет свои системообразующие качества, позволяя проводить корреляции результатов (идей, взглядов) гносеологически различающихся форм знания.

Понятие «ритм» формирует вокруг себя то пространство, на территории которого возможна не только интеграция научного знания, но и оптимально эффективное сочетание освоения реальной действительности как через рациональное познание, так и через чувствование.

Литература.

1. Чижевский А. Л. Физические факторы исторического процесса. Калуга, 1924. С. 61.
2. Лосев А. Ф. Форма, стиль, выражение. М. Мысль, 1995 С.543.
3. Анохин П.К. Методологический анализ узловых проблем условного рефлекса. М. 1962. С. 20.
4. Шеллинг Ф. Философия искусства. М. 1966. С. 196.
5. Генон Р. Символы священной науки. М., 2002. С. 29.
6. Генон Р. Восточная метафизика. М. 1994. С. 203.

ВЛИЯНИЕ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ НА ТВОРЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС.

Шишлова Е.А., г. Казань

Творческий процесс нельзя рассматривать вне личности творца и специфических психических состояний, присущих творческому процессу.

Творчество, иными словами созидательная деятельность, является прерогативой определенного типа людей – творцов, конкретных личностей, через активно преобразующую деятельность которых реализуется общественное развитие. Но и сами творцы в процессе этой деятельности имеют возможность развивать свой врожденный творческий потенциал, реализуя глубинную потребность в непосредственной созидательной деятельности, которая является следствием потребности в самореализации, в духовном развитии личности. Именно творчество один из наиболее непростых, но быстрых путей достижения этой цели.

То, что творческая деятельность связана с психическими состояниями человека не вызывает сомнения. Уже сама потребность в творчестве является состоянием личности, связанным с наличием у творца чувства неудовлетворенности в связи с дефицитом того, что требуется личности.

Успех человеческой деятельности в любом виде труда зависит не только от устойчивых качеств личности, но и от способности психики приходить в определенные, адекватные и необходимые для данного вида деятельности психические состояния, от умения понимать их и владеть ими.

Психическое состояние может выступать как период, момент деятельности, как ее часть. Психические состояния, возникшие в деятельности, сами потом влияют потом на деятельность. Например, состояние вдохновения, возникшее в деятельности, несомненно, изменит характер этой деятельности.

Иными словами психическое состояние отражает своеобразие объективных и субъективных условий, создавшихся для человека в данный период времени. Это реакция на ситуацию. (6)

Итак, психическое состояние человека - это относительно устойчивая структурная организация всех компонентов психики, выполняющая функцию активного взаимодействия человека как обладателя этой психики, с внешней средой, представленной в данный момент в конкретной ситуации.(2)

Предположим, что интенсивность потребности в самореализации, т.е. использование творческого потенциала личности, варьируется в зависимости от жизненной ситуации, т.е. внешних условий, в которых протекает жизнь и деятельность творца, а также от состояния, в котором пребывает личность в конкретный момент времени.

Состояния, влияющие на творческий процесс могут быть различными, сугубо индивидуальными, но их объединяет присущая им направленность. Это направленность на удовлетворение потребности. В противном случае напряжение от неудовлетворения потребностей достигает критической точки и характеризуется состояниями дискомфорта, уныние, отчаяние, безразличие, бессмыслицы существования и, как следствие, влекут за собой не только эмоциональные, но и физиологические и психологические сдвиги в системе человеческого организма, как совокупности психических и физиологических процессов, уравновешенность которых является необходимым условием человеческого существования.

С позиции системного подхода и концепции самоорганизации подобные состояния относятся к категории неравновесных и представляют собой функциональную структуру, образующуюся при нарушении симметрии между организмом и средой. Нарушение симметрий возникает вследствие процессов, обусловленных внесением потока информации и энергии в открытую систему, которой является человек. В результате, как следствие самоорганизации складывается новое функциональное образование - неравновесное, неустойчивое состояние.(4)

Поскольку система не может долго находиться в неравновесном состоянии, она быстро продвигается к истощению, поэтому после фазы неустойчивости следует фаза оптимизации и относительно устойчивое состояние.(4)

Таким образом, актуализированная потребность через определенные (т.н. неравновесные) состояния влияет на творческую личность. И именно они создают тот внутренний фон, который необходим художнику для дальнейшего развития его творческого потенциала, для самореализации. Т.е. неравновесное состояние является необходимым компонентом творческого процесса, стимулирующим его, и как бы условием актуализации и роста интенсивности внутренней потребности (потребности в созидательной деятельности).

Стремление выйти из неравновесного состояния через посредство созидательной деятельности является естественным для творческого типа личности. Именно таким образом происходит гармонизация внутренней сферы, т.е. достигается т.н. равновесное состояние.

Творческий процесс проходит главным образом в таинственной области подсознания. Сознание, логическое мышление играет второстепенную, подчиненную роль. В момент творческой работы художник находится в состоянии загипнотизированного: сознание воспринимает и разрабатывает лишь те впечатления, материалы для которых дает гипнотизер. Вся трудность творческой работы в том, что творцу приходится совмещать в себе и

гипнотизера, и гипнотизируемого - «Приходится гипнотизировать самого себя, самому усыплять свое сознание, а для этого нужны очень сильная воля и живая фантазия. Моменты творческой работы очень похожи на сновидения, тогда сознание тоже наполовину дремлет, а подсознание и фантазия работают с необычайной яркостью. Когда я сплю рукоятка сознания повернута влево, когда я пишу рукоятка поставлена посередине, сознание горит синей лампой. Я вижу сон на бумаге, фантазия работает также, как во сне, движется путем ассоциаций, но этим сном осторожно (синий свет) руководит сознание» - так пишет о процессе творчества мастер художественной прозы, глубокий теоретик литературы, оригинальный исследователь психологии творчества Е.И. Замятин.(7)

Известно, что многие великие произведения создавались по заказу, с достаточно четким указанием, что именно, а подчас и как именно должно быть изображено. Это как бы точка отправления. Ею же может быть любое событие, случай из своей или чужой жизни, как говорил по поводу своей лирики Гете, жизненные реалии, которой может быть и прочитанная книга, и внезапно всплывшее воспоминание. Но заказ, целиком принадлежащий сфере сознания художника, еще не есть сверхзадача, сообщение, которое будет нести современникам будущее произведение. Заказ, поступивший из вне, или замысел, принадлежащий самому автору, лишь очерчивает зону поиска нужного решения. Это процесс, многократно описанный как муки творчества. Верное решение возникает, как правило, интуитивно. Здесь действует объективная закономерность, суть которой состоит в том, что интуиция всегда «работает» на удовлетворение потребности, устойчиво доминирующей в иерархии мотивов данной личности. Вот почему художественное или научное открытие может сделать только тот, у кого мотивационной доминантой является потребность познать мир и сообщить о результатах своего познания людям.

«Великий художник (или ученый) может быть достаточно честолюбив, склонен к риску, играет на бегах или в карты. Он человек, и ничто человеческое ему не чуждо. Важно лишь, чтобы в определенные моменты бескорыстная потребность познания истины и сложности бытия безраздельно овладевало всем его существом, оттеснив все другие побуждения и мотивы. Именно в эти моменты доминирующая потребность включит механизмы сверхсознания и приведет к результатам, недостижимым никаким иным рациональным способом». (5)

Понимание специфики интуиции, способов ее познания чрезвычайно трудны, т.к. познать этот высший акт творческого процесса современными методами наблюдения, даже когда наблюдения осуществляются самим пережившим процесс художником в настояще время еще не возможно. Самыми сложными и важными моментами творческого процесса являются моменты вдохновения и озарения.

Это состояние подготавливается систематическим трудом, обширными знаниями и длительными раздумьями над конкретным делом. Вдохновение профессионала - это всегда единство его таланта, знаний и кропотливого каждодневного труда.

Состояния, «включающие» интуицию индивидуальны для каждого творца. Находим у Замятиня: «Иногда это состояние приходит само собой, без усилий воли - это и есть то, что именуется вдохновением. Химики знают, что такое «насыщенный раствор». Должно быть, иногда бываешь в состоянии насыщенного раствора - и тогда случайного зрительного впечатления, обрывка

вагонной фразы, двух строчек в газете довольно, чтобы кристаллизовать несколько печатных листов. Но это случается редко.

Другой путь возникновения вещи труднее и медленнее. Сначала является отвлеченный тезис, идея вещи, она долго живет в сознании, в верхних этажах и никак не хочет спуститься вниз. Беременность длится, ей не видно конца. Приходится держать строгую диету - читать только книги, невыходящие из круга определенных идей. Но и этого мало для того, чтобы написать большую вещь, приходится каким-то усилием воли достигать состояния крайнего сгущения мысли. Вот это самое «крайнее сгущение мысли», или то, что я называю самогипнозом, - является необходимым и самым трудным условием творческой работы. Научить этому нельзя : это какая-то органичная способность, ее можно развить в себе еще больше, если она имеется налицо».

(7)

Таким образом, важное значение для эффективности творческой деятельности имеет психическое состояние готовности к ней в целом и к отдельным ее элементам в частности. Высокая активность, доминирование мотивов и целей, по-видимому, создают психические состояния готовности к действию или деятельности, оптимальной работоспособности, творческого вдохновения.

Кант: «Вдохновение - инстанция, по каналам которой природа диктует законы искусству». Гегель: «Вдохновение не повод к продуктивной, «порождающей» деятельности, а момент тотальной вовлеченности художника в бытие предмета, - он сам, demiurge, становится динамической формой овладевшего им содержания».

Первичный художественный стимул - картина, образ и т.д. , - как правило, является мгновенно, и это не фрагмент, не деталь, а все произведение - произведения накануне текста. Момент интуитивного схватывания, усмотрения «целого раньше частей». Речь идет об особом типе познания: целое, опередившее свои части, не совпадает с целым, возникшим в результате сложения частей. Невыразимость симультанного образа становится источником порою неслыханных страданий и мук. Из этой мучительной коллизии произрастают капитулянтские мотивы- не только выход из творческой ситуации, но и поиск совсем других путей духовного самораскрытия. Коротко говоря, путь к сущности, согласно Плотину, пролегает не через детали , а через целое, и художник - человек, специальный приуготовленный природой к восприятию и творческой реконструкции «целого раньше частей».

Людям творческих профессий из собственного опыта известно, что определенные состояния имеют способность приводить к интенсификации творческого процесса, его активизации и непосредственно созданию творческого продукта. Поскольку активность бессознательного в творческой процессе сопряжена с особым состоянием сознания, творческий акт часто совершается во сне, в состоянии опьянения и под наркозом. Для того, чтобы внешними средствами воспроизвести это состояние, многие творцы прибегают к искусственной стимуляции. Ромен Ролан пил вино, Шиллер держал ноги в холодной воде, Пруст нюхал крепкие духи, Руссо стоял с непокрытой головой, Пушкин любил писать лежа, Андреев пил крепкий чай, Замятин много курил. Кофеманами были Бальзак, Бах, Шиллер. Многие писатели, как известно, прибегают во время работы к наркотикам. История мировой культуры тесно связана с психотропными средствами. (1)

Иногда даже отрицательно окрашенные состояния могут выполнять положительную роль в осуществлении деятельности в связи с тем, что происходит взаимодействие «интеллектуальных» (эмоциональная активизация, являющаяся продуктом интеллектуального процесса) и «ситуативных» (эмоциональная активация, порождаемая общей ситуацией, в которой протекает интеллектуальный процесс) эмоций.

Как правило, стрессорами выступают эмоционально - отрицательные раздражители: неудачи в деятельности и общении, боязнь критики, принятие ответственного решения, цейтнот, перегрузка информацией. (3)

Воздействие экстремальных условий деятельности может привести к возникновению у человека специфического состояния нервно - психологической напряженности, называемое «стрессом». Иногда незначительный стресс вызывает прилив сил, активизацию деятельности, мобилизацию всех сил человека. Творческий акт сопровождается возбуждением и нервной напряженностью.

Решение сложных мыслительных задач вообще невозможно без определенного эмоционального напряжения. Эмоциональное напряжение является необходимым условием продуктивной интеллектуальной деятельности, т.к. сознательной оценке всегда предшествует эмоциональная, выполняющая функцию предварительного отбора гипотез. Эмоциональное решение (всегда опережает) значительно опережает интеллектуальное решение, выступая как эмоциональное предвосхищение нахождения основного принципа решения задач. Выступая против ошибочных верbalных (словесных) оценок, эмоции могут выполнять положительную функцию «коррекции» поисковой деятельности, приводящий к объективно верным результатам.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что влияние психических состояний на творческий процесс - огромно. Именно психическое состояние - потребность в творческой деятельности - является импульсом к процессу творчества, вызывая к жизни состояния неудовлетворенности, беспокойства, поиска цели.

Психические состояния, возникающие в деятельности, очень разнообразны. Они могут быть началом деятельности, сопровождать ее на разных этапах, венчать уже достигнутый результат. Они связаны с моментами зарождения идеи, гипотез, накоплением, отбором и творческой переработкой информации. Состояния могут влиять и на саму деятельность непосредственно. Например, состояние вдохновения, коренным образом изменяющее ход творческого процесса.

Неравновесные состояния, которые переживает творец на первом этапе, т.н. кратковременные неравновесные состояния, связаны с быстрым разрешением ситуации и скорейшим достижением цели, через организацию соответствующего поведения и именно они, мобилизуя личность на решение задачи, готовят почву для включения в процесс творчества интуиции.

Для всех видов творческой деятельности необходима способность психики приходить в определенные, адекватные и необходимые для данного вида деятельности психические состояния.

Основной же функцией состояний, сопровождающих творческий процесс от начала до конца является обусловливание ими процесса возникновения новообразований в структуре личности, иными словами - изменение уровня духовного развития личности, ее эволюция.

Процесс собственно творческого мышления не может осуществляться без его самоорганизации, источником которой является познавательная активность личности как целостного развивающегося «я». Процессы самоорганизации возникают в системах (к каковым относятся и психика человека), главное место в которых отводится параметрам перехода одного состояния в другое (фазовые процессы, появление точек бифуркации, приводящих к «новому» поведению).

Возникшее новообразование в виде нового обобщения, более четкого понимания, смысла, изменившегося значения и пр., приводит к сглаживанию неравновесности и переходу системы (субъекта) в относительно устойчивое состояние.

Таким образом, порождение в мыслительной деятельности интеллектуальных новообразований (выступающих в виде открытия новых свойств предметного мира и соответствующего конструирования средств его преобразования) в творческом процессе всегда опосредовано порождением соответствующих личностных новообразований, выражающихся в изменении человеком представлений о своем месте в социокультурном контексте, а следовательно в преобразовании себя как целостной личности.

Равновесными, на наш взгляд, можно считать только достигаемые на самом последнем этапе творческой деятельности - удовлетворение потребности через достижение результата - состояния удовлетворения, «тихой радости», покоя.

«...То мгновение, когда душа радуется при виде сотворенного чуда, чего-то, что только ты принес в этот мир».

Литература.

1. Дружинин В.Н. Психология общих способностей. – С-П.: Питер, 1999. – 368с.
2. Левитов Н.Д. О психических состояниях человека. – М.: Просвещение, 1964. – 343с.
3. Пономарев Я.А., Алексеев Н.Г., Семенов И.Н. Психологические исследования творчества. – Психологический журнал, 1982, т.3, №3, с.153-160.
4. Прохоров А.О. Психологии неравновесных состояний. – М.: И-т психологии РАН, 1998. – 152с.
5. Симонов П.В. Сверхзадача художника в свете психологии и нейрофизиологии. – Л.: Наука, 1980.
6. Сосновникова Ю.Е. Психические состояния человека, их классификация и диагностика. – Горький, 1975.
7. Художественное творчество и психология. – М.: Наука, 1991, - 188с.

ПРОТИВОРЕЧИЯ РАЗВИТИЯ ЗАПАДНЫХ И ВОСТОЧНЫХ ОБЩЕСТВ.

КРИЗИС ПУТЕЙ РАЗВИТИЯ.

Язовских А.В., г. Екатеринбург

Современное развитие цивилизации не дает выхода из сложившихся экологических, экономических, социальных, технологических и антропологических проблем.

Способ и механизмы развития экономики в том виде как он есть ведёт к развитию крупной инфраструктуры городов и производств, внешнему блеску

«витрин торгового и банковского капитала» и деградации человека как социального и природного - духовного существа.

Это экономика западного образца, экономика капитала и его форм.

Олигархия, крупные собственники, «оседлав» природные ресурсы и крупные энергетические и технологические комплексы, инфраструктуры (железные дороги, топливо, сырьё, металлургию, банки, строительство) оказались неспособны эффективно управлять и конкурировать в рыночных условиях с западными компаниями.

Технологический потенциал оказался слаб, а использовать фундаментальные наработки и научно-прикладные разработки бывшего комплекса СССР и Росси не хватило опыта, ума и профессионализма. Хозяйственно-социальная политика в отношении этого огромного потенциала была безграмотной и убыточной.

Стратегия развития научно-производственного комплекса в рыночных условиях отсутствовала.

Как итог: за последние 10 лет крупные промышленные гиганты, НПО и их коллективы, развалились. Произошёл отток и выброс высококвалифицированного потенциала со всех высокозатратных и высокотехнологических комплексов на улицы. Собирался потенциал 20-25 лет, а растерялся за 3-5 лет.

Молодёжь, привлечённая высокодоходными торговыми заработками, на производство не пошла. Технологический опыт передавать оказалось некому. Прервалась связь поколений и воспроизведение квалификационно-технологического потенциала предприятий. Как следствие всего этого - производство некачественной продукции и невозможность производить её качественно и конкурентно.

Остались строительные, инфраструктурные, сельскохозяйственные, банковские, энергетические, сырьевые комплексы и часть ВПК.

Особой конкуренции или её угрозы для западных компаний они не представляли. Чем они и воспользовались, скупив часть сырьевых комплексов и торговых предприятий и развернув плацдарм для организационного наступления менеджмента своих фирм на российский рынок через офисы, представительства и системы подготовки кадров для этих фирм. Сюда входит продажа практически всей высокотехнологичной бытовой электроники и информационно-технологической индустрии (ЭВМ, оргтехника), стройматериалов, легковых автомобилей и систем их обслуживания (автомагазины, автозаправочные и т.п.) западного производства.

Малый бизнес, обычно используемый на Западе до 40-50% населения, у нас развит крайне слабо, а крупный и сырьевой (за исключением ВПК) - не конкурентен.

Значительный слой населения не имеет уважения к памяти прошлого и устойчивых ориентиров будущего. Навязанная «западная» модель развития экономики вычерпывает ресурсы природы и общества, порождает отверженное поколение пенсионеров, наркотизированное попкультурное поколение молодёжи и схлестывающееся в диспутах, спорах и религиозных, политических баталиях - среднее поколение. Часть среднего поколения бойкотирует и саботирует любые предложения государства. Старшее и среднее поколение вымирает. Молодёжь социально деградирует.

Из-за экономических нарушений страдает генетический потенциал населения, а медицина из-за кризиса подходов к здоровью человека неспособна выполнять функции здравоохранения.

Появившиеся «пионеры» новой медицины ещё не развились и упираются в инертность и безграмотность чиновников от здравоохранения.

Образование, не имеющее чётких социальных ориентиров и предварительного заказа, выпускает специалистов по инерции, с отставанием, либо (за редким исключением) некачественно.

Общество на данный момент не выработало духовных и социальных идеалов будущего, а лишь пытается вернуться к истокам собственного дореволюционного прошлого, и ищет точки консолидации интересов на всех уровнях - экономических, социальных, духовных, исторических.

Государство (вполне «восточного образца» по действиям) подходит к обществу как к материалу для воспроизведения жизненных благ и поставщику человеческих ресурсов для элитной 10% верхушки и крупного инфраструктурного производства и банковского торгового капитала.

Отсюда и концепции и программа воспроизведения «народонаселения». Это больше напоминает воспроизводство стад животных, нежели развитие и подъём нации и народа.

Вопрос поддержания духовной и материальной культуры, традиций и обычаев основных наций и народностей России, в том числе и русской, как-то не ставится и вроде не существует. Но как известно, лишь народ обладает памятью культуры, языка и традиций, способен выработать идеалы будущего и поднять экономику и производство любой страны, любого государства.

Мы наблюдаем, как используют в экономике и сохраняют культуру Япония, Германия, Англия, Китай, Франция и Корея. Страны - моноязычные.

Мы видим, как сохраняют и используют духовный, культурный и религиозный потенциал Арабские государства, Индия, Испания, Греция, Средиземноморские страны и Прибалтийские.

Мы смотрим и учимся у США как применить финансовый капитал, опираясь на все формы капитала и использовать потенциал и ресурсы других стран на основе менеджмента и маркетинга.

По сути, мы имеем вызов Западной культуры с её искусством управления экономикой, рынком, государством и обществом. Перенимаем её формы, смешиваем со своими и получаем на выходе: смесь товариществ, кооперативов с холдингами и концернами в экономике; смесь академий с колледжами в образовании; смесь Сената с Боярской Думой и Самодержавным Губернаторством в государстве, где роль Самодержца выполняет Российский президент, смесь господ с товарищами - в обществе.

Поневоле напрашивается вывод - смесь «нижегородского с французским». Своей идеи и концепции развития - нет. Где же выход?

Поняв истоки и противоречия развития Западной и Восточной культур в обществе, экономике и культуре выйти на их синтез:

- Западное общество базируется на экономике капитала и его форм.
- Восточное общество базируется на экономике всего общества и его форм.
- Западное общество подчинено власти денег
- Восточное общество подчинено власти государства.
- Западное общество может породить лишь капитализм.
- Восточное общество может породить лишь социализм.
- Западное общество потребляет культурный потенциал и производит материальные формы и блага.

- Восточное общество потребляет материальный потенциал и производит культурные формы и блага.
- Западное общество, формируя индивидуализм и предпринимательский дух, исчерпывает ресурсы природы и человека социального.
- Восточное общество, формируя коллективизм и потребительство, исчерпывает ресурсы природы и человека индивидуального,
- В Западном обществе экономика попадает в депрессивные циклы и наиболее сильные государства развязывают войны за геополитический передел мировых рынков.
- В Восточном обществе экономика попадает в стагнационные циклы и война в виде культурных революций и переворотов развязывается внутри: государством против общества.

Обе формы развития цивилизации - тупиковые варианты. В обоих формах развития общества отсутствует собственно часть человека как социального и природно-духовного существа и человеческих сообществ и форм самоорганизации.

ТРАНСПЕРСОНАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ: ВЗГЛЯД НА АГРЕССИЮ. Янченко Л.Н., (Иркутск), Козлов В.В.(Ярославль)

Прогресс мировой цивилизации не избавил человечество от массового насилия, более того, с появлением мощных современных технологий, агрессия представляет серьезную угрозу уже не только существованию человеческого вида, но и сохранению жизни на планете. Что движет воином-камикадзе, когда во имя высшей цели он приносит в жертву себя и еще сотни людей? Какова природа агрессивности и насилия человека?

Для того чтобы рассмотреть трансперсональный взгляд на источники агрессии, необходимо проанализировать уже сложившиеся в академической психологии ответы на вопросы относительно причин возникновения агрессии, ее природы и факторов, влияющих на ее проявление.

В современной науке, с одной стороны, имеются биологические данные о существовании механизмов, участвующих в агрессивном поведении, а с другой стороны – результаты исследований говорят о первостепенной роли социальных факторов в развитии агрессивности.

Самое раннее и возможно наиболее известное теоретическое положение, имеющее отношение к агрессии – это то, согласно которому данное поведение по своей природе преимущественно инстинктивное. Согласно этому подходу агрессия возникает, потому что человеческие чувства генетически или конституционально запрограммированы на подобные действия.

Психоаналитический подход.

Следуя предложенному З. Фрейдом разделению личности на ее составные части – «Я», «Оно» и «Сверх-Я», А. Фрейд прослеживает развитие этих составляющих личности в детстве.

Развитие «Оно» или инстинктивной, врожденной, бессознательной психической составляющей, разделяется ею на сексуальное развитие энергии либидо и на развитие агрессивности.

А. Фрейд утверждает, что агрессивность, если она вступает в нормальные взаимоотношения с либидо, влияют на социализацию ребенка не сдерживающе,

а побуждающее. Только там, где смешение между либидо и агрессивностью не происходит или где позднее происходит их расслоение, агрессивность в качестве чистой агрессивности и антисоциальной тенденции становится угрозой социального поведения (5).

Другой представитель психоанализа Э.Фромм показывает необходимость различать у человека два совершенно разных вида агрессии. Первый вид, общий и для человека, и для животных, - это оборонительная, «доброподобная» агрессия служит делу выживания индивида и рода; она имеет биологические формы проявления, и затухает, как только исчезает опасность. Другой вид представляет «злоподобная» агрессия – это деструктивность и жестокость, которые свойственны только человеку, она не имеет филогенетической программы, не служит биологическому приспособлению, и не имеет никакой цели. Если добродушная агрессия основана на инстинктивном влечении, то «деструктивность и жестокость – не инстинктивные влечения, а страсти, которые корнями уходят в целостную структуру человеческого бытия» (13). Фромм подчеркивает, что человеческие страсти коренятся в характере, и соответствуют экзистенциальным потребностям человека, которые определяются специфическими особенностями его существования. Инстинкт же – это ответ на физиологические потребности.

Бихевиористическое направление. Этот подход к проблеме агрессивности ориентирован в большей степени на парадигму инструментального обусловливания, причем центральное место отводится научению путем наблюдения за образцом. А.Бандура полагает, что если воспитатели ребенка проявляют агрессивность, то и ребенок, подражая им, станет агрессивным. Если же модель будет наказана за агрессивность, это уменьшит проявления агрессивности у ребенка. Таким образом, агрессивность – продукт обучения. Она развивается, поддерживается или уменьшается в результате наблюдения сцен агрессии и учета ее видимых последствий для агрессивного человека (1).

Согласно фruстрационной теории агрессии возникновение агрессивного поведения всегда обусловлено наличием фruстрации, и наоборот, наличие фruстрации всегда влечет за собой какую-нибудь форму агрессивности (Доллард, Берковиц).

Другой представитель поведенческого подхода А. Басс определяет фruстрацию как блокирование процесса инструментального поведения, и вводит понятие атаки – акта, доставляющего организму враждебные стимулы. При этом атака вызывает сильную агрессивную реакцию, а фruстрация – слабую.

Гуманистическое направление.

Основная тема гуманистической психологии – это использование внутреннего опыта для исследования и изменения личности. Стремление к актуализации является основным в поведении человека. Оптимально актуализируясь, человек полноценно и насыщенно живет в каждый момент своей жизни.

Таким образом, агрессия является результатом конфликта между собственными ценностями личности и внешними ценностями (нарушение конгруэнтности).

К.Роджерс, А. Маслоу, В. Франкл и другие исследуют, и объясняют проявления агрессии в соответствии со своими основными положениями.

А. Маслоу дал обстоятельный анализ проблемы, является ли агрессивность инстинктивной. На основании данных зоопсихологии, детской психологии и

антропологии он пришел к выводу о необоснованности теорий предопределенности деструктивности (а значит, и агрессивности) природным инстинктом. Маслоу утверждал, что она не инстинкт, но инстинктоидна, т.е. подобна инстинкту, имеет некоторую природную основу.

К.Роджерс (8), рассматривая человека как изначально конструктивного, считает, что агрессия и насилие являются вынужденными ответными действиями индивида на ограничение его свободы, возможности выбора. Это ответ организма на опыт, который был воспринят как угрожающий, не соответствующий представлению человека о самом себе.

В. Франкл, представитель экзистенционального направления, считает, что человеку присущи разные, в том числе и негативные импульсы. Но свобода человека как личности выражается и в достаточной свободе относительно собственных влечений. Человек обладает влечениями, но не влечения владеют им. Иначе говоря, не следует отрицать наличие агрессивных импульсов, но необходимо видеть принципиальную разницу между агрессивными импульсами, агрессивным импульсивным поведением и свободным (зрелым) поведением личности. Отсутствие такого разграничения, игнорирование относительной свободы личности, ее поведения от собственных же импульсивных влечений ведет к фатальной агрессии. Ибо в этом случае агрессивные импульсы оправдывают агрессивное поведение, превращаясь в своеобразное алиби

Трансперсональный подход недаром считается «четвертой силой» после психоанализа, бихевиоризма и гуманистического направления, он включает в себя все остальные области личностной психологии и, затем добавляет к ним более глубокие аспекты человеческого опыта (4).

С. Гроф является выдающимся исследователем и основателем трансперсональной психологии. Изучения необычных состояний сознания для понимания природы эмоциональных и психосоматических расстройств, с помощью ЛСД-терапии и метода холотропного дыхания, позволили расширить картографию человеческого сознания, добавив перинатальный и трансперсональный уровни. Если в психodelической терапии необычные состояния сознания вызываются химическими средствами, то в холотропной терапии, разработанной Грофом и его женой Кристиной, они стимулируются сочетанием учащенного дыхания, музыки и особой формы физических упражнений. Богатейший клинический материал, полученный в ходе исследования холотропных состояний сознания, показывает, что человеческая агрессивность, как и множество других состояний, которые сегодня диагностируются как психозы, не могут быть адекватно объяснены исходя из проблем послеродового развития (4). Несомненно, травмы и расстройства, относящиеся к детству, являются важными источниками агрессии, но эта связь затрагивает данную проблему лишь поверхностно, углубленная внутренняя работа раскрывает то, что человеческое насилие коренится в травме биологического рождения.

С. Гроф считает, что из психодинамического материала, каким бы травматическим он ни был, нельзя получить адекватного объяснения таких серьезных и радикальных психопатологических явлений, как самоубийство, садомазохизм или беспорядочные импульсивные убийства. Последствия этих действий есть вопрос жизни и смерти, следовательно, силы, скрытые в их основе, должны быть такого же масштаба (3).

Эмпирические исследования показали, что развертывание перинатального процесса является мощной мотивационной силой, которая затем обуславливает широкий спектр человеческого поведения.

Агрессивность соотносится с процессом рождения, как реакция на чрезмерную физическую и эмоциональную боль, удушье и угрозу жизни. У ребенка, зажатого в узком пространстве родового канала, нет способа вывести поток эмоциональных и моторных импульсов, так как он не может двигаться, сопротивляясь, выйти из ситуации. И этот огромный запас агрессивных импульсов и общего напряжения будет оставаться внутри организма в ожидании высвобождения, позднее он может послужить не только основой агрессивных импульсов, но и различных моторных явлений, которыми обычно сопровождаются многие психиатрические нарушения (2).

По мнению С. Грофа, агрессивность по большей части относится к травматическому материалу из детства и к другим биографическим факторам, что в основном согласуется с психоаналитической концепцией. Это обычно связано с повторным проживанием воспоминаний, касающихся помех в удовлетворении желаний безопасности у ребенка, с вытекающей отсюда фрустрацией. Конфликты вокруг достижения удовольствия в различных либидозных зонах, эмоциональная депривация и отвержение со стороны родителей, грубое телесное надругательство – вот самые типичные примеры таких ситуаций (2). Задействованность оральной и анальной зон, в процессе рождения, по-видимому, особенно значима с этой точки зрения.

Следовательно, детские переживания не являются первичными источниками агрессии, они только добавляются к уже существующему запасу перинатальной агрессивности, специфически окрашивая ее индивидуальные проявления.

Однако объяснения, учитывающие перинатальные истоки агрессии, с точки зрения трансперсональной психологии, не являются исчерпывающими. Глубочайшие корни человеческого насилия уходят далеко за пределы индивида – в трансперсональную сферу, которая охватывает: архитипические силы, действующие в глубинах человеческой психики; инкарнационную память; филогенетические матрицы, отражающие наше животное прошлое.

Выявляя глобальность проблемы, более глубокое изучение холотропных состояний обеспечивает и совершенно новые перспективы. Эмпирическая работа, достигающая перинатального и трансперсонального уровней, позволяет безопасно выразить огромные аспекты агрессивности, проработать их и преобразовать.

Таким образом, трансперсональная психология значительно расширила понимание природы, происхождения и динамики агрессивного поведения, что непосредственно оказывается на определении эффективных механизмов психотерапии и трансформации личности, а также на выборе психотерапевтических процессов.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.

1. Бэрон Р., Ричардсон Д., Агрессия. Санкт-Петербург, 1998
2. Гроф С., За пределами мозга. – Москва, 200
3. Гроф С., Космическая игра. – Москва, 1994

4. Козлов В.В., В.Майков Основы трансперсональной психологии. – Москва, 2000
5. Обухов Я.Л., Детская агрессивность и проблема анального характера в концепции А.Фрейд, Российский психоаналитический вестник. 1993-94
6. Психосинтез и др. интегративные техники психотерапии. Москва, 1997
7. Раттер М. Помощь трудным детям. – Москва, 1999
8. Роджерс К. Консультирование и психотерапия. Эксмо-пресс,2000
9. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Москва, 1994
10. Уилбер К. Никаких границ. Москва, 1998
11. Фрейд З. Очерки психоанализа.
12. Фрейд З. Психоанализ. Религия. Культура. Москва, 1992
13. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности. Москва, 1994

ГЛАВА 2.

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ.

ПРОБЛЕМА ОПРЕДЕЛЕНИЯ КРИТЕРИЕВ ЭФФЕКТИВНОСТИ РЕКЛАМЫ.

Артемьева О.А., ИрГУ

Возросшее значение воздействия СМИ на личность россиянина определяет актуальность научного изучения рекламы как социально-психологического феномена. Наибольшую практическую значимость представляет определение критериев эффективности рекламы. Исследования в этой области проводились уже в начале прошлого века. За прошедшие с тех пор время апробировано множество методик по оценке рекламной эффективности в целом и предварительной оценке эффективности в частности. Российский рынок особенно активно пополняется соответствующими материалами лишь в последние годы. Главная сложность заключается в наличии большого количества практических методов исследования рекламной продукции и ее эффектов, а также в отсутствии единой объяснительной теории. Данная статья посвящена поиску научно-обоснованных критериев эффективности рекламы.

Социально-психологический анализ рекламы предполагает ее рассмотрение как формы коммуникации или общения. В отечественной практике выделяют перцептивную, коммуникативную и интерактивную стороны общения. Обращение к отмеченным сторонам оптимизирует знакомство с основными социально-психологическими феноменами общения, такими как обратная связь, коммуникативные барьеры, стили взаимодействия, механизмы межличностного восприятия и др. Изучение этих феноменов, возникающих в ходе рекламной коммуникации, позволяет учесть условия восприятия информации и предвидеть реакции реципиентов. Однако оценка эффективности коммуникативного воздействия по данным основаниям затруднена, поскольку они отражают лишь отдельные аспекты процесса общения. Их операционализация с целью последующей количественной обработки затруднена.

С другой стороны, в психологии выделяют аффективную и когнитивную стороны общения, результатом взаимодействия которых является коммуникативное поведение или так называемый конативный компонент. Рассмотрим обоснованность обращения к данным компонентам при определении эффективности коммуникации. Ограничимся анализом соответствия следующим требованиям. Во-первых, обоснованным видится требование взаимоисключаемости выделяемых компонентов. Понятия, их обозначающие, должны находиться в отношениях противоположности или противоречия. Во-вторых, компоненты, очевидно, должны взаимодействовать друг с другом, образуя при этом некую целостность. И в-третьих, компоненты рассматриваемого социально-психологического феномена должны относительно свободно определяться, то есть подвергаться операционализации до уровня конкретных эмпирических переменных.

Итак, аффективный и когнитивный компоненты общения активизируют и отражают два класса различных психических процессов: познавательные и эмоционально-волевые. Когнитивный компонент психической активности определяет способность человека к получению информации, познанию окружающего мира. Аффективный компонент, проявляясь в эмоциональной

окрашенности психических процессов, регулирует их в зависимости от потребностей личности. В то же время психика представляет собой систему, а потому лишь единство протекания ее процессов обеспечивает целенаправленность и эффективность управления жизнедеятельностью организма. Таким образом, выделяемые компоненты отвечают первым двум критериям.

С целью подтверждения операционализируемости понятий были проанализированы некоторые отечественные и зарубежные классификации методов оценки эффективности рекламы. На основании полученных данных могут быть сделаны следующие выводы.

Наиболее часто встречаемым основанием классификации методов оценки рекламной эффективности является время проведения (до, после, во время рекламного воздействия или в промежутках между его повторами). Соответственно выделяют методы предварительного апробирования рекламных объявлений, методы пост-проверки (конечные замеры, в том числе контроль уровня продаж), методы регистрации реакций организма и промежуточные замеры (Сэндидж Ч., Фрайбургер В., Ротцолл К., 1989; Бове, 1995; Джугенхаймер Д.У., Уайт Г.И., 1996).

Многие методы ориентированы на конкретные каналы распространения рекламы (реклама в печати, на телевидении, наружная, сувенирная и др.).

В качестве основных критериев оценки эффективности рекламы используются изменение отношения и уровня знакомства с товаром, запоминаемость информации о нем, физиологические и поведенческие реакции на рекламные сообщения.

Таким образом, предлагаемые классификации методов учитывают объективные и субъективные характеристики рекламного воздействия. К объективным характеристикам можно отнести время проведения исследования и вид рекламоносителя. Субъективные характеристики могут быть сведены к предлагаемым компонентам рекламы: аффективному (отношение к товару), когнитивному (осведомленность, знакомство с продуктом), и конативному (физиологические и поведенческие реакции на рекламу).

Анализ методов тестирования рекламы, используемых в мировой практике, проведен известным отечественным исследователем И. Крыловым (1996). Выделенные им группы методов характеризуют все те же компоненты эффективности рекламы.

а) методы «рекламной привлекательности» (определение качеств рекламного сообщения на основании его убедительности, информативности, привлекательности);

б) методы многомерного выбора (оценка степени понимания рекламного сообщения с помощью контрольных вопросов);

в) методы замеров степени мотивированности респондентов (основаны на традиционной информационной модели процесса восприятия рекламы AIDA). Необходимо также отметить экспериментальную работу Лебедева и Боковикова (1995), изучающих в качестве критериев эффективности аффективный, когнитивный и конативный компоненты установки, формируемой в ходе рекламного воздействия.

Итак, существующие методы исследования эффективности рекламы определяют аффективный и когнитивный компоненты рекламного послания, а также результат его воздействия, так называемый конативный эффект. Изменение отмеченных составляющих образа продукта в ходе рекламы видится

наиболее емким и объективным показателем эффективности ее воздействия на человека. Множество методов, составляющих вышеприведенные классификации, свидетельствует об успешности операционализации выделяемых компонентов. Таким образом, аффективный и когнитивный компоненты удовлетворяют предложенным выше требованиям, предъявляемым к критериям оценки эффективности рекламной коммуникации. Рассмотрим, к каким психологическим категориям стоит обращаться при анализе данных компонентов рекламы.

1. Когнитивный компонент рекламы

Когнитивный компонент рекламы представлен информацией, предлагаемой в рекламном сообщении. Его основная функция сводится к адекватной передаче содержания. Результатом восприятия рекламной информации является образ продукта. Когнитивный компонент образа содержит представление о товаре, сформированное или измененное в ходе рекламного воздействия.

Работа рекламиста при создании рекламы с учетом ее когнитивного компонента заключается в поиске путей стимулирования познавательной активности реципиента в отношении предмета рекламы, а также в передаче информации о предмете рекламы с помощью адекватного семантического кода. Активизация познавательных процессов возможна посредством раскрытия сути, значения излагаемой информации, связи ее с имеющимся у человека знанием, а также в ходе создания и решения проблемных ситуаций. Адекватность передачи содержания зависит от соблюдения имеющихся правил. Так, по точному замечанию К.Дж. Веркмана (1986), сообщение должно содержать ясное, логичное, недвусмысленное предложение о покупке или услуге. Независимо от вида рекламы (телевизионная, печатная, реклама на сувенирах и т.п.), она не должна представлять больших трудностей для восприятия потребителем, производить одинаковое впечатление при любых условиях восприятия, а также легко толковаться людьми, воспитанными в различных традициях.

Адекватность передачи и, соответственно, восприятия когнитивного компонента рекламы, ее содержания, также зависит от оперирования едиными для источника и получателя информации значениями. Л.С. Выготский (1934) писал, что, реализуя специфику процессов мышления и речи, значение слова выступает в качестве обобщения, позволяя передавать переживание или содержание сознания от источника информации к ее реципиенту. Общение, в частности рекламное, будучи «сотрудничеством сознаний» (термин Выготского), реализует развитие значений. Таким образом, значение в процессе рекламной коммуникации не только передается, но и свершается. Иными словами, как отмечает Г.М. Андреева, в условиях человеческого общения информация формируется, уточняется, развивается (1988). Поэтому так ответственна работа по созданию рекламы как формы массовой коммуникации.

Итак, посредством рекламы возможно направленное изменение в смысловом поле реципиента, для чего необходимо четко представлять:

- а) смысловое поле в момент воздействия и после него,
- б) характер и направление необходимых изменений смыслового поля,
- в) оптимальное соотношение смыслового поля и соответствующих ему значений, правила перевода системы смыслов в организованную последовательность значений (А.А. Леонтьев, 1974). На основе этих значений создатель рекламы способен кодировать желаемые изменения в смысловом поле реципиента в виде языкового сообщения. В свою очередь реципиент,

воспринимая это сообщение, декодирует его и “извлекает” из него скрытую за планом значений глубинную информацию, обусловливающую реальное или потенциальное изменение его деятельности.

Передача значений реализуется, прежде всего, посредством слов и символов. При выборе слов для рекламных текстов Д.Э. Розенталь и Н.Н. Кохтев (1995) отмечают необходимость соблюдения ряда следующих условий.

1. Всякое слово используется в соответствии с тем значением, которое ему присуще.

2. У каждого слова сложились известные смысловые и фразеологические связи с другими словами.

3. При выборе слова необходимо учитывать степень его распространенности и сферу распространения.

К общепсихологическим принципам построения текста рекламы относят содержательность, информативность, увлекательность формы изложения, живость и эмоциональную насыщенность. Передача значений посредством слов в ходе рекламы подразумевает подбор наиболее распространенных конкретных слов, обладающих четкими ассоциативными связями. Предъявляются требования грамматической и стилистической правильности применения слов с опорой на известные фразеологические и смысловые связи с другими словами. Используемые слова так же должны обладать изобразительно-выразительной окрашенностью.

В качестве носителей значений наряду со словами выступают символы. Они являются образным общепринятым проявлением мотива. Применение символов в рекламе позволяет раскрыть свойства предмета в эмоциональной форме. Среди наиболее распространенных можно выделить символы солнца, звезды, короны, женщины, глобуса, глаза, руки (Веркман К. Дж., 1986). Солнце ассоциируется у получателей рекламы с чем-то хорошим, здоровым, сильным, важным. Корона, как и другие атрибуты власти, символизирует величественность, качественность. Рука в рекламе изображается как символ деятельности, работы, творчества, доверия.

Таким образом, для передачи содержательной стороны рекламы используются два основных носителя значений: слова и символы. При выборе слов необходимо уделять внимание их общепринятыму значению, правилам их использования совместно с другими слова, учитывать их распространенность, соблюдать правила грамматики, применять слова с выраженной эмоциональной окрашенностью и информативностью. При использовании символов в рекламном сообщении активируется аффективный компонент восприятия, что требует от рекламиста профессионального знания особенностей коллективного бессознательного аудитории рекламного воздействия.

2. Аффективный компонент

Аффективный или эмоциональный компонент рекламы «обращается» к потребностям членов целевой аудитории посредством содержания и формы сообщения. Успеху рекламы способствует активизация эмоционально-волевых процессов, выполняющих функции побуждения, мобилизации, регуляции, прогноза и оценки психической деятельности. Рассмотрим значение эмоций в ходе рекламного воздействия.

Реализуя побудительную функцию, эмоции побуждают к стереотипным действиям как к закрепившимся в процессе эволюции способам реагирования на стимулы окружающей среды, в частности на рекламу и предлагаемые в ней товары. Будучи индикаторами потребностей, эмоции мобилизуют

энергетические ресурсы организма на получение информации, ее переработку и использование. При наличии связи между содержанием рекламы и актуальными потребностями личности возникает произвольное внимание. Необычная форма рекламного сообщения вызывает непроизвольное внимание. Поэтому для создания рекламы необходима работа по двум направлениям - проведению маркетинговых исследований, определяющих доминирующие потребности целевой группы, и подготовке неординарных рекламных идей (креативная работа). Эмоции, вызываемые рекламой, способны регулировать дальнейшую активность человека. Благодаря ним возможен перевод произвольного внимания в послепроизвольное, что определяет устойчивый интерес к объекту рекламы уже после ее окончания. Отражая значимость предлагаемой информации, эмоции позволяют человеку оценивать рекламируемый продукт и прогнозировать выгоду от его приобретения. Поэтому широко распространенным и эффективным рекламным приемом является демонстрация предлагаемого товара в действии, предвосхищающая выводы аудитории рекламы. Итак, значение аффективного компонента прослеживается на всех этапах формирования образа объекта рекламы, начиная с момента привлечения произвольного внимания и возникновения интереса, заканчивая формированием готовности к действию в отношении товара.

Проявление эмоций при восприятии рекламы зависит от возможности удовлетворения потребностей с помощью предлагаемого продукта. Потребность человека формируется на основе врожденных предпосылок и приобретает свое конкретное содержание в зависимости от условий и способов их удовлетворения. Основываясь именно на приведенной зависимости, реклама оказывается в состоянии воздействовать на формирование образа восприятия. Влияя на процесс определяния потребностей индивида, реклама способствует их конкретизации в желаемом объекте.

Определению доминирующих потребностей членов целевой аудитории способствует использование имеющихся психологических классификаций. Наиболее часто обращаются к иерархии потребностей А. Маслоу, классификациям Гилфорда, Мюррейя, У. Маккола, А.Г. Ковалева, С.Б. Каверина. По происхождению выделяют биогенные, психогенные и социогенные потребности, по субъекту - индивидуальные, групповые, общественные, общечеловеческие, по объекту удовлетворения – материальные и духовные. На наш взгляд, классификация Мюррейя, модифицированная грузинским психологом В.Н. Норакидзе (1989), является наиболее удобной для анализа рекламы. Автор выделяет следующие потребности.

Потребность доминирования (стремление к контролю, подчинению, влиянию).

Потребность агрессии и самоагressии (желание причинить зло, боль, физические страдания другим и себе).

Потребность в аффилиации (поиск дружеских связей, эмоциональной защищенности).

Потребность отрицания, отвержения (пренебрежение, безразличие к окружающим).

Потребность в автономии (независимость, самостоятельность, самодостаточность, нонкомформизм).

Потребность приспособления (пассивное повиновение, зависимость, покорность, подчинение).

Потребность уважения, почтения, поддержки, одобрения.

Потребность достижения, успеха.

Потребность быть в центре внимания.

Эгоистическая потребность (любовь к себе, самолюбование, нарциссизм).

Потребность в социофилии (принадлежность к группе, социуму, желание быть принятным другими).

Потребность поиска покровителя (ожидание помощи от других, мягкого отношения, совета).

Потребность покровительствовать (желание помогать, защищать, оберегать).

Потребность избегания наказания.

Потребность самозащиты.

Потребность преодоления поражения, неудачи.

Потребность избегания опасности.

Потребность порядка (следование определенным правилам поведения, инструкциям).

Потребность суждения (стремление анализировать, обобщать, абстрагироваться).

Потребность игры (стремление поставить себя на место другого, представить себя в необычных ситуациях, дав волю своему воображению и фантазии).

При создании рекламы необходим анализ возможностей удовлетворения как можно большего количества потребностей с помощью предлагаемых товаров и услуг. Например, в отечественной рекламе одного только мыла внимание реципиента привлекалось к возможности удовлетворения потребностей в доминировании, аффилиации, достижении, социофилии, игре, потребности быть в центре внимания, одобрения, эгоистической потребности. Однако для сосредоточения внимания реципиента желательно делать акцент только на одной потребности или, по крайней мере, группе сходных потребностей. Для достижения этой цели интерес представляет иерархия потребностей, предложенная А. Маслоу.

Как известно, формирование потребностей происходит на разных этапах онтогенеза, их удовлетворение по-разному значимо для индивида. В соответствии с предложенной иерархией, высшие, духовные, потребности являются менее насущными, нежели низшие, биологические, и их удовлетворение невозможно без удовлетворения потребностей нижележащих уровней. Эта закономерность учитывается при создании рекламы, обращающейся к физиологическим потребностям в еде, тепле, сексе и к потребностям в защите. Однако стоит помнить, что познавательные и социальные потребности также актуальны для современного человека, а некоторые товары вообще не могут быть проданы при акценте рекламы на базовые потребности.

Итак, для определения аффективного компонента рекламы необходим анализ таких психологических категорий, как потребность, мотив и эмоции. Изучение известных в психологии потребностей и принципов их классификаций способствует определению приоритетных путей рекламного воздействия. Особое внимание следует уделять созданию условий для перехода потребностей в мотивы при встрече с предметом своего удовлетворения. Следует также отметить, что конструирование аффективного компонента рекламы требует большого опыта в оперировании его единицами. Рекламист должен быть чувствительным к собственным эмоциям в отношении товара и

при этом сохранять объективность, оценивая свойства рекламируемого объекта и обращаясь к актуальным потребностям членов целевой аудитории.

3. Аффективно-когнитивное взаимодействие

Проведенный анализ аффективного и когнитивного компонентов рекламы свидетельствует об их взаимосвязи. В современной психологии эмоции и познавательные процессы не противопоставляются как исключающие друг друга, а рассматриваются как аффективно-когнитивное единство. Изучению такого взаимодействия посвящены работы Л. С. Выготского, Е.А. Васильева, А.Н. Леонтьева, С.Л. Рубинштейна, В.А. Ганзена, А.А. Меграбяна, М Вергеймера и др.

Л. С. Выготским (1934) введено понятие динамической смысловой системы, реализующей взаимодействие значения и эмоций в возникновении личностного смысла. О пристрастности мышления, обусловленной аффективной регуляцией посредством личностных смыслов писал А.Н. Леонтьев (1975). Анализ роли интеллектуальных эмоций в регуляции мыслительной деятельности приводится в работах Е.А. Васильева (1998). Значение мышления при приведении конкретной потребности в соответствие с общей системой потребностей человека, а также при осознании и сопоставлении субъективных и объективных сторон потребности и действия для ее удовлетворения в процессе мотивации, отмечалось Д.А. Кикнадзе (1968).

Итак, понятно, что аффективный компонент рекламы ориентирован на актуальную потребность. Однако важно помнить, что активированная потребность не обнаруживает в рекламе предмет для своего удовлетворения, если сообщение создано без учета когнитивного компонента. Такое положение характерно для многих рекламных произведений, представляемых на различных конкурсах-показах, главная цель которых привлечение внимания за счет аффективной составляющей рекламы. В такого рода рекламе информация об объекте зачастую уходит на второй план, не реализуя функции ознакомления со значением самого товара.

Пожалуй, наиболее точная характеристика аффективно-когнитивного взаимодействия дана С.Л. Рубинштейном. Как известно, подлинной конкретной единицей психического он называл целостный акт отражения объекта субъектом. Это отражение, отмечал автор, сложно по составу и всегда в той или иной мере включает единство двух противоположных компонентов - знания и отношения, интеллектуального и аффективного, из которых то один, то другой выступает в качестве преобладающего. Поэтому создание рекламы предполагает многоаспектный анализ взаимодействия ее аффективных и когнитивных компонентов при создании образа, способного привлекать внимание, формировать интерес к своему объекту, вызывать желание обладания, а также нацеливать активность субъекта на объект рекламы.

При проведении комплексных исследований эффективности рекламы предпринимаются попытки оценить характеристики рекламного сообщения, сводимые к предлагаемым компонентам. Однако многие исследователи не выделяют аффективный и когнитивный компоненты как таковые и, соответственно, не рассматривают их взаимосвязи при формировании образа рекламы. Нами была предпринята попытка теоретического анализа особенностей формирования аффективного и когнитивного компонентов рекламы и отслеживания на основе эмпирического материала механизмов взаимодействия выделенных компонентов в сознании создателей и получателей рекламы.

Разумеется, значение данного теоретического подхода к рекламе обретает актуальность лишь при определении конкретных единиц анализа рекламного сообщения. При проведении соответствующего пилотажного исследования проводилась оценка рекламных макетов создателями рекламы и ее реципиентами методом субъективного ранжирования. Макеты оценивались по параметрам «интересно», «понятно», «интересно и понятно одновременно» (соответственно аффективный, когнитивный компоненты, аффективно-когнитивное единство). Вид математического исследования - корреляционный, с использованием коэффициента ранговой корреляции Спирмена. Оценки макетов по разным параметрам обнаружили значимые различия. Значения оценок по одинаковым параметрам отдельно рекламистами и реципиентами имели положительную прямую корреляцию. Полученные данные могут свидетельствовать об успешной операционализации рассматриваемых компонентов. На данном этапе исследования проводится контент-анализ высказываний практиков и теоретиков рекламы относительно критериев ее эффективности. В качестве единиц анализа используются аффективный и когнитивный компоненты. По результатам планируется создание матрицы анализа эффективности рекламного сообщения.

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРОНИЦАТЕЛЬНОСТЬ КАК СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА

Борисова А. А., ЯрГУ

В учебнике Г.М. Андреевой «Социальная психология» [1], который издавался уже несколько раз и считается одним из лучших, значится три раздела: I. Введение. II. – Закономерности общения и взаимодействия людей. III. Социальная психология групп. IV. Социально-психологические проблемы исследования личности. V. Практическое приложение социальной психологии. Наибольшая часть учебника посвящена II, III, IV разделам (72 – 352 с.)

Уже эти сухие факты говорят о том, что психологическая проницательность, рассматриваемая мною как способность личности к адекватному познанию сущности другой личности в процессе общения и прогнозированию поведения партнёра общения, имеет непосредственное отношение к проблемам социальной психологии. Мысль о том, что личностью не рождаются, а ею становятся, является общеизвестной. Конечно, не подлежит сомнению тот факт, что надо родиться с нормальным человеческим мозгом, чтобы стать личностью. Но необходимый человеческий генофонд – это только обязательное условие развития и формирования личности. Магистральным же путём, на котором осуществляется превращение человека в личность, является путь социализации, который понимается психологической наукой как исторически обусловленный, осуществляемый в деятельности и общении процесс и результат усвоения и активного воспроизведения индивидом социального опыта. Социализация может протекать как в условиях воспитания личности, так и в условиях стихийного воздействия на развивающуюся личность различных, иногда противоположно направленных факторов общественного бытия [10].

Каждый человек проходит свой, только ему свойственный путь социализации. От того, каким окажется этот путь, будет зависеть то, какой окажется личность, какие ценности будут определять её социально значимые формы деятельности и поведения. По своему содержанию процесс

социализации есть процесс становления личности. Начинается он с первых минут жизни человека.

Главными сферами, в которых осуществляется становление личности являются: сфера деятельности, сфера общения, сфера самосознания. В онтогенезе общение (эмоциональное) появляется раньше деятельности (не только игры, как ведущего вида дошкольного детства, но и раньше манипулирования с предметами). От того, как будет организовано общение ребёнка, манипулирование с предметами, а затем и игровая деятельность будет зависеть формирование каждого из компонентов самосознания: сознание тождественности, сознания себя как субъекта деятельности, осознание своих психических свойств, социально-нравственная самооценка.

Идентификация себя с другими людьми, соотнесение себя с ними, вхождение в компонент тождественности, не может появиться вне человеческого общества. Неоднократно описанный в психологической литературе случай с девочками Камалой и Амалой, которых нашёл в джунглях индийских охотников Сингх, яркий пример того, что социализация – магистральный путь формирования личности. Выросшие среди волков (старшей было примерно лет четырнадцать), они не научились соотносить себя с людьми и, оказавшись среди людей, очень быстро погибли.

Человек смотрит на себя глазами общества. Сначала он оценивает себя через других, а потом других через себя. Вот как образно сказали об этом К.Маркс и Ф. Энгельс. Человек, по их мысли, сначала смотрится, как в зеркало в другого человека. Лишь отнесясь к человеку Павлу как к себе подобному, человек Пётр начинает относиться к самому себе как к человеку [7]. В раннем детстве, попав в волчью стаю девочки вынуждены были всматриваться в морды волков. Отсюда трагический конец их жизней.

Самооценка как отношение ребёнка к своим возможностям, результатам деятельности, личностным качествам также складывается и изменяется в процессе социализации. Она аккумулирует в себе весь жизненный опыт личности, постоянно подвергаясь тройному контролю: со стороны жизни, общественного мнения и собственного разума. Высшим уровнем самооценки является максимально адекватное отношение к себе.

Важнейшими факторами социализации, непосредственно влияющими на конкретных людей и с ними взаимодействующими являются: семья, соседство, группы сверстников, воспитательные организации, самые различные общественные, государственные религиозные, частные организации, микросоциум. Все названные факторы входят в группу микрофакторов, т.к. личность прямо и непосредственно ощущает их влияние на себе.

Кроме них на социализацию личности влияют и другие факторы, чьё влияние для личности менее заметно (третья группа).

Это группа мезофакторов: регион, село, город, посёлок; те или иные сети массовой коммуникации (радио, телевидение и др.) Мезофакторы могут влиять на личность как непосредственно, так и опосредованно через факторы, составляющие четвёртую группу.

Макрофакторы, образующие вторую группу, влияют на личность только опосредованно, через другие факторы. К ним относятся: страны, этнос, общество, государство.

Наконец существуют ещё мегафакторы: космос, планета, мир. В той или иной мере они оказывают влияние на всех жителей земли через другие факторы.

Людей, воздействующих на других людей с целью социализации называют агентами социализации. Вот здесь-то проблема психологической проницательности становится особенно актуальной.

Прекрасно, конечно, когда ребёнок рождается желанным в хорошей полной семье. Как известно ребёнок рождается лишь с ощущениями и эмоциональным тоном ощущений. Именно поэтому главными механизмами социализации в младенческом возрасте является импринтинг (запечатление). Благодаря этому механизму ребёнок фиксирует на рецепторном подсознательном уровнях особенности воздействий, которые он испытывает от окружающей действительности. Для будущей личности не всё равно слышит ли младенец постоянно ласковый, нежный голос, ощущает приятные тёплые прикосновения и т.п. или грубый крик и болезненные шлепки на своём тельце. В зависимости от того, какие эмоции ребёнок испытывает чаще других у него будет формироваться соответствующий эмоциональный тембр, от которого впоследствии будет зависеть множество многое, особенно в межличностных отношениях.

Когда импринтинг уступит место другому механизму социализации – подражанию, для ребёнка также важно какому примеру, образцу он будет следовать, непроизвольно накапливая социальный опыт. Этот опыт хранится в бессознательном и так или иначе будет оказывать влияние на поведение и поступки сформировавшейся личности. Приведу пример из личного опыта. В конце лета я шла из бани и по пути зашла на базар за фруктами. Мои мокрые волосы были завязаны косынкой в виде чалмы. Сделала покупку у азербайджанского юноши 18-ти – 19-ти лет. После того, как я заплатила за покупку и уложила фрукты в сумку, юноша со слезами на глазах протянул мне ещё несколько фруктов в подарок. На мой вопросительный взгляд ответил, что я очень похожа на его маму, которую он не видел уже пять месяцев! На мой взгляд, этот пример красноречиво говорит о том, что детство и отрочество этого азербайджанского юноши протекало в благоприятной атмосфере любви и добра, по крайней мере со стороны матери, если за пять месяцев разлуки с ней, будучи взрослым, заплакал, увидев похожую на неё женщину. Как хочется пожелать подобной социализации русским семьям!

В романе «Отец Горио» Оноре де Бальзак сказал: если дети перестанут уважать отцов отечество погибнет. Для нашего отечества эта мысль актуальная как никогда и просит востребования психологически проницательных социальных работников.

Как же осуществляется социализация в русских семьях в настоящее время? Что случилось с нашей семьёй, если во многих семьях дети не только не любимы, но даже изгнаны из отчего дома совсем в нежном возрасте?

Такими сообщениями пестрят новости Радио России и ТВ. Не буду голосовать: 1.06.99 Программа «Время» первый канал ТВ передавал речь патриарха всея Руси Алексия II. Вот что я записала из его речи. Из двух миллионов сирот в нашей стране в настоящее время (1999 – А.Б.) у большинства есть родители! Беспризорные дети множатся как будто ежечасно. Здесь нет преувеличения.

29.12.99 НТВ. Из передачи «В защиту женщин». Уже названа цифра 2,5 миллионов беспризорных детей. А ведь прошло всего полгода со времени выступления патриарха по ТВ.

25.11.99 Радио России сообщает. В детском доме № 29 г. Москвы содержится 2,5 тысячи детей-сирот при живых родителях. В детский дом приходят дети и просят принять их, защитить от побоев и других издевательств.

Просят не пускать маму, если она найдёт здесь своего ребёнка, потому что она снимет с него пальто, чтобы его продать. Дети уже имеют такой опыт.

Выброшенные из дома, не знающие, что такое родительская ласка, дети очень быстро заболевают разными болезнями.

19.02.2001 РТР. 20.00 Журналист сообщает о съезде педиатров, на котором обнародованы следующие данные. Состояние детства ужасное. Практически нет здоровых детей. На 34% вырос детский алкоголизм за последние несколько лет. Растёт заболеваемость туберкулёзом и прочими болезнями.

15.01.02. РТР «Вести», 20.00 сообщают о том, что в нашей стране сейчас четыре миллиона беспризорных детей.

Итак, за три неполных года со времени обнародования патриархом всея Руси цифры беспризорных детей их количество удвоилось.

Приведённая статистика показывает, что проблемы современной семьи стоят и вопиют. Они встают барьерами между детьми и взрослыми их окружающими, порождают, дискомфорт в общении, детское одиночество и пр.

Чтобы выяснить некоторые из причин, порождающих вышеуказанные барьеры под нашим руководством Ворониной М.П. было выполнено исследование в 2002 г.

Для исследования мы брали только неполные семьи, где отсутствует один из родителей по причине развода, чтобы узнать причину развода, как отразился распад семьи на психике ребёнка.

По данным социологических исследований в нашей стране основными мотивами вступления в брак является любовь. Казалось бы устойчивость брака по любви должна быть самой надёжной. Тем не менее исследования других мотивов вступления в брак показывают, что это не так. Были выделены три основные группы мотивов: 1) брак по любви; 2) брак по стереотипу; то есть случаи, когда женятся или выходят замуж потому, что «пришло время», 3) брак по расчёту. Оказалось, что неудавшихся браков по любви нисколько не меньше, чем неудавшихся браков по двум другим мотивам.

В чём же дело? Любовь стала такой недолговечной или за любовь часто принимается квазилибовь? Нам представляется, что молодые люди, вступающие в брак, не понимают главного. Сексуальная совместимость не тождественна супружеской совместимости. Молодые люди не осознают, что брак – это нечто большее, чем организационная форма совместного проживания двух людей разного пола, зарегистрированного в Загсе. Прочный брак – это результат совместных умений супругов, хотя бы по бережному отношению к своей любви. Это большой труд, о сложности созидания которого прекрасно сказал поэт: «Любовь с хорошей песней схожа,

А песню нелегко сложить».

Следовательно, чтобы упрочивать семью, любовь должна быть деятельной.

Создавая семью, молодые люди должны понимать, что дать счастье любимому можно только научившись ограничивать себя, свои потребности, желания, иногда просто уметь стать жертвенной(ым), не красуясь этим, как великим достоинством. Психологические исследования подтверждают высказанную мысль.

Основными причинами, вызывающими нарушение семейных отношений являются следующие:

1. Расхождение представлений супругов об основах семейных ценностей.
 - а) На первом месте стоят проблемы, связанные с детьми и их воспитанием.

б) Характер взаимоотношений между супругами (в том числе и сексуальных);

в) Отношения одного из супругов с родителями другого (невестка – свекровь, зять – тёща).

г) конфликты, связанные с распределением домашних обязанностей, финансовыми проблемами. Для мужчин более значима материально-бытовая сфера семьи, для женщин – характер отношения к ним мужей (обеспокоенность недостаточностью чувства проявления чувства любви, уважения, утрата романтического тона добрых отношений).

2. Вторая причина неблагополучия семейных отношений – это нарушение общения между супругами.

а) Появляется эмоциональная неуравновешенность в разговоре друг с другом.

б) Стремление властвовать, приказывать.

Общение в таких тональностях приводит к неуступчивости, замкнутости, подозрительности.

в) Конфликтность в общении может быть связана с содержанием общения, то есть с наличием определённых тем, порождающих конфликтную ситуацию. Такие темы могут быть различными, но всегда они раздражают одного из супругов, поэтому обсуждение любой из подобных тем нарушает взаимоотношения между супругами, исключает возможность правильного осознания переживания другого супруга, что закрывает конструктивный выход из конфликта.

Внешнее поведение в таких ситуациях, как правило, различные у мужчин и женщин. Мужья чаще всего избегают подобного обсуждения и просто обзываются и надолго замолкают. Жёны предлагают открыто обсудить наиболее «острые» темы. Однако вместо обсуждения часто возникают размолвки, ссоры.

Источником глубоких конфликтов чаще всего является ревность, оскорблённая гордость, а также алкоголизм. При общем низком уровне культуры подобные конфликты могут превращаться в дикие сцены, в которых нет и не может быть места для любви. Ведь «у любви, как у птички крылья». Она немедленно улетает от туда, где появляется насилие.

В том, что общий низкий уровень культуры людей в нашей стране оставляет желать много лучшего, вряд ли кто сомневается. Доктор философских наук, профессор В. Чурбанов ещё в 1988 году опубликовал такие цифры.

По данным статистики в РСФСР в течение года

не посещали театры – 93% колхозников,

не посещали музеи – 96,5% колхозников.

Рабочие не посещали театры – 77%,

не посещали музеи – 85%.

На 130 с лишним тысяч советских общеобразовательных школ едва набирается 56 тысяч учителей музыки, да и из их числа многие имеют за плечами лишь детскую музыкальную школу. В РСФСР примерно в трети школ нет учителя рисования. Спрос на книги для детей удовлетворяется в стране лишь на треть. К тому же литературу у нас в школе «проходят» теперь на треть часов меньше, чем в 1940 году, и в несколько раз меньше, чем в некоторых зарубежных странах.

Правда, в нашей стране самый большой в мире фонд библиотечных книг. Но 2 – 2,5 миллиарда из них – почти половина это «мёртвые книги», которые никто не берёт.

Это данные на 1988 год. Сейчас дела с общей культурой обстоят ещё хуже. Речь идёт уже об эпидемии детской агрессии. Низкий жизненный уровень людей не способствует повышению уровня культуры.

В таких условиях семейные конфликты часто заканчиваются разводами. Проблема развода существовала всегда. И в разные времена общество решало её по разному. Она всегда была предметом обсуждения поскольку порождала длинный шлейф негативных последствий.

Каждый расторжённый брак добавляет обществу всё новые проблемы. Поэтому вполне обоснованным будет рассматривать рост разводов как негативное явление. Каковы же проблемы, порождающие разводы? Разводы существенно ухудшают демографическую ситуацию в стране, заметно снижают работоспособность людей. Среди других факторов, влияющих на снижение рождаемости, – нестабильность семейных отношений. Как правило, в кризисных семьях появляется лишь один ребёнок. Женщина уверена, что сумеет сама воспитать его в случае развода. Таким образом, даже, «перспектива» развода сокращает рождаемость. Что же говорить о распавшихся семьях! В повторный брак вступает меньше половины женщин. Между первым и повторным браком проходит немало времени. Но и создав новую семью, люди не всегда обзаводятся потомством. Развод увеличивает количество одиноких людей. Он прямой виновник ухудшения здоровья очень многих: бывших супругов, их детей, родителей, близких родственников. Почти все перенёсшие драму на долгое время – несчастные люди.

Нельзя не затронуть пожалуй самую печальную сторону разводов. Ежегодно они превращают в полусирот 600 – 700 тысяч детей. Надо ли говорить, что в дружной, счастливой семье легче воспитывать достойных граждан, нежели в семье, где постоянно конфликтуют, или же в семье, потерпевшей крушение. Это, конечно, не значит, что воспитание без отца всегда ущербно. Но очевидно и то, что воспитывать ребёнка одной матери всегда сложнее, а результаты этого воспитания не всегда приносят радость самой женщине и обществу!

По данным психологических исследований основными психолого-педагогическими факторами, способствующими правонарушениям несовершеннолетних детей являются:

Особенности личности (психические отклонения, неадекватная самооценка, антиобщественные установки);

Условия жизни и воспитания в семье (Второе место!)

Ошибки и недостатки в учебно-воспитательной работе школы

Влияние отрицательной литературы

Отсутствие у трудновоспитуемых подростков возможностей проявлять свои склонности к какой-либо деятельности.

Раньше, по крайней мере в дореволюционной России, брак был пожизненным союзом, как правило.

И сама установка – жену или мужа выбирают на всю жизнь – многое определяла в отношении супругов. Об этом свидетельствуют русские пословицы и поговорки о женитьбе:

Жить вместе и умереть вместе.

Женился – на век заложился.

Женитьба есть, а разженитьбы нет.

Жена не сапог, с ноги не скинешь.

Смерть да жена – Богом суждена.

Эта установка делала супругов терпимее, заставляла искать внутренние резервы для сохранения и упрочения семьи.

Сегодня молодые люди, ещё только помышляющие о создании семьи, уже не исключают возможность её распада. Новая установка рождает и новый стиль отношений супружеских, в соответствии с которыми порой любой случайный каприз или размолвка превращается в непоправимую супружескую ошибку.

Общество, заинтересованное во всемерном укреплении семьи, всегда будет искать пути к стабилизации брачно-семейных отношений и соответственно заниматься и профилактикой разводов. Однако, главными хранителями семьи всегда останутся супруги.

Огромное количество разводов, не смотря на то, что первое место занимают браки по любви, невольно ставят вопросы:

Понимают ли молодые люди, что такое любовь? Не путают ли они её с зарегистрированным сексуальным партнёрством? Читали ли они что-нибудь о настоящей большой любви? Должны бы знать, что Ромео и Джульетта оба жертвуют своей жизнью, убедившись в потере возлюбленного. В своё время

III. Руставели изрёк истину, сказав:

«Блуд – одно,
Любовь – другое.
Разделяет их стена.
Человеку не пристало
Путать эти имена».

Может быть перед вступлением в брак молодым людям стоило бы задуматься над тем, не путают ли они выше названные имена? Не подвергнуть ли свою любовь хоть каким-нибудь испытаниям, (помолвки, разлуки и пр.)? К сожалению, как показывает практика у молодых людей превалирует легкомысленное отношение как к браку, так и к разводу. Влияние родителей в этом серьёзном вопросе мало ощутимо.

Исследователи, занимающиеся проблемой развода, пришли к единому мнению, что в корне конфликтов, ведущих к краху семейных союзов, лежат эгоизм одного или обоих супружеских непонимание существа семейной жизни, неумение и нежелание перестраиваться, разделять новые заботы, подчинять свои интересы интересам семьи. Брак обречён, если муж и жена не стремятся понять друг друга, не учатся терпению, взаимному прощению ошибок. После развода многому приходится учиться заново. Но самая главная беда, когда у разводящихся пар уже имеются дети.

Все разводы по последствиям можно разделить на три группы: 1) последствия для самих разводящихся; 2) последствия для детей; 3) последствия для общества.

Развод очень сильно меняет всю дальнейшую жизнь каждого из бывших супружеских. Возникает комплекс совершенно новых проблем: экономические сложности (особенно и у женщин, оставшихся с детьми), изменение личных привычек, вкусов, всего стиля жизни, характера отношений с общими друзьями и знакомыми, взаимоотношения детей не только с бывшим супругом (супругой), но и с его (её) родственниками. Сам по себе развод – это лишь финал драмы, юридическое оформление несложившихся отношений, неудачной семейной жизни.

В процессе, предшествующем окончательному расторжению брака, выделяют несколько стадий. Начинается всё с эмоционального разрыва, который выражается в возникновении чувства отчуждённости, безразличия супругов друг к другу, в утрате доверия и любви.

Затем наступает физический разрыв, супруги теряют едва теплящуюся близость и уже думают о возможности юридического развода, хотя ещё задумываются над возможностями найти другой выход из создавшегося положения.

Тем не менее путь к разводу доминирует и супруги начинают жить раздельно.

На первой стадии угрозы развода проблема обсуждается открыто. Супруги живут порознь. Чаще всего таким «пробным» разводом пытаются (неосознанно) облегчить переход к жизни в условиях распавшейся семьи. Так что юридический развод – это уже завершение долгого процесса.

Если развод – драма для бывших супругов, то для детей это трагедия вдвойне.

По российскому законодательству отец и мать имеют равные права на ребёнка. Соперничество родителей, их борьба за любовь ребёнка крайне отрицательно сказываются на его развитии. Внезапно ребёнок оказывается в центре всеобщего интереса, что не вызвано никакими заслугами с его стороны. Преувеличеннное внимание родителей к ребёнку вызывает в нём нескромность и завышенную самооценку. Дети пытаются любым путём добиться для себя выгод, и родители, вместо того, чтобы воспитывать детей, болтаются как марионетки, на ниточках детской симпатии. Кто же посмеет тут упрекнуть детей? Нормально развитый ребёнок не может противостоять натиску родительской страсти и хитрости. У него просто должны возникнуть аномалии в мышлении и чувствах, самооценке и отношении к окружающему миру равно как и к своим обязанностям.

Исчезновение особого интереса к ребёнку после развода, нормальное отношение к нему со стороны родителя, с которым он остался, снова вызывает у ребёнка потрясения и даже кризисы. Он чувствует себя разочарованным, заброшенным.

Ребёнок пытается сохранить родительское внимание, он становится дерзким, хвастает, разыгрывает капризного больного. Новые конфликты возникают, если взрослые, братья и сёстры, друзья выражают своё неодобрение в ответ на такое поведение. Если же близкие примиряются с выходками ребёнка, отступают, то это ещё опаснее для развития его характера, потому что в таком случае отрицательные черты закрепляются.

Отрицательный опыт супружеских отношений, приобретённый ребёнком в детстве, приводит к тому, что развод в последнее время становится как бы наследственным. Дети, выросшие в неполных семьях, часто повторяют жизненные ошибки своих родителей – не умеют сохранить мир и лад в доме.

Семья создаётся не только ради счастья двоих, но и для счастья их детей.

Понимают ли это супруги, решившие развестись?

Вот какие результаты мы получили методом клинического интервью с двадцатью матерями, с которыми остался ребёнок после развода.

Для ответа матерям предлагались следующие вопросы:

Мотивы вступления в брак?

Возраст невесты (жениха)? Социальное и материальное положение? Была ли работа и экономическая независимость?

Каковы были жилищные условия?

Первая серьёзная ссора, её причины?

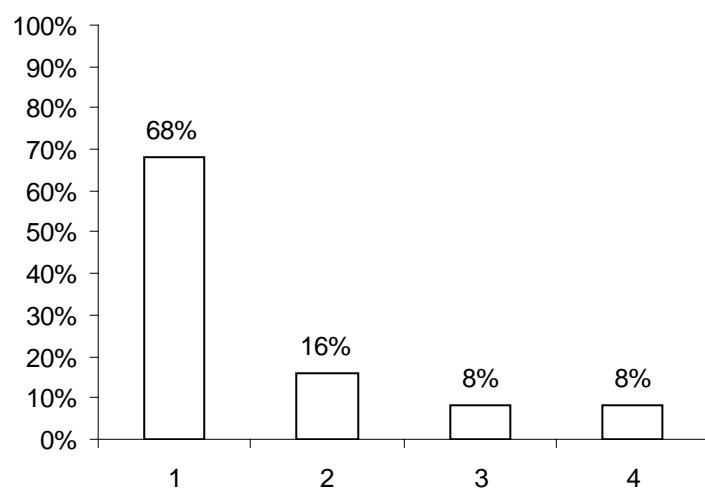
Стали ли ссоры повторяться? Их причины.

Кто был инициатором развода?

Как ребёнок воспринял ваш разрыв? Сколько лет было ребёнку?

Расскажите поподробнее о динамике ваших отношений с ребёнком после развода?

1. Мотивы вступления в брак.



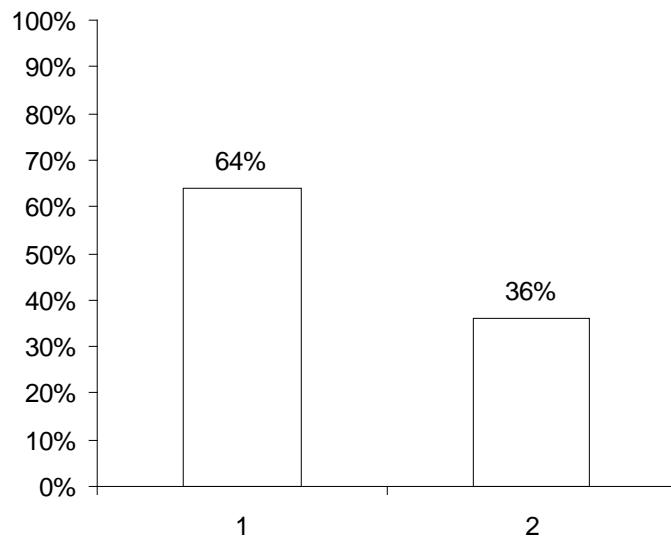
Любовь и желание быть всегда вместе.

Беременность.

Желание независимости от родителей.

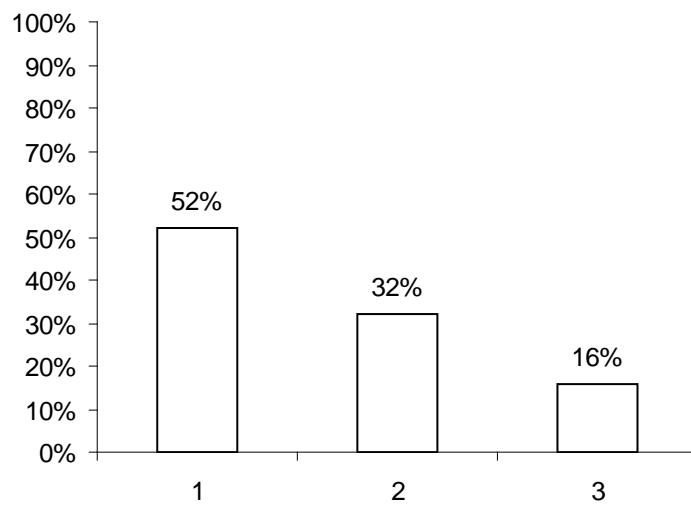
4. Другие мотивы.

2. Социальное и материальное положение.



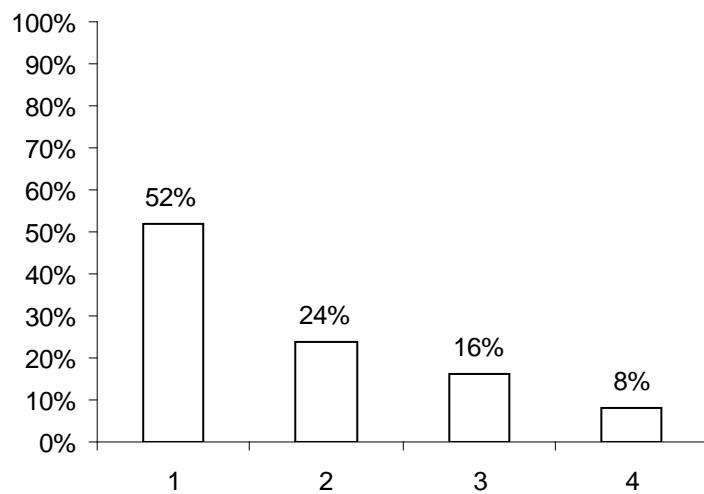
Была экономическая независимость, работали.
Студенты, не работали.

3. Жилищные условия



Отдельная квартира
Общежитие
Проживали с родителями

4. Первая серьёзная ссора



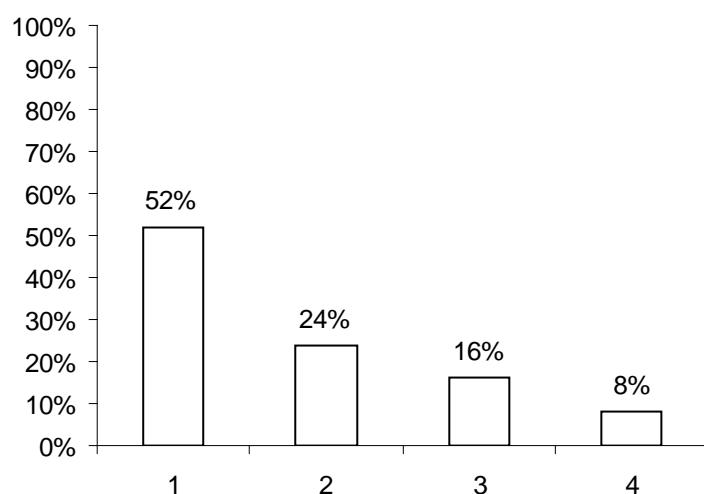
Пьянство мужа

Бытовые причины.

Появление другой женщины (мужчины).

Вмешательство родителей (родственников).

5. Стали ли ссоры повторяться? Их причины.



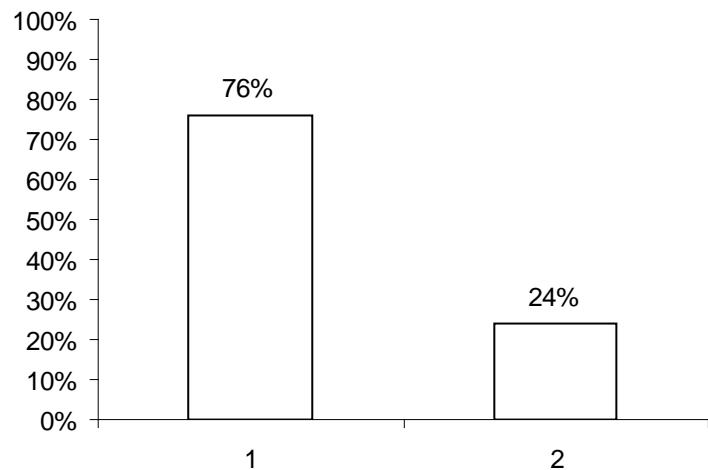
1. Пьянство мужа

Различные бытовые причины.

Другая женщина (мужчина).

Влияние родителей (родственников).

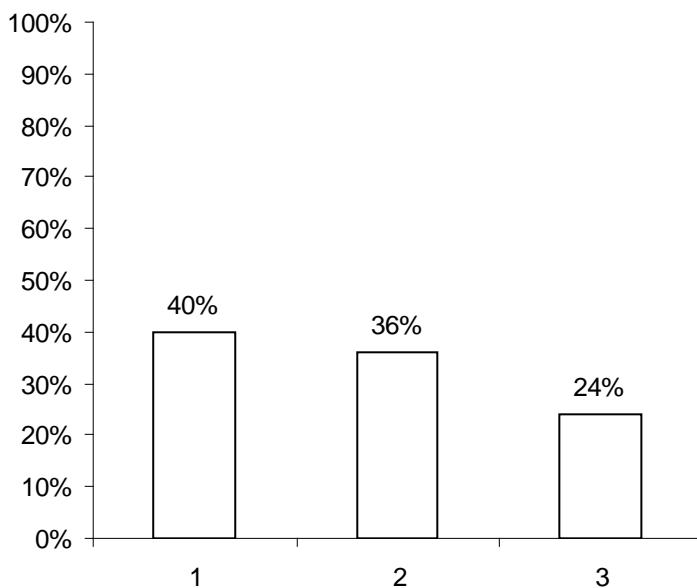
6. Кто был инициатором развода?



Жена.

2. Муж.

7. Как ребёнок воспринял ваш разрыв?



Очень болезненно, плакал.
Не понимал, был маленький.
Положительно, одобрял.

В ходе исследования были получены следующие результаты.

На первый вопрос (мотивы вступления в брак) 68% опрошенных ответили, что мотивом была любовь и желание быть всегда вместе;

16% – мотивом стала беременность;

8% – желание независимости от родителей;

8% – другие мотивы, в частности, такие как «мама заставила», подошло время, пора было жениться;

Таким образом, основным мотивом вступления в брак является любовь, желание быть рядом с любимым человеком. Не редки и вынужденные браки, причиной которых чаще других была беременность.

На второй вопрос (возраст невесты (жениха), социальное и материальное положение) были получены следующие ответы:

64% – была экономическая независимость, работали либо оба супруга, либо один.

36% – не работали, были студентами; экономической независимости не было, помогали родителям.

В брак вступают, в основном, молодые люди до двадцати пяти лет, уже имеющие работу и экономически не зависимы.

Третий вопрос (жилищные условия):

52% супружеских пар имели отдельную квартиру;

32% жили в общежитии;

16% проживали с родителями.

По анализу ответов на четвёртый вопрос (первая серьёзная ссора, её причина) были выявлены четыре причины семейных ссор, они же являются причинами последующих ссор и причинами развода. Первой и, можно сказать, основной причиной ссор является пьянство мужа (52%), а это и постоянные скандалы, драки, тяжёлое материальное положение, и отрицательное влияние на ребёнка.

24% опрошенных указали на бытовые причины, к которым относятся: тяжёлое материальное положение, жилищная неустроенность, большая зависимость мужа от матери, разногласия в вопросах воспитания детей.

Третьей причиной ссор является супружеская неверность (16%). Неверность одного из супругов может являться следствием характера отношений к нему супруга.

И последней причиной ссор, как показало исследование, является бес tactное вмешательство родителей или кого-то из родственников в жизнь молодожёнов (8%). По сравнению с другими причинами – эта наименее встречающаяся, что может свидетельствовать о том, что родители молодожёнов в подавляющем большинстве стараются не вмешиваться в отношения молодых супругов, чтобы не быть причиной размолвок между ними.

По результатам ответов на пятый вопрос ссоры стали чаще повторяться по тем же причинам, а причины стали устойчивыми.

В большинстве случаев (76%) инициатором развода является женщина. Об этом говорят ответы на шестой вопрос (кто был инициатором развода). В 24% случаев инициатором развода является мужчина, муж. Это случается в тех случаях, когда мужчина встречает другую женщину или когда брак был заключён по причине беременности.

Отсюда можно сделать вывод, что женщина, жена, берегиня семейного очага, как называет её народная мудрость, перестала быть таковой. Она злоупотребляет правом на развод, лишает ребёнка отца даже в тех случаях, когда есть возможность сохранить брак.

На седьмой вопрос (как ребёнок воспринял ваш разрыв) родители ответили так:

40% – очень болезненно, плакал, ждал, когда придёт папа.

36% – ребёнок не понимал, был маленький. Но как показывают другие данные опроса детей, потерявших отца в результате развода, когда они были ещё маленькими, подрастая всё чаще и чаще размышляют на эту тему, расспрашивают мать о том, где отец (если дети не видятся с ним), почему он с ними не живёт, почему родители развелись. Но матери неохотно разговаривают с ребёнком на эту тему, пытаются отмахнуться от ребёнка, отделаться ничего не значащими фразами. Дети огорчаются, переживают, плачут украдкой, когда их никто не видит. Исходя из этого мы хотели суммировать эти два показателя и сказать, что 76% детей болезненно переживают развод родителей.

Только 24% детей одобряли развод родителей, положительно к этому относились. Это происходило в тех случаях, когда отец стал очень часто выпивать, устраивал дома скандалы, дрался с женой, бил и кричал на ребёнка. Часто дети первыми заговаривали о разводе, а после того, как родители расставались, они говорили, что стали жить лучше, спокойнее.

Восьмой вопрос (сохранились ли контакты с другим родителем, как часто, чем заканчивались):

64% опрошенных ответили, что ребёнок часто встречается с другим родителем;

28% ответили, что ребёнок редко встречается с отцом;

у 8% опрошенных контакты с другими родителями не сохранились.

Большой процент матерей разрешали детям видеться с папой, не препятствовали этому, так как считали, что отец имеет право. В случаях, когда контакты ребёнка с отцом не сохранялись, виноваты сами родители: либо мать,

которая препятствовала этому общению, либо отец, совсем не интересующийся жизнью ребёнка.

В 68% случаях встречи отца с ребёнком заканчивались хорошим настроением последнего. У 12% детей после встреч с отцом было плохое настроение; приходя домой, они плакали. Если эти слёзы вызваны необходимостью разлуки с отцом, то это только говорит о том, как важно ребёнку иметь обоих родителей. Это подтверждается ещё и тем, что 68% детей после встреч с отцом были в хорошем настроении.

На девятый вопрос (произошли ли изменения в ваших отношениях с ребёнком после развода) были получены следующие ответы:

36% – да, произошли изменения в положительную сторону: ребёнку уделяется больше внимания, мать и ребёнок дорожат друг другом, становятся ближе; ребёнок более откровенен, делится своими впечатлениями.

20% – да, изменения произошли в худшую сторону: ребёнок стал замкнутым, больше находится один, на попытки поговорить «огрызается», становится несдержаным, раздражительным, холодным и равнодушным ко всему.

44% опрошенных ответили, что изменений не произошло. Суммировав этот и предыдущий показатели, мы можем сказать, что в 64% случаев развод не принёс ребёнку радости.

Отсюда следует, что родители злоупотребляют правом на развод не задумываясь над вопросом, как скажется развод на ребёнке. Ведь только в 8% случаев причиной развода стало вмешательство родственников в жизнь молодожёнов. Значит в большинстве виноваты сами родители и чаще нетерпение жены, нежелание принять меры, скорректировать своё поведение, отношение к мужу, привлечь родных к изменению отношений в лучшую сторону.

Ответы матерей о динамике взаимоотношений с ребёнком после развода чаще всего не утешительны. Сильное переживание, дискомфорт отмечают почти все матери.

«Ребёнок сильно переживает разрыв, замкнулся в себе, стал больше проводить времени один. На мои попытки поговорить по душам огрызается. Я стараюсь заменить ему отца, но видно, что ему очень его не хватает. Холоден, но сильно не отстранился, всё равно помогает мне».

«Ребёнок чувствует себя не таким как все. Трудно было ему объяснить, что в жизни бывают случаи, когда родители не могут жить вместе. Сначала ребёнок сочувствовал мне, а потом стал жалеть отца».

Итак, остался ребёнок после развода с матерью или отцом, один из результатов очевиден: семья стала неполной. Только этот факт сам по себе действует на ребёнка отрицательно, так как ведёт за собой целый ряд факторов, которые в сочетании друг с другом создают сложную архитектонику психологических особенностей личности ребёнка из неполной семьи:

Специфические условия воспитания (ребёнок обделён вниманием однако из родителей;

Особенности формирования личности в младшем школьном возрасте (учебная деятельность стала главной, формируются личностные характеристики);

Отношение к ребёнку в классе явное или неявное, но другое, отличающееся от отношений к детям из полных семей.

Упомянутая архитектоника находит своё проявление в характерологических свойствах, качествах, социометрическом статусе, самооценке, уровне успеваемости адаптации к школе, в поведенческих реакциях.

В результате выше изложенных доводов, по данным теоретических и практических исследований, неполная семья становится для ребёнка источником ряда негативных последствий. Во-первых у детей, воспитывающихся в неполных семьях, чаще всего встречаются нервно-психические заболевания, высок риск нервно-психических расстройств.

Во-вторых, дети из неполных семей намного чаще приобщаются к злоупотреблению спиртными напитками.

В-третьих, дети из таких семей более чем в два раза чаще, чем дети из полных семей, становятся несовершеннолетними преступниками.

В-четвёртых, дети из неполных семей обладают менее выраженным опытом подготовки к семейной жизни.

Маловыраженный или отрицательный опыт подготовки к семейной жизни, приводит к тому что став взрослыми, они несут в себе большую вероятность распада собственных браков или неустроенности семейной жизни.

Примеры исследования некоторых психологических особенностей личности младшего школьника из неполных семей. Рассматривались следующие проблемы:

Проблема адаптации детей к школе.

Исследования самооценки и критичности.

Успешность учебной деятельности.

Особенности социометрического статуса.

Для исследования адаптации мы воспользовались семишкольной схемой Александровской Э.М. Общий интегральный показатель адаптации вычисляемое суммированием баллов по 7 шкалам. Размах значений находится в пределах от 0 до 35 баллов. Показатель величины может свидетельствовать о степени адаптации детей к школе: полной 21 – 35 баллов; неполной 15 – 20 баллов; дезадаптации 0 – 14 баллов. Средний интегральный показатель адаптации детей к школе из неполных семей равен 19 баллам, что свидетельствует о неполной адаптации таких детей к школе. Соответствующий показатель детей из полных семей – 25 баллов.

Исследование самооценки и критичности было проведено при помощи методики Будасси, валидность которой установлена на выборках детей 3-го класса общеобразовательных школ из полных и неполных семей. Полученные нами результаты показали, что у детей из неполных семей самооценка намного ниже нормальной, оптимальной самооценки.

Оптимальный коэффициент критичности у детей из неполных семей в четыре раза меньше, чем у детей из неполных семей. Некритичность нередко сочетается с такими качествами как высокое самомнение, плохое поведение, упрямство, плаксивость, непричастность к классному коллективу. Именно эти характеристики формируют неврастенический склад личности, создают предпосылки делинквентного поведения.

Дети соответствующего типа чаще формируются в тех семьях, где мать, оставшаяся без мужа, слишком сильно переживает своё горе, удручена им до крайности.

Свалившиеся на неё одну заботы, связанные с ребёнком, формируют установку рассматривать ребёнка, как излишнюю обузу, осложняющую её

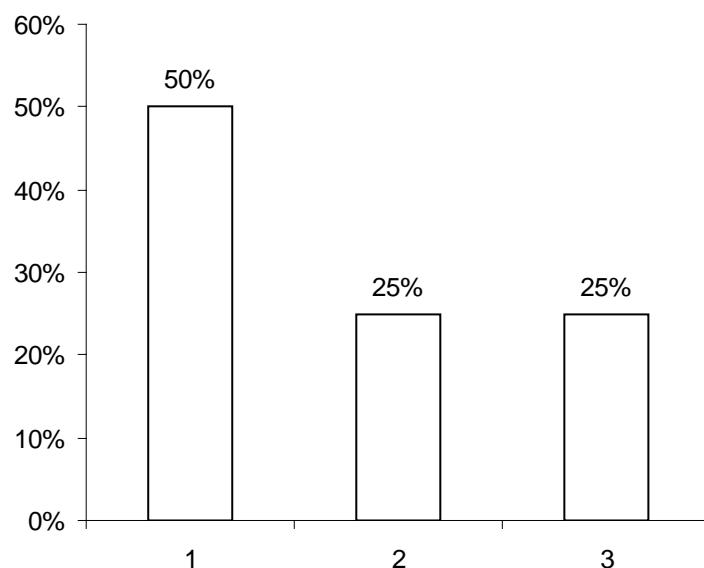
дальнейшие жизненные перспективы. Отсюда возникает грубое, зачастую несправедливое отношение матери к ребёнку. Ребёнок не понимает причин, по которым его не любят, требуют от него пассивности и слепого послушания. С одной стороны, сама ситуация является травмирующей для психики ребёнка, который более всего нуждается в любви, сопричастности и сопереживании. С другой стороны ситуация может вызвать совершенно неадекватные поведенческие реакции: от ухода в мир фантазий о сказочном разрешении собственных проблем, аутизации до преступного поведения.

Всё изложенное не говорит о том, что можно автоматически отождествлять неполные семьи с неблагополучными в воспитательном аспекте. Правильнее будет следующее: дети из неполных семей в силу их психологических особенностей нуждаются в повышенном внимании, помощи со стороны школы и других организаций, занимающихся воспитанием подрастающего поколения. Все мы знаем примеры, когда мать воспитывает прекрасного сына или дочь, но такие случаи единичны. Мы же говорим о тенденции, а не об исключениях.

Для исследования отношения детей к совершившемуся факту развода мы также использовали метод клинического интервью. Нас интересовали ответы на следующие вопросы:

- Сколько лет тебе было, когда разошлись родители?
- Они спрашивали тебя с кем бы ты хотел остаться?
- Расскажи подробнее, что ты переживал тогда?
- Как сейчас ты воспринимаешь ситуацию развода?
- Кого из родителей ты обвиняешь в разводе?
- Возникают у тебя проблемы общения с родителями? В чём они заключаются?
- Ты мечтаешь о чём-нибудь? Какая твоя заветная мечта?
- На выстроенных графиках видно, что дети вместе с разводом родителей получали душевные травмы. Родители о них не думали.

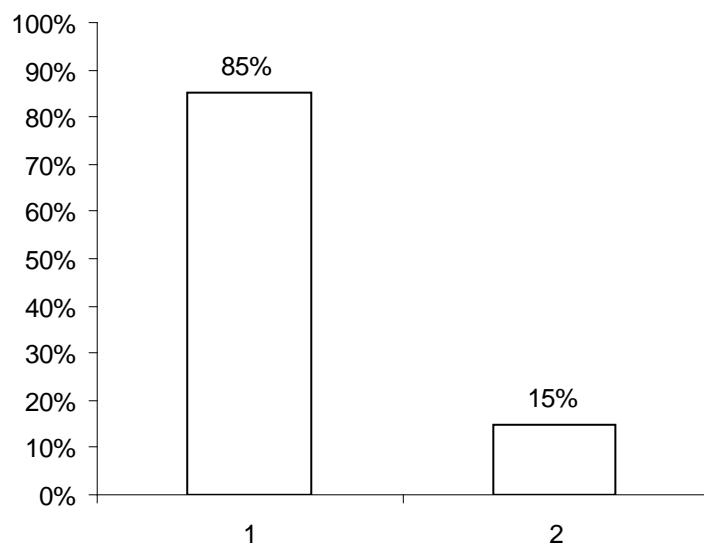
1. Сколько тебе было лет, когда разошлись родители?



Дети до 10 лет.
Дети старше 10 лет.

Не знаю, не помню, был маленьким.

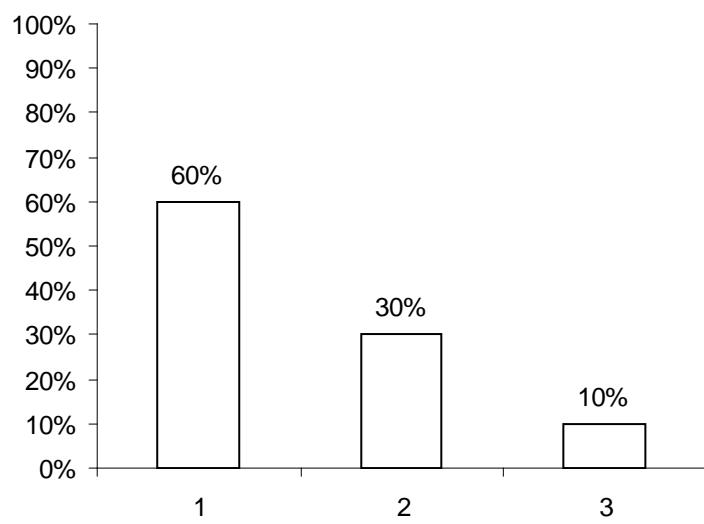
2. Тебя спрашивали с кем ты хочешь остаться?



Нет.

Да.

3. Кого ты обвиняешь в разводе?

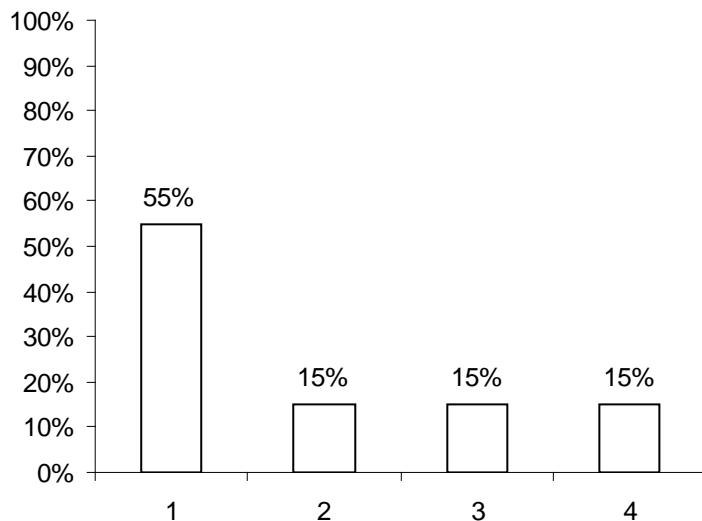


Отца.

Никого.

Мать.

4. Какая твоя заветная мечта?



Быть счастливым, иметь хорошую семью, образование.

Материальные желания.

Чтобы родители помирились.

Мечты о животных.

Итак, клиническое интервью детей обнаружило непростительное легкомыслие супругов в подходе к разводу. Не считают нужным поинтересоваться, желают ли дети потерять одного из родителей. Их просто ставят перед фактом, хотя 50% детей к моменту развода перешагнули десятилетний возраст и не считаться с их мнением, значит проявить безграмотность и бес tactность.

Если учесть, что интервью проводилось с детьми, оставшимися с матерью, становится понятным почему 30% детей ответили, что не обвиняют в разводе никого. Можно думать, что дети просто стесняются обвинить мать, с которой они живут и которая одна заботится о них. Тем не менее 10% детей прямо обвинили в разводе мать.

Кроме того, если учесть, что причины первой ссоры супругов не изменились в последующих ссорах, а продолжали оставаться один к одному, напрашивается вывод: жена, как хранительница очага, после первой ссоры не дала себе труда подумать, как предотвратить возможность дальнейших ссор по данной причине, как её устраниТЬ, кого можно привлечь в помощники, к кому обратиться за советом, в чём изменить своё отношение к мужу, а также поведение и поступки и пр.

Повторяемость причин ссор между супругами, наводит на мысль что жена находится в состоянии готовности к разводу и только ждёт «критической точки».

Скорее всего именно поэтому 76% разводов произошло по инициативе жены.

Выступая инициатором развода женщины-матери видимо не задумываются о том, какую травму они оставляют в душе ребёнка, нередко на всю жизнь. Почти у всех опрошенных детей отношение к матери амбивалентное.

Иногда они очень жалеют мать, стараются быть ласковыми, а иногда просто ненавидят её за то, что оставила их без отца.

То, что развод оставляет глубокую травму в душе детей, показывает ответ на вопрос о заветной мечте: 55% ответов – быть счастливыми, иметь хорошую семью, образование, плюс 15% – чтобы родители помирились. Следовательно 70% детей, оставаясь без отца в результате развода, мечтают о хорошей семье, значит рана в душе не заживает. К сожалению, как уже отмечалось выше, далеко не всем удаётся осуществить свою мечту. Феномены наследования развода является ни чем иным, как результатом издержек социализации в семье.

Амбивалентное отношение к матери – это ещё не самое страшное. На вопрос, возникают ли проблемы в общении с матерью, 35% детей ответили: да и очень часто, у нас разные взгляды на жизнь.

Это в младшем и подростковом возрасте такое отчуждение детей от родителей (матери в частности)! Чего же ждать в дальнейшем? Вспоминается страшный сюжет, показанный по ТВ. Девушка убила свою мать топором. В наручниках, перед камерой у неё не выкатилось ни одной слезинки. Спокойно она прокомментировала ситуацию: «Когда-нибудь это должно было произойти. Или я её, или она меня».

Более благоприятный исход подобного отчуждения описан в журнале «Огонёк» времени приватизации.

Взрослая дочь вспомнила о своей старенькой матери, когда разрешили приватизировать квартиры. Она приехала в город, где проживала её мать в отдельной квартире, оформила приватизацию, продала квартиру и всё, что в ней было. Матери сказала, что забирает её к себе в Москву. На одной из станций «заботливая дочка» поставила мать на перроне и сказала ей, что пойдёт купить пирожков в буфете, наказав строго-настрого ждать именно там, где её поставили. Сама же предпримчивая доченька села в вагон своего поезда и уехала. Дело обошлось без топора, но дальнейшая судьба ограбленной и брошенной на вокзале матери, заставляет усомниться, намного ли такой исход благополучнее.

Напрашивается вопрос. В какие «морды» всматривались эти девушки, будучи детьми, каким образцам подражали в своём поведении и поступках, если у них сформировалось такое самосознание, которое позволило им спокойно совершить такие преступления? Подобные примеры, к сожалению, не единичны. Разнообразные интернаты и дома для престарелых изобилуют людьми вполне благополучных детей. Бумеранг возвращается.

Из проделанной нами работы по изучению поставленных вопросов с очевидностью следует, что молодые люди, вступая в брак не утруждают себя вопросами, связанными с тем, готовы ли они морально и материально начать новую жизнь, которая поставит перед ними массу проблем. Да и знают ли они о трудностях, ожидающих их.

Вспомним, в каком состоянии находилась княжна Мария Болконская, когда к ним приехал свататься Анатоль Курагин, ведь она знала, что отец против её замужества вообще. Вспомним, что княжне очень хотелось иметь свою семью, своих детей, прижимать их к себе, кормить своей грудью. Вспомним также что князь Анатоль был очень красив и знатен. Мучительные сомнения терзали её душу. Ни нарядами, ни причёской были заняты её мысли,

как думал её отец. Она стояла в образной и, устремив на освещённый лампадкой чёрный лик большого образа Спасителя, простояла перед ним несколько минут с сложенными руками, уже после того, когда горничная предупредила, что пора пожаловать к чаю, что князь (Н.А. Болконский), сейчас выйдут. В душе княжны Мары было мучительное сомнение. Возможна ли для неё радость любви, земной любви к мужчине? В помышлениях о браке княжне Марье мечтались и семейное счастье, и дети, но главною, сильнейшою и затаённейшою её мечтой была любовь земная. Чувство было тем сильнее, чем более она старалась скрывать его от себя.

«Боже мой, – говорила она, – как мне подавить в сердце своём эти мысли дьявола? Как мне отказаться так, навсегда от злых помыслов, чтобы спокойно исполнить твою волю? И едва она сделала этот вопрос, как Бог уже отвечал ей в её собственном сердце: «Не жалей ничего для себя; ни ищи, не волнуйся, не завидуй. Будущее людей и твоя судьба должна быть неизвестна тебе; но живи так, чтобы быть готовой ко всему. Если Богу угодно будет испытать тебя в обязанностях брака, будь готова исполнить его волю... После молитвы, перекрестившись, княжна сошла вниз, не думая ни о своём платье, ни о причёске, ни о том, как она войдёт и что скажет. Что могло всё это значить в сравнении с предопределенением Бога без воли которого не падает ни один волос с головы человеческой».

Тем, кто не читал романа, следует сказать, что Всевышний услышал молитву княжны. Он отвёл от неё разврата красавца и послал семью именно такую, какая виделась ей в мечтах, и о которой она просила Господа.

К великому сожалению, молодёжь очень мало читает классическую литературу, которая требует аналитического мышления. Уже который раз подряд слышу рекламу по ТВ., суть которой в том, что скоро на таком-то канале будет демонстрироваться фильм, в котором он не знает, как зовут её, она не знает, как зовут его. Чистый секс, только секс. Не пропустите! Спрашивается, зачем «включать» аналитическое мышление для просмотра подобных фильмов?

С каких же пор начался процесс стремительного роста разводов в советский период? Намечается ли тенденция к их снижению? Для ответа на поставленные вопросы мы прибегли к анализу материалов Ярославского государственного Загса.

Несколько столетий христианская религия так решала проблему, развода: брак заключается раз и навсегда. В России развод разрешался только в особых случаях: когда один из супругов оказывался бездетным, когда совершалась измена и она была доказана свидетелями, когда один из супругов оказывался душевнобольным или был осуждён на длительный срок.

Революция разрушила такую установку. В.И. Ленин считал, что право человека на свободное заключение брака должно непременно подкрепляться правом на развод, когда супружеские чувства себя изжили.

Изменение закона о разводах привело к увеличению числа расторгающих брак.

Об этом свидетельствуют и данные архива. Нами был составлен график разводов с 1919 по 1926 гг., из которого видно, что в эти годы непрерывно увеличивалось число разводов, почти вдвое каждый год. Если в 1919 году разводов по городу и области было 146, то к 1926 году их число увеличилось до 2544.

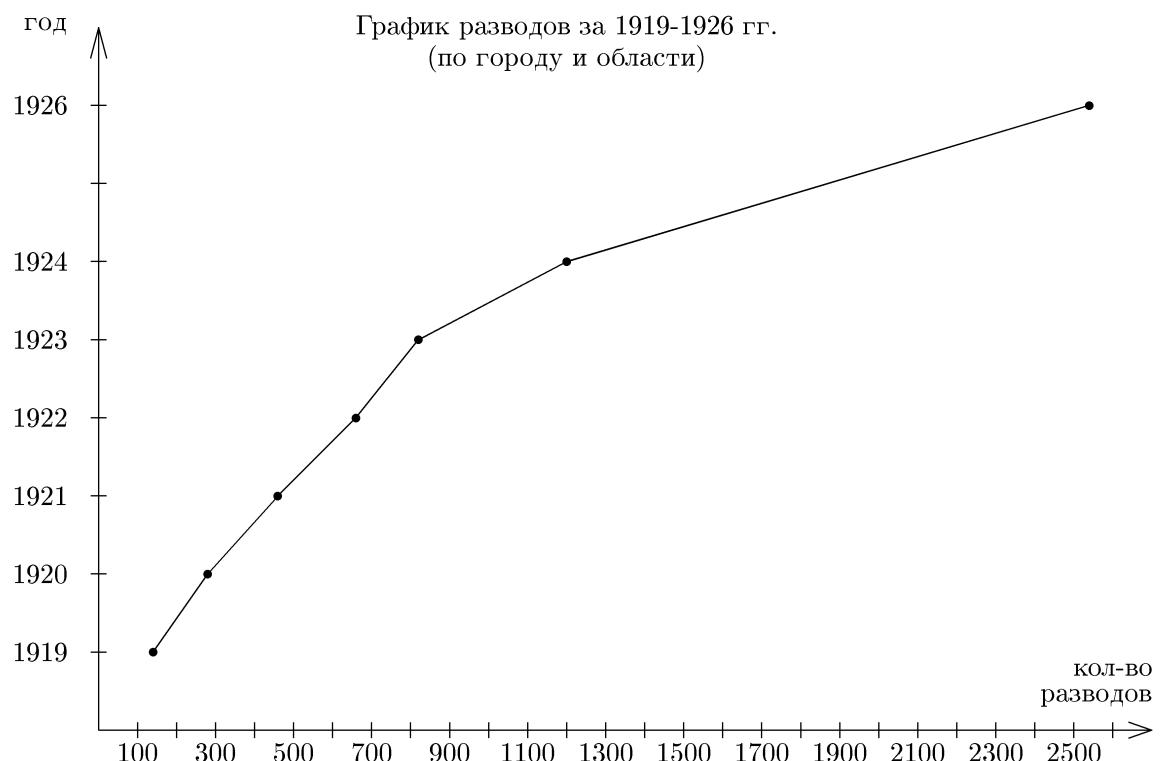
С 1986 г. по 1999 г. количество разводов то увеличивалось, то уменьшалось.

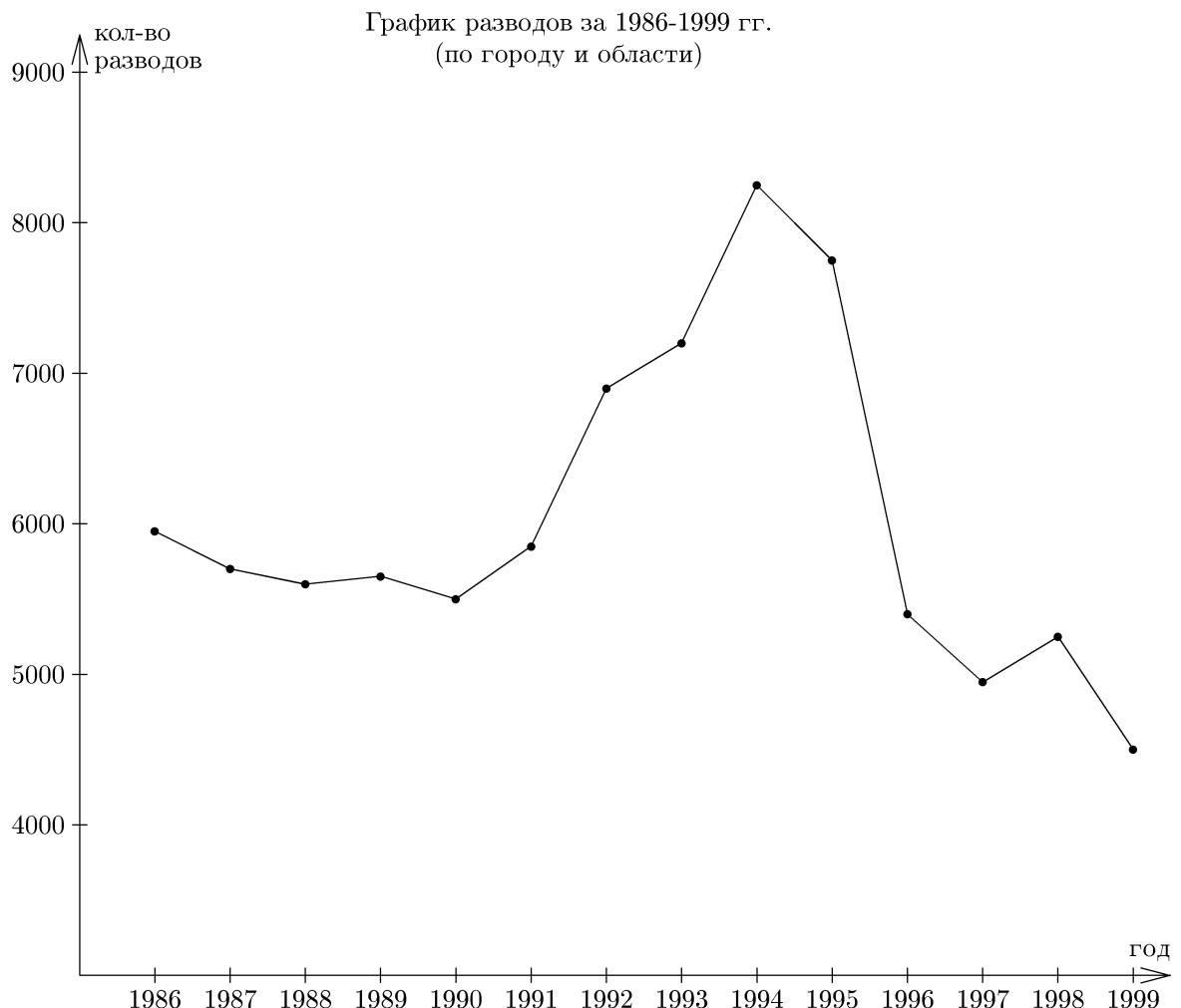
С 1986 года число разводов несколько уменьшилось. Это могло быть вызвано тем, что в 1984 году была принята реформа общеобразовательной средней школы, которая, «шла сверху» от ЦК КПСС и которую возглавил К.У. Черненко. Реформа имела семь направлений, одно из них было нацелено на укрепление семьи, воспитание детей, содружество семьи и школы.

С 1990 г. кривая разводимости пошла вверх. В 1990 году в стране начался социальный и экономический кризис. Реформа «забуксовала»; вступила в конфликт с социальными преобразованиями.

В 1994 г. уровень разводимости превысил половину от общего числа браков (на 10236 браков приходилось 8166 разводов).

С 1994 г. происходит спад, количество разводов уменьшается. Лишь в 1998 г. число бракоразводных процессов увеличивается, а затем опять идёт на убыль. Это можно объяснить тем, что в Ярославской области в это время вошла в силу областная комплексная программа «Семья» под руководством губернатора А.И. Лисицына.





Итак, по тем материалам, которые нам удалось изучить в архивах, можно с уверенностью говорить, что супруги стали злоупотреблять правом на развод. Малейшая причина может привести к конфликту. Возникнувший конфликт ни одна из поссорившихся сторон не начинает гасить первой. Каждый старается доказать другому, кто хозяин в доме. Ссоры учащаются по одним и тем же причинам. О детях не думает ни один из родителей. А ведь дети очень чутки к настроению родителей. Малейшая размолвка между ними переживается ребёнком, иногда очень глубоко, на всю жизнь. Вспомним, какое глубокое воздействие на душу маленького Алёши (Ф.М. Достоевский «Братья Карамазовы») оказали частые грубости отца по отношению к матери. Она умерла, когда Алёше было три года, но он очень хорошо помнит одну безобразную сцену, когда мать, крепко, крепко обнявшая его, молила за него Богородицу, а вбежавшая нянька (очевидно по приказу отца), вырвала его у матери. Алёша запомнил лицо матери в тот момент. Оно было исступлённым, но прекрасным.

Уже будучи взрослым Алёша всегда падал в обморок, когда в его присутствии отец ненароком или по прихоти оскорблял его маму.

Дети рождаются только с ощущениями и эмотивным тоном ощущений. Все остальные психические процессы развиваются после рождения. Чтобы они развивались правильно, во-время, приносили радость окружающим и прежде всего родителям, надо прилагать колоссальные усилия.

Воспитание личности – это очень тяжёлый труд. К нему надо готовить молодых людей, желающих вступить в брак. Это должны делать специалисты: социальные работники (психологи, педагоги), обладающие в той или иной мере психологической проницательностью, чтобы оперативно анализировать не только вербальную информацию, исходящую от клиентов, но и невербальную, которая подчас оказывается более достоверной, чем вербальная.

Говоря словами известного немецкого психиатра и психолога Эрнста Кречмера, социальный работник должен уметь пользоваться глазами сразу видеть и наблюдать без микроскопов и лабораторий, не теряя драгоценного времени.

Психологическая проницательность, рассматривается нами как познавательная способность, направленная на человека, будет способствовать эффективности результатов работы социальных служащих.

Для работы с семьёй как одним из важнейших факторов социализации личности социальных психологов и педагогов надо готовить специально.

Свою работу они должны начинать с профилактики негативных явлений в семье, а это значит работать с юношами и девушками, готовящимися вступить в брак. Для этого надо открывать консультационные пункты, школы для помолвленных молодых людей и пр.

Хорошо подготовленные специалисты должны разъяснять молодым людям о существовании социальных институтов, их функциях, главное место отводить семье как первому воспитательному социальному институту: знакомить с историей возникновения семьи, её функционированием, ролью в обществе и государстве, её значением в становлении личности и пр.

Уже на этой стадии проницательный социальный работник (психолог, педагог) может увидеть, кто из обратившихся к ним собирается создать семью, глубоко обдумав этот вопрос, кто по необходимости, а кто и вовсе по недомыслию. С каждой из названных пар должна вестись индивидуальная работа с использованием всех разновидностей общения. Соответственно и рекомендации каждой паре, готовящейся вступить в брак, должны быть разные.

Социальный работник должен уметь предвидеть проблемы, возможные в той или иной будущей семье, брать на особый учёт такие пары, наблюдать за ними после регистрации брака.

Семьи с риском асоциальности должны регулярно посещаться так, чтобы социальный работник стал в них своим человеком, которому можно доверить самые сокровенные мысли и чувства. Этому будет способствовать эмпатия, которая является обязательным компонентом психологической проницательности.

Особое внимание необходимо уделять семьям ожидающим ребёнка. Их надо готовить к трудностям, которые обрушатся на них с рождением маленького существа и потребуют жертвенности. Родителям придётся отказаться от многого, что было для них привычным. Ведь явившееся на свет крошечное существо настолько беспомощно, что потребует постоянного

присутствия около него взрослого человека. В то же время не надо фиксировать внимание будущих родителей только на жертвенности.

Замечательный учёный и человек Евгений Иванович Бейко говорил, что не признаёт никаких чудес на свете, кроме одного. Это чудо – рост и развитие ребёнка.

Каждый день растущий и развивающийся ребёнок будет радовать окружающих взрослых появлением новых и новых «чудес» психического развития, надо только научить будущих родителей правильно использовать первые механизмы социализации: импринтинг и подражание, порекомендовать нужную психологическую и педагогическую литературу, которая бы стала настольной, по крайней мере до тех пор, пока в процесс социализации личности не включится другой социальный институт – детский сад.

Не обладая психологической проницательностью, хотя бы на среднем уровне, социальный работник не сможет быть полезным в должной мере семье, нуждающейся в его помощи.

Литература

1. Андреева Г.М. Социальная психология, МГУ, 1980, 415 с.
2. Афанасьева Т.М. Семья. – М.: Просвещение 1986.
3. Борисова А.А. Психологическая проницательность. Ярославль, 1999, 447 с.
4. Брускова Е.С. Урок после уроков. – М.: Знание, 1987.
5. Буянов М.И. Ребёнок из неблагополучной семьи: Записки детского психиатра. – М.: Просвещение, 1988.
6. Григорьев Е. Дети после развода. Журнал «Семья и школа», № 5, 1995.
7. Дружинин В.Н. Психология семьи. – М.: Прогресс, 1986.
8. Ковалёв С.В. Психология семейных отношений. М.: Педагогика, 1987
9. Козлов В.В. Некоторые психологические особенности личности младшего школьника из неполной семьи. – Обучение и воспитание младшего школьника: Сборник научных трудов: Темплан, 1993.
10. Краткий психологический словарь / Под ред. А.В. Петровского и М.Г. Ярошевского, М.: Изд-во полит. лит., 1985.
11. Овчарова Р.В. Семейная академия: Вопросы и ответы. – М.: Просвещение, 1996.
12. Фомина Л.В. Социально-психологические проблемы делинквентности подростков. Автореферат дисс. канд. психол. наук. Ярославль, 1998
13. Харчев А.Г. Современная семья и её проблемы. – М.: 1978.
14. Шмелёв А.Г. Острые углы семейного круга. – М.: Знание, 1986.

ФЕНОМЕН ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СГОРАНИЯ У СУДЕЙ, А ТАКЖЕ ОТДЕЛЬНЫХ КАТЕГОРИЙ РАБОТНИКОВ АППАРАТА СУДОВ.

Гордеева Е.Г., Агапова М.В., Пахтусова Е.Е., Искандирова А.Б., Москва

Изучение феномена эмоционального выгорания, как механизма психологической защиты (приобретенный стереотип поведения, который проявляется в уменьшении эмоционального реагирования, как в личной, так и в профессиональной сфере), проводилось нами среди работающих специалистов психологов, психотерапевтов и психиатров. С результатами данного исследования можно познакомиться в сборнике материалов 5 Всероссийской

конференции «Душевное здоровье человека – духовное здоровье нации» (2002г).

Одна из тем конференции по вопросам использования методов психоаналитического обследования претендентов на должность судьи и психологического обеспечения деятельности судей, а также отдельных категорий работников аппарата, проводившейся по инициативе судебного Департамента, звучала как медико-психологическое исследование и реабилитация эмоционально – психологического состояния судей. Синдром эмоционального выгорания включает в себя многие симптомы дистресса, симптомы именно психологических проблем или нарушений. Поэтому для изучения психо-эмоционального состояния судей, мы использовали именно эту методику, как основную.

Задачей проведенного исследования стало выявление уровня сформированности психологической защиты в форме эмоционального выгорания у профессионалов, т.е. реально работающих судей. Интерес представляет именно прогнозирование дисфункциональных следствий, когда «выгорание» отрицательно сказывается на исполнении профессиональной деятельности и отношениях с партнёром (клиентом, коллегами).

В уменьшении эмоционального реагирования имеется, как положительный момент, поскольку уменьшение эмоционального реагирования позволяет человеку дозировать и экономно расходовать энергетические ресурсы, так и отрицательный момент, когда «выгорание» отрицательно сказывается на исполнении профессиональной деятельности и отношениях с партнерами.

Методика «диагностики уровня эмоционального выгорания» В.В.Бойко, позволяет выявить сформированность фаз стресса – «напряжение», «резистенция», «истощение» и ведущие симптомы «выгорания».

Первая фаза стресса - «напряжение», состоит из следующих симптомов:

переживание психотравмирующих обстоятельств (насколько близко к сердцу человек принимает травмирующие ситуации);

неудовлетворенность собой;

ощущение загнанности в клетку;

тревога или депрессия.

Вторая фаза стресса - «резистенция», состоит из следующих симптомов:

неадекватное избирательное эмоциональное реагирование (эмоциональная лабильность);

эмоционально-нравственная дезориентация (неспособность контролировать эмоции в рамках морально-этических норм)

расширение сферы экономии эмоций (избегание ситуаций, когда необходимо проявление эмоций, участия, сопротивления);

редукция профессиональных обязанностей

Третья фаза стресса - «истощение», состоит из следующих симптомов:

эмоциональный дефицит;

эмоциональная отстраненность;

личностная отстраненность (деперсонализация);

психосоматические и психовегетативные нарушения.

По итогам тестирования можно сказать, какие фазы стресса уже сформировались или находятся в стадии формирования, какие симптомы доминируют.

По количественным показателям можно судить о том, насколько каждая фаза сформировалась, какая фаза сформировалась в большей или меньшей

степени. Исходя из этих данных, можно планировать тактику психотерапевтической помощи и психологической реабилитации судей.

Данная методика не дает достаточно полной картины психоэмоционального состояния личности, на основании ее можно лишь говорить о наличии того или иного синдрома или симптома. Поэтому в дополнительный пакет исследовательских методик вошли: методика диагностики уровня невротизации личности Л.И. Вассермана, которая направлена на определение выраженности эмоциональной возбудимости; методика дифференциальной диагностики депрессивных состояний Зунге, адаптированная Т.И. Балашовой, разработанная для дифференциальной диагностики депрессивных состояний и состояний, близких к депрессии. Пакет подобран таким образом, что многие шкалы из разных методик коррелируют друг с другом, что позволяет наиболее дифференцированно подойти к оценке результатов методики эмоционального выгорания, а также являются своеобразной шкалой лжи для «выявления эмоционального выгорания».

По результатам исследования можно предположить возникновение вероятных трудностей в некоторых сферах жизнедеятельности личности. Такие как: стрессовая астения, уменьшение сил, в связи с этим ограничение себя в жизни на уровне среды и окружения; на уровне возможностей и способностей – человек ограничивает возможности воплощения своих идей, творческого потенциала и дальнейшего развития себя как личности; на уровне ценностей и убеждений – как обедняются ценности, духовные подменяются бытовыми и материальными, появляется цинизм; на уровне личности, сущности – возможно снижение самооценки или «звездной болезни», появление психопатологических симптомов, психосоматических расстройств.

Методика диагностики уровня невротизации Л.И. Вассермана, высокий показатель уровня невротизации свидетельствует о выраженной эмоциональной возбудимости, в результате чего появляются негативные переживания (тревожность, напряженность, беспокойство, растерянность, раздражительность); о безынициативности; низкий уровень невротизации свидетельствует: об эмоциональной устойчивости; о положительном фоне переживаний (спокойствие, оптимизм); об инициативности; о чувстве собственного достоинства.

Методика дифференциальной диагностики депрессивных состояний Зунге, адаптированная Т.И. Балашовой, опросник разработан для дифференциальной диагностики депрессивных состояний и состояний, близких к депрессии, в целях предварительной доврачебной диагностики. Результаты могут отразить различные уровни депрессии: от состояния без депрессии до истинного депрессивного состояния.

Дополнительные методики (Зунге, Вассерман) позволяют выявить корреляцию между шкалой «Напряжение» методики эмоционального выгорания, которая включает в себя переживание психотравмирующих обстоятельств, неудовлетворённости собой, тревоги и депрессии с методикой диагностики депрессивных состояний. Шкалы эмоциональной и личностной отстранённости (методика эмоционального выгорания) с методикой исследования уровня невротизации личности Вассермана и т.д.

Шкала «тревога и депрессия» из методики эмоционального выгорания коррелирует с методиками изучения уровня невротизации личности и диагностики депрессивных состояний.

Исследование проводилось в судах г. Подольска, в обследовании принимало участие 28 человек, судьи с различным стажем работы.

Результаты исследования таковы: 25% - участников обследования имеют хотя бы одну сформированную фазу синдрома профессионального выгорания – это или «напряжение» или «резистенция» или «истощение». Чаще всего это сформированная или находящаяся в стадии формирования фаза «резистенции», включающая в себя симптомы неадекватного эмоционального реагирования, эмоционально нравственную дезориентацию, расширения сферы экономии эмоций и редукции профессиональных обязанностей.

47% - обследуемых имеют хотя бы по одному сложившемуся или складывающемуся симптуму эмоционального выгорания, чаще это симптомы эмоциональной и личностной отстранённости, неадекватного эмоционального реагирования, и т.д.

6 % испытуемых имеют психосоматические и психовегетативные нарушения в качестве сформировавшегося и доминирующего симптома.

Остальные участники обследования не имеют выраженных психо – эмоциональных нарушений, в основном это люди, работающие менее 10 лет в данной профессии.

В беседе, которая проводилась перед обследованием, специалисты говорили о своих психо-эмоциональных проблемах, отмечали у себя психосоматические симптомы, такие как головные боли, трудности со сном. Трудности в эмоциональной сфере – депрессивные состояния, излишняя эмоциональная включенность в работу (переживания, связанные с судебными процессами), трудности в семейных взаимоотношениях, связанные с профессиональной занятостью и усталостью, тревожность.

Судьи, говоря о своих эмоционально – психологических проблемах, высказывали пожелание получать квалифицированную психологическую и психотерапевтическую помощь. Они говорили о том, что встреча с психологом или психотерапевтом необходима им хотя бы один раз в полгода. Говоря о запросе на такой вид помощи, особо отмечают темы эмоциональной разгрузки, релаксации, снятия психологического напряжения.

Данные психологического обследования и субъективная оценка своего состояния самими судьями позволяет говорить о необходимости психологического и психотерапевтического обеспечения их деятельности.

Тема исследования психо-эмоциональных нарушений у судей и их последующей психологической реабилитации и психокоррекции требует более глубокого и детального изучения специалистами, занимающимися проблемами данной области.

ДИНАМИКА ТРЕНИНГОВОЙ ГРУППЫ

Демчук И.В., ЯрГУ

В последние десятилетия все больше растет интерес к психологическому тренингу как методу работы с группой в целом, несмотря на тот очевидный факт, что любому отдельно взятому участнику внимания в данном случае уделяется сравнительно меньше, чем при индивидуальной работе. Наиболее известны различные социально-психологические тренинги групповой работы, направленные на решение проблем межличностного взаимодействия, коммуникации, многочисленных конфликтов, личностного роста и т.д.

Разработаны многочисленные методы и техники изучения их внутригрупповых процессов, динамики.

Психология шагнула дальше. Особое значение в конце XX века стали приобретать тренинги с использованием интегративных интенсивных психотехнологий (ИИПТ), оперирующие человеческим сознанием. Работая с глубинными пластами бессознательного, человек познает картографию внутреннего пространства, и учится осознанно ориентироваться в нем. Лидер-групп является инструктором по использованию различных техник работы, но не руководитель непосредственно группового процесса. Все, что происходит в группе – происходит спонтанно. Интерес представляет то, как функционирует группа в ходе тренинга, каковы ее динамические процессы, более того, существуют ли объективные методы их изучения?

С целью изучения групповой динамики было проведено исследование группы, участвующей в тренинге «Инсайт», проходивший с 19 по 26 октября 2002 года под Ярославлем.

Цель исследования – изучение динамики группы.

Предмет исследования – показатели динамики сплоченности группы, изменения личностного статуса членов группы и соотношения восприятия члена группы и его самооценки.

Объект исследования - группа из 33 человек в составе 15 женщин, 18 мужчин. (Лидер-групп также выступил объектом исследования). Возраст участников колеблется от 19 до 60 лет. Основной же возрастной массив – это 21- 40 лет. Группа подобрана случайным образом.

Методы исследования: «Психометрический метод Дюке» и социометрическая анкета. Было проведено три замера испытуемой группы: в первый день тренинга, на четвертый и шестой день. Полученные эмпирические данные обрабатывались с помощью сравнительного анализа по t-критерия Стьюдента для выявления значимости различий, коэффициент линейной корреляции для выявления взаимосвязи между показателями, однофакторный дисперсионный анализ и коэффициент ранговой корреляции Спирмена.

В ходе исследования были выдвинуты следующие гипотезы.

Существует положительная динамика уровня сплоченности группы во времени в процессе тренинга по ИИПТ.

Существует связь между показателями динамики сплоченности группы и половозрастными характеристиками группы.

Существует динамическая взаимосвязь между оценкой индивида членами группы и его самооценкой.

В ходе обработки результатов была выявлена значимая связь между независимой переменной «время» и зависимой переменной «сплоченность группы», что дает возможность для дальнейшего рассмотрения групповой динамики.

$t_1=4,5698$ (на 0,1% уровне значимости), т.е. значимость первых двух замеров;

$t_2=4,9049$ (на 0,1% уровне значимости), т.е. значимость второго и третьего замеров;

$t_3=8,8271$ (на 0,1% уровне значимости), т.е. значимость первого и третьего замеров.

С целью подтверждения статистической значимости результатов исследования по оценки групповой сплоченности были сравнены эмпирические

данные, полученные от двух разных методик («психометрический метод Дюке» и социометрическая анкета) методом ранговой корреляции Спирмена.

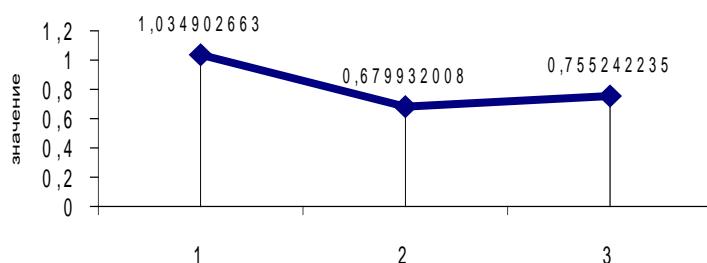
$$\left. \begin{array}{l} R_1=0,852858 \\ R_2=0,847844 \\ R_3=0,880444 \end{array} \right\} \text{на } 0,1\% \text{ уровне значимости.}$$

Во все трех замерах коэффициент достаточно высок, что и говорит о достоверности полученных данных.

Гипотеза об изменении показателя «групповая сплоченность» в сторону ее улучшения в конце тренинга по сравнению с началом подтверждается дисперсионным анализом [см. Приложение №1]. Уменьшение дисперсии ведет к увеличению групповой сплоченности, к повышению психологического единства группы. По сравнению с первым днем групповая сплоченность улучшилась к концу тренинга на 38 %. Следует отметить, что группа была более сплоченной в середине тренинга.

Динамика дисперсий

Приложение №1



Результаты показали, что в группе происходит изменение статуса в сторону улучшения. Уменьшение среднего социометрического статуса по группе в целом (1 замер – $k=6,244$, 2 замер – $k=5,208$, 3 замер - $k=4,201$) свидетельствует о возникновении более тесных отношений, об относительно равном восприятии друг друга членами группы.

Динамика рангов членов группы позволяет обнаружить лидеров и аутсайдеров [Приложение №2, табл. №1].

Таблица №1

	1 замер	2 замер	3 замер
Лидеры	33, 5, 30, 15, 10, 31, 20	33, 15, 5, 19, 30, 10, 13	33, 15, 13, 19, 32, 30, 11
Аутсайдеры	24, 7, 16, 4, 12, 1, 22	7, 2, 17, 18, 1, 14, 27	18, 2, 17, 7, 1, 9, 14
Явные лидеры	33, 15, 30		
Явные аутсайдеры	1, 7		

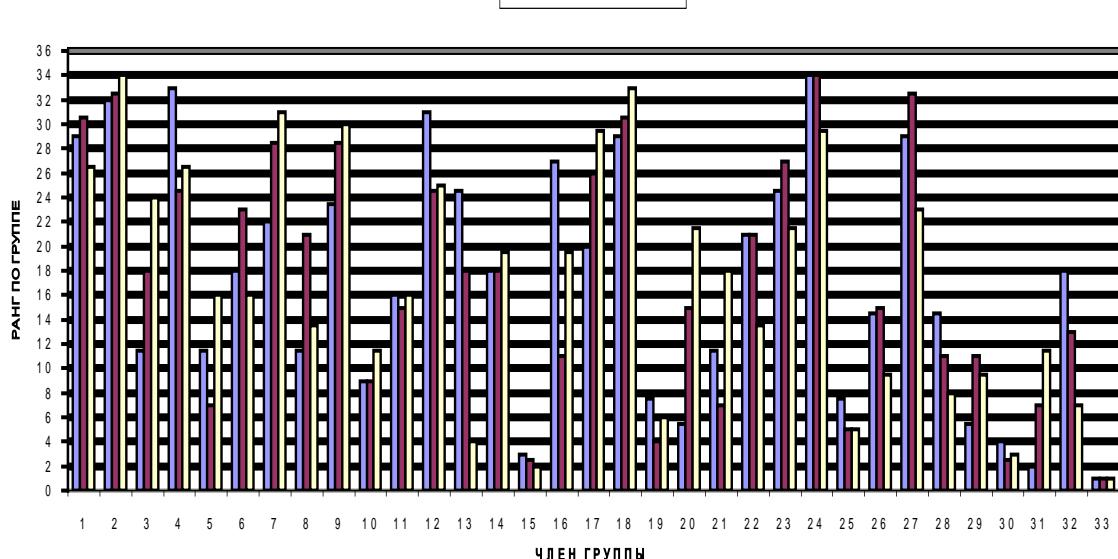
Явными лидерами группы являются мужчины 35-45 лет. Лидер-групп (33) на протяжении всего тренинга воспринимается участниками группы как абсолютный лидер. Следует отметить тот факт, что в числе лидеров группы практически отсутствуют женщины. Участница (5), занимающая второе место в группе, сместилась на 11, положительная динамика отмечена у участницы

группы под №32 – с 23 до 5 места. Среди аутсайдеров группы также подавляющее большинство составляют мужчины. Явными аутсайдерами группы являются мужчины более пожилого возраста.

Таким образом, можно сказать, что основной костяк группы составляют мужчины в возрасте 35-45 лет и женщины 21-35 лет.

ДИНАМИКА РАНГОВ ЧЛЕНОВ ГРУППЫ

Приложение №2



Особый интерес представляет проблема взаимосвязи восприятия членов группы и их самооценки, и рассмотрение показателя в динамике. В ходе обработки данных была выявлена незначительная связь между заданными переменными, особенно слабая связь в середине тренинга ($r_1 = 0,22961$, $r_2 = 0,17327$, $r_3 = 0,33206$). Но все же изменения произошли в сторону повышения взаимосвязи. Следует отметить и то, что при достаточно низком уровне данного показателя в середине тренинга показатель сплоченности группы самый высокий во втором замере.

Таким образом, в исследуемой группе наблюдается следующий процесс. Первые два дня происходит формирование внутригруппового климата, «вживание» индивидов в новую группу. Середина тренинга – стадия собственно «жизни» группы, члены которой наиболее сплочены, характерно наличие чувства единого целого группы, психологического единства. К концу тренинга происходит некоторое ослабление групповой сплоченности, сформировалась более точная взаимооценка членами группы друг друга, появились представления о личном статусе каждого в группе.

В перспективе планируется аналогичная обработка эмпирических данных, полученных с тренинга, проходившего 19-22 декабря 2002 года под Москвой. В отличие от октябрьской группы в декабре была вдвое меньше, что, возможно, отразится на ее сплоченности. Исследование разных тренинговых групп даст возможность выявить переменные, оказывающие влияние на групповую динамику.

ПСИХОДУХОВНАЯ ТРАНСФОРМАЦИЯ В КОНТЕКСТЕ ФЕНОМЕНОЛОГИЧЕСКОГО АНАЛИЗА.

Киселев Ю., ЯрГУ

Отвергая все, что нельзя воспринять
Обычным путем,
Можно ли освободиться от ущербности?
Дао Да Цзин

Целью данной статьи является рассмотрение проблемы психодуховного развития в контексте феноменологического анализа. Здесь мы хотели бы конспективно (из за ограниченного объема статьи) представить некую модель, метафору, которая на наш взгляд адекватно отражает механизм психотрансформации личности.

Прежде всего, рассматривая психическую реальность личности, ее природу и содержание следует учитывать представление сложившееся в рамках "вечной философии", а так же трансперсональной психологии о всеохватной космической природе сознания, которое (потенциально) является микрокосмосом. Такое представление не позволяет четко очертить границы психического, оно уходит в бесконечность и всеохватность. Однако человеческий разум не оперирует и не мыслит такими понятиями. Он стремится к конкретному, определенному, а потому и ограниченному представлению о психической реальности.

Каждый этап человеческой истории и индивидуального личностного развития сопровождается определенными представлениями о психической реальности. От этого содержания, точнее представления о нем, зависит и все бытие человека (как он воспринимает себя, окружающих людей, природу, весь мир). Это же представление создает определенный ряд экзистенций (форм существования) (Ж.П. Сартр) и экзистенциональных проблем.

Приведем несколько исторических примеров рассмотрения психической реальности и сознания. Представления о сознании тесно связаны с господствующими мировоззренческими установками, а потому античный космоцентризм, средневековый теоцентризм и антропоцентризм Нового времени формировали разное понимание содержания психической реальности.

Метафору печати на воске для описания сознания применяли Платон, Аристотель: как буквы отпечатываются на дощечке воска, так объект отпечатывается на «дощечке разума». Так было словесно оформлено представление о сознании.

Античная философия открыла только одну сторону сознания - направленность на объект, потому и была использована соответствующая метафора. Таким образом, психическая реальность, прежде всего, сводилась к процессу отражения внешней реальности.

В культуре христианства произошло одно важное событие: обострение потребности человека обращать внимание на собственные переживания. Она была вызвана необходимостью общения с трансцендентным Богом. Возникла практика такого общения — молитва. В ней человек должен погрузиться внутрь себя, отключиться от потока жизни, от чувственных восприятий, освободиться от диктата тела. Душа теперь — это то, что истинно существует, когда остается без мира, освобождается от него. Молитву всегда сопровождают душевые переживания. Вот они-то и становятся предметом внимания средневековых философов, которые начали искать формы и способы их выражения.

Плотин (философ неоплатоник) заложил основы серьезной проработки темы духовного содержания психики и связанной с ней темы сознания. В духовном опыте он выделяет три уровня. Первый — высший, где происходит отдохновение в Божественном. Чтобы выйти на этот уровень, надо, учили Плотин, пробудиться от своего тела, прийти к самому себе, стать недосягаемым для внешнего мира. Но долго, а тем более вечно, находиться в этом состоянии человек не может: он с необходимостью опускается на второй уровень — рефлексии и рассуждения. Третий уровень — низший. Здесь господствуют инстинкты и страсти. Сознание в структуре духовного опыта, по его мнению, есть как бы возмещение нашей недостаточности, нашей несостоительности, проявляющейся в том, что нам не дано пребывать постоянно в состоянии Божественной простоты. Если бы мы могли это делать, то жизнь духа стала бы нашей жизнью. Сознание — это какой-то центр между двумя теневыми зонами: безмолвной, не осознающей себя жизнью нашего "я" в Боге, и молчаливой, бессознательной жизнью нашего тела.

В Новое время происходит изменение взглядов на психическую реальность. Важно отметить, что отказ от Бога свидетельствовал о формировании нового духовного опыта людей, в котором не оказалось места для того высшего его уровня, который Плотин называл Божественной простотой, отдохновением в Божественном. А это значит, что прежний механизм формирования сознания, его понимания и объяснения был сломан, разрушен. Возникла необходимость переоткрыть сознание, по-новому его истолковать.

Единственной несомненной реальностью был признан индивид и его сознание. Р. Декарт — объявил, что акт "я мыслю" является самым простым и самым очевидным основанием существования человека в мире, а также самого мира.

Внутреннее духовное пространство, т.о. сжимается до предметно-логического содержания и переживаний, связанных с чувственностью. Поэтому Декарт все свое внимание обращает на тот уровень духовной жизни, который Плотин называл уровнем рефлексии и размышления. Бога в душе уже нет. Декарта интересует не доказательство бытия Бога, а метафизическое обоснование существования внешнего для человека мира.

Итак, Декарт заложил основы отождествления сознания и души с предметно-логическим содержанием. Религиозные и мистические компоненты опыта сознания были утеряны, в нем восторжествовали правила логики. Сознание перестали отличать от познания.

Знаковыми историческими фигурами также являются Карл Маркс и Зигмунд Фрейд, которые предложили свое видение содержания и природы психической реальности. Их представления оказали огромное влияние на всю психологическую мысль XX века.

В настоящее время происходит возрождение в философии и психологии (прежде всего трансперсональной) широкого, глубинного, включающее трансперсональные области взгляда на психическую реальность. Человек снова становится причастен к божественному, к Космосу (терминологию просьба рассматривать как общеупотребимую метафору).

Таким образом, на основе данного краткого исторического анализа мы приходим к убеждению, что рассмотрение психической реальности имеет феноменологический характер, то есть, зависит от тех психических процессов, феноменов с которыми она отождествляется в каждый конкретный

исторический период. Выбор осуществляется с помощью осознания, которое освещает какой-то определенный набор психических феноменов (в широком смысле) и не может по каким-либо причинам принять в область осознания другой ряд, область феноменов. Таким образом, с одной стороны осознание это то, что расширяет психическую реальность, принимает какую то часть психического содержания, но с другой стороны, и ограничивает объем воспринимаемого психического содержания определенными границами, которые имеют свою природу и свои причины.

На основе такого рассмотрения психической реальности мы можем ответить на вопросы, что же представляет тогда из себя психодуховный кризис и процесс психодуховной трансформации. Нам кажется, что для объяснения этих понятий следует привлечь и рассмотреть теоретическую модель феноменологического сдвига.

Феноменологический сдвиг может, на наш взгляд, иметь два уровня или вида:

сдвиг с идентификацией материального и социального порядка на область духовных идентификаций

второй вид обусловлен проникновением в сознание, в психический опыт личности ИСС, как агентов глубинных уровней психической реальности (архетипических, трансперсональных и т.п.). Этот вид может одновременно являться и причиной для первого описанного нами уровня феноменологического сдвига, т.е. провоцировать изменения личностной структуры идентификаций.

Говоря о феноменологическом сдвиге мы должны указать и возможные причины таких изменений. Встают такие вопросы как: благодаря чему наш феноменологический опыт может расширяться? Что может запустить такой процесс?

Можно, на наш взгляд, выделить два основных вида причин психодуховной трансформации личности:

Спонтанные. Они основаны на спонтанном самораскрытии психической реальности, как саморазвивающейся системы. Такой процесс часто является неожиданным для личности и требует соответствующей психологической поддержки.

Искусственно созданные условия для таких изменений. Хорошим примером являются ИИПТ (см. работы В.В. Козлова), где психологические изменения происходят в благоприятных поддерживающих условиях.

Таким образом, расширение психического опыта личности за счет расширения осознания и интеграции его в психической структуре личности является позитивным процессом психоразвития личности. Применение феноменологического подхода является адекватным (на наш взгляд) для создания методологической основы для теоретического осмысливания процесса психодуховной трансформации личности.

Литература

1. Гроф С. Путешествие в поисках себя: Измерение сознания. Новые перспективы в психотерапии и исслед. внутр. мира: Пер. с англ. -М, Издательство Трансперсон. Ин-та, 1994, - 338 с.
2. Гроф С. Области человеческого бессознательного. Опыт исследований с помощью ЛСД. - М. ИНИОН, 1992, -312с.
3. Гуссерль Э. Логические исследования. Картезианские размышления. Кризис европейских наук и трансцендентальная феноменология. Кризис

- европейского человечества и философии. Философия как строгая наука. - Мн.: Харвест, М.: АСТ, 2000.- 752 с.
4. Козлов В.В. Три аспекта психотехнологий, в социальной работе. Психотехнологии в социальной работе. / Сб. под. ред. Козлова В.В. - Ярославль, 1997, с. 9 -19.
 5. Козлов В.В. Истоки осознания - М., 1997 -363 с.
 6. Козлов В.В. Дао трансформации. - М.: "ПАНГЕЯ", 1998, 101 с.
 7. Козлов В.В. , Бубеев Ю.А. Измененное состояние сознания: психология и физиология. М., 1997 - 197с.
 8. Козлов В.В., Майков В.В. Основы трансперсональной психологии. Истоки, история, современное состояние. М.: Изд-во Института трансперсональной психологии, 2000. - 304 с.
 9. Пригожин И., Стенгерс И. Порядок из хаоса: Новый диалог человека с природой: Пер. с англ. / Общ. ред. В.И. Аршинова, Ю.Л. Климонтовича и Ю.В. Сачкова. - М.: Прогресс, 1986.- 432 с.
 10. Пути за пределы "эго" . Под ред. Роджерса Уолша и Фрэнсис Воон. - Пер. с англ. М. - Папуша, Е. Поле и К. Андреевой - М.: Изд-во Трансперсонального института, 1996. - 318 с.
 11. Философия. / Ред. В.П. Кохановский, -Ростов н/Д.: "Феникс", 1998. - 576 с.

ТЕНДЕНЦИИ ИЗМЕНЕНИЯ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ ОТ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА К ПОДРОСТКОВОМУ.

Мелешенкова И.П., ЮУрГУ

Гармоничное развитие личности ребенка возможно только при наличии здоровья, определяемого Всемирной организацией здравоохранения как состояние физического, психического и социального благополучия человека.

Ключевым для педагогов и психологов, работающих в системе образования, является понятие психического здоровья, включающее благополучие в эмоциональной и познавательной сфере, развитии характера и формировании личности, нервно-психическом состоянии детей и подростков.

Психическое здоровье не имеет пока классического определения. Вместе с тем накопленные исследования и анализ многочисленных определений позволяют считать, что психическое здоровье – это динамический процесс психической деятельности, которому свойственны детерминированность психических явлений, гармоничная взаимосвязь между отражением обстоятельств действительности и отношением индивидуума к ней, адекватность реакции на окружающие социальные, биологические, психические и физические условия, благодаря способности человека самоконтролировать поведение, планировать и осуществлять свой жизненный путь в микро- и макросреде.

Таким образом, психическое здоровье можно определить как одну из интегральных характеристик личности, связанных с ее внутренним миром и со всем многообразием взаимоотношений с окружением. Основными показателями наличия психического здоровья у личности являются ее внутренняя целостность и согласованность структурных компонентов, гармоничная включенность в социум и стремление к самоактуализации.

В докладах Комитета экспертов ВОЗ по проблемам охраны здоровья детей и подростков [9] отмечается заметное распространение нервно-психических расстройств среди детей и подростков: если в 30-х годах было выявлено 22–30 случаев неврозов на 1000 детей, то по данным 1979 года невротические и неврозоподобные состояния составляли уже 63 случая. Косвенным, но очень тревожным подтверждением роста нервно-психических нарушений у подростков служит резко возросшая в последние годы частота самоубийств среди них. Как считают специалисты, употребление наркотиков – это, на первом этапе, чаще всего реакция подростка на стресс. Несмотря на все эти тревожные факты, систематических эпидемиологических исследований и анализа нервно-психической патологии в мировом масштабе по существу еще не проводилось. Данные о распространенности различных нарушений в психике детей и подростков весьма неполны и противоречивы, что объясняется чрезвычайной сложностью детской психики, ее высочайшей пластичностью и динамичностью наряду с повышенной сенситивностью.

Еще в 1985 году в сборнике трудов ученых Института гигиены детей и подростков [9] указывалось на настоятельную необходимость получения сведений о распространенности различных форм нервно-психических расстройств среди детей и подростков, что «могут дать только сплошные и повторные исследования массивных контингентов. Это важно не только в научном, но и в практическом отношении для ранней терапии и действенной профилактики стойких нарушений. В подростковом возрасте – корни здоровья взрослых». Тогда же планировались широкие исследования комиссиями ВОЗ и МЗ СССР с целью анализа этиологии, клинической структуры и эпидемиологии пограничных нервно-психических нарушений, в том числе – аномалий развития личности.

Можно предположить, что эти планы не были осуществлены или осуществлены лишь в очень ограниченных масштабах, исходя из того, что последующий исторический период был связан с развалом СССР и обнищанием науки, а также сферы образования и здравоохранения в нашей стране.

Школьные психологи, например, появились в школах г. Челябинска только 5–6 лет назад, их деятельность во многом обусловлена общеобразовательными потребностями школы и направлена в основном на изучение интеллектуальных способностей детей. Необходимость в более глубоком изучении личности школьника возникает, как правило, только при его зачислении в категорию «трудных» или в случае конфликтных ситуаций.

Школа как социальный институт оказывает огромное влияние на формирование личности школьника. Здесь он получает образование, осваивая начала многих наук, а также некоторых профессий. При этом развиваются его интеллектуальные способности, определяются профессиональные интересы. В общении со сверстниками и учителями он приобретает навыки межличностных и социальных отношений. Школа дает выпускнику «путевку в жизнь», документ об образовании, что накладывает особую ответственность на всех участников образовательного процесса.

Школа как составная часть системы образования является также одним из элементов общественной и экономической жизни нашего государства. Таким образом, опосредованно, через школьную жизнь, школьник-подросток вступает во взаимодействие со всем нашим обществом, которое, в свою очередь, переживает затяжной кризис.

Исходя из выше сказанного, в настоящее время имеется острая потребность в изучении состояния психики современного школьника, особенностей развития его личности в условиях социально-психологического кризиса.

В предыдущих наших работах [4-8] основное внимание было уделено особенностям протекания подросткового кризиса и формирования личности подростка в нестабильных условиях современной российской действительности. Было показано, что значительная часть подростков (84% девочек и 53% мальчиков) являются группой риска для возникновения неврозов.

Логично было отнести эту нестабильность психоэмоциональной сферы подростков, а именно: повышенную тревожность, агрессивность, большое количество страхов, к проявлениям подросткового кризиса. В то же время возник вопрос, какова же ситуация у младших школьников, какие тенденции можно выявить у них. Специалисты утверждают, что корни неврозов закладываются еще в ранние годы жизни, а затем лишь проявляются в полной мере, особенно в подростковом возрасте.

Для исследования были выбраны учащиеся трех классов МОУ "Средняя школа №5" г. Челябинска (два первых и один второй классы), т.к. именно в этой школе ранее изучались большие группы учащихся 5-11 классов. В исследовании участвовали 98 учащихся, из них 42 девочки и 56 мальчиков в возрасте 8-9 лет. Для изучения их психоэмоциональной сферы были использованы следующие тесты: "Возрастные страхи" в редакции А.И.Захарова [3], "Шкала явной тревожности CMAS", «Неоконченные предложения» и проективная методика «Несуществующее животное». Эти тесты дополняют друг друга и позволяют выявить детей с отклонениями в эмоциональной сфере, а также негативные тенденции: страхи, тревожность, защитные тенденции, агрессию и другие на бессознательном уровне.

Таблица 1. Наличие негативных тенденций (показатели выше нормы) у младших школьников.

	Возрастные страхи		Явная тревожность		На бессознательном уровне		Наличие 2-х факторов выше нормы	
	Кол-во чел.	%	Кол-во чел.	%	Кол-во чел.	%	Кол-во чел.	%
Мальчики	19	34	21	38	27	48	13	23
Девочки	22	52	24	57	20	48	14	30
Всего	41	42	45	46	47	48	27	27

В таблице 1 показано общее количество и % детей, имеющих показатели выше нормы по тестам: «Возрастные страхи» - количество более 14, «Шкала явной тревожности» - повышенную тревожность (7-10 стен), а в рисунке на тему «Несуществующее животное» - тенденции защиты, тревожности или агрессии. Также указано количество детей, имеющих превышение нормы по двум первым тестам одновременно.

В нашей работе [8] мы относили в группу риска для возникновения неврозов, согласно характеристике первого этапа развития неврозов, предложенной В.И.Гарбузовым [1,2], тех детей, у которых хотя бы один указанный показатель выше нормы. Было показано также, что количество

возрастных страхов очень хорошо коррелирует с показателями тревожности, т.к. они имеют одну природу. Исходя из этого, группа риска детей, имеющих повышенную тревожность, составляет 47% от общего количества младших школьников (38% у мальчиков и 57% у девочек). Группа риска детей, имеющих два повышенных фактора - явную тревожность и количество возрастных страхов, составляет 27% от общего количества (23% у мальчиков и 30% у девочек). Эти дети имеют уже достаточно большую предрасположенность к неврозам.

Проективный тест “Несуществующее животное” дает значительную информацию о состоянии бессознательного уровня психики детей и выявляет тенденции тревожности, защиты и агрессивности, выраженные в разной степени. В нем, как показано в наших предыдущих исследованиях [7,8], наиболее ярко проявляются неосознанные тревога и страхи у мальчиков, т. к. мужской тип воспитания в большой мере способствует вытеснению страхов на бессознательный уровень. В рисунках мальчиков также ярко проявляется их вытесненная агрессивность.

Метод “Неоконченные предложения” выявил отношение учащихся к школе, учителю и к некоторым школьным ситуациям. Дети показали в подавляющем большинстве позитивное отношение к школе и своему учителю. Но в ситуации, когда они получают оценку “2”, только единицы находили позитивный выход: они исправляют эту оценку или советуются с родителями. Большинство детей испытывают страх или другие негативные эмоции, прежде всего – перед родителями. При ответе у доски 40% детей испытывают волнение. Это говорит о том, что в целом школьная жизнь младшими школьниками воспринимается позитивно, у них есть интерес к учебе, они радуются встрече с учителем, но у них вырабатывается устойчивый страх к своим неудачам в учебе. Можно предположить, что родители прежде всего предъявляют требования к учебе детей и, в гораздо меньшей степени, оказывают им реальную учебную или психологическую поддержку. Такой стиль поведения родителей также способствует повышению тревожности детей.

Все приведенные выше цифры и факты хорошо соотносятся с некоторыми особенностями, выявленными для подросткового кризиса, и позволяют их распространить и на младших школьников:

Чувствительность к угрожающим факторам и тревожность для девочек младшего школьного возраста значительно выше, чем у мальчиков.

Соответственно группа риска для возникновения неврозов у девочек больше, чем у мальчиков.

На бессознательном уровне у мальчиков часто одновременно представлены как тенденции тревожности, страха, так и агрессии, что характеризует противоречивое состояние психики, приводит к ее неустойчивости, способствует возникновению неврозов.

Младшие школьники имеют преимущественно позитивное отношение к школьной жизни, негативные ответы составили 25% всего количества и касались, в основном, ситуаций оценки их учебы.

Таким образом, можно сделать вывод, что в подростковом возрасте имеют продолжение и дальнейшее развитие такие негативные тенденции в психике ребенка как повышенные тревожность, страхи и агрессивность, которые уже представлены у значительной части младших школьников. Причем 27% учащихся 8-9 лет являются ярко выраженной группой риска как для возникновения неврозов, так и различных соматических заболеваний, к

которым приводит перегрузка психоэмоциональной сферы детей. С родителями всех этих детей были проведены индивидуальные консультации. Родители подтвердили неблагополучную ситуацию с их ребенком и обозначили факторы, которые могли способствовать ее возникновению. Перечень их достаточно обширен, и все они относятся к периоду раннего детства. К сожалению, у большинства родителей не сформировано четкого понимания опасности выше названных негативных явлений в психике ребенка и необходимости оказания целенаправленной психологической помощи детям на всех этапах их развития. Это уже вопрос повышения общей психологической культуры взрослых и детей.

Литература:

1. Гарбузов В. И. К вопросу об особенностях невроза навязчивых состояний у детей и подростков. - В кн.: Психические заболевания. - Л., 1970, С. 190-194.
2. Гарбузов В.И., Захаров А.И., Исаев Д.Н. Неврозы у детей и их лечение. - М.: Медицина, 1977.
3. Захаров А.И. Неврозы у детей и подростков. - М.: Медицина, 1988.
4. Мелешенкова И.П. Возможности профессиональной самореализации выпускников школы. Психотехнологии в социальной работе. Вып.6. Под ред. Козлова В.В. – Ярославль: МАПН, ЯрГУ,2001, С. 124 – 128.
5. Мелешенкова И.П. Исследование дифференциальных особенностей старших подростков. Влияние общественных организаций на развитие взаимодействия личности и общества. Сб. докл. регион. научно-практич. конф. под ред. Албеговой И.Ф. – Ярославль: ЯрОО "ЦПНО", 2000, С. 169-176.
6. Мелешенкова И.П., Козлов В.В. Структура и феноменология детских страхов // Социальная психология - XXI век. Т. 2. - Ярославль: МАПН, 1999, С. 81.
7. Мелешенкова И.П., Козлов В.В. Характерологические особенности подросткового кризиса. Психотерапия в социальной работе. Вып. 5. Сб. под. ред. Козлова В.В. - Ярославль: МАПН, ЯрГУ, 2000, С. 169-176.
8. Мелешенкова И.П. Комплексное исследование личности подростка в условиях социально-психологического кризиса. Автореф. дис. – Ярославль, 2001.
9. Психическое здоровье народов мира в 20 веке. - М.: ВНИИМИ, 1984.

**ИССЛЕДОВАНИЕ ВЗАИМОСВЯЗИ СВОЙСТВ ТЕМПЕРАМЕНТА С
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТЬЮ СТУДЕНТОВ РАЗНЫХ
СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ**
Морозова С.В., ЮУрГУ

Каждая профессия предъявляет определенные требования ко всему комплексу личностных качеств работника, особое место среди которых принадлежит свойствам темперамента. Индивидуальные особенности темперамента в определенной степени предопределяют профессиональную пригодность к какой-либо сфере деятельности и успешность в ней. Наиболее сложные вопросы в решении проблемы взаимосвязи типа темперамента и успешности профессиональной деятельности изучались В.С.Мерлиным, С.Л.Рубинштейном,

В.М.Русаловым, Я.Стреляу, Б.М.Тепловым, Е.А.Климовым, А.И.Щебетенко и другими [1,3,5]. В.П.Мерлин (конец 50-х гг.) стремился разрешить две основные проблемы психологии личности. Первая – это вопрос о психологической сущности темперамента. Вторая – это вопрос о связи темперамента и отношений личности, так как не только изучение темперамента, но и связь темперамента и личности является важным вопросом в психологии [2,3]. Проблемы взаимосвязи темперамента и профнаправленности студентов, их стиля деятельности выбора личностью жизненного пути в школе Мерлина изучались достаточно широко (Вяткин Б.А., Щукин М.Р., Андрос О.Я., Исмагилова А.Г. и др.) Формирование профессиональных склонностей определяются, как внешними социальными условиями (престиж профессии, образ профессии), так и индивидуальными свойствами личности, среди которых важное место занимают психодинамические свойства. При изменяющихся социальных условиях может меняться характер взаимосвязей профессиональных склонностей и индивидуальных свойств личности. Именно поэтому изучение этих взаимодействий в новых социальных условиях и определяют активность темперамента.

Актуальность данной темы связана с изменениями взглядов общества на личность, на его роль в производстве, политике, экологии. Новая управленческая парадигма ставит на первое место в экономике «человеческий фактор», а это требует новых методов управления человеческими ресурсами, раскрытия и более полного использования человеческого потенциала, что в свою очередь, повышает роль психологических знаний об индивидуальности человека.

В настоящее время в современных условиях сама профессиональная деятельность требует определенного стиля деятельности, а стиль зависит от определенных склонностей и определенных требований к профессии, к темпераменту. Профессиональная направленность личности студента является предпосылкой эффективного владения и осуществления профессиональной деятельности. Развитие профессиональной направленности должно осуществляться на всех этапах обучения [7] (ориентация старшеклассников на профессию, в период обучения студентов в вузах.. []). Исследование профнаправленности абитуриентов проводились в 1987 г. в ЧПИ и успешно. В них установлено, что степень выраженности профессиональных интересов абитуриентов поступающих на разные специальности зависит от популярности и престижности профессии, а также установлены различия по свойствам темперамента у студентов в зависимости от факультета. Это является косвенным подтверждением мысли о взаимосвязи темперамента и профессиональных склонностей.

Отдавая должное индивидуальным склонностям, обусловленным врожденными чертами личности, нельзя упускать и того, что в современном обществе удовлетворенность человека своей профессией зависит не только от самого процесса труда, но и от внешних существенных моментов – престижа профессии, оказывающее огромное влияние на работающего или претендента... Престиж

профессии, несомненно, играет большую роль и в выборе деятельности. Нельзя исключить, что в некоторых случаях профессия может совершенно не удовлетворять человека, не соответствовать его индивидуальным данным, тем не менее для него останется притягательным ее престиж [4].

В настоящее время появилась тенденция выбора престижных профессий, где мотив выбора, - престиж, а не учет своих возможностей, и следовательно, возрастает количество студентов обучающихся «не на своем месте». Т.к. студенты могут учиться на контрактной основе, то может преобладать мотив получения диплома, а не степень профессиональных интересов, что затрудняет подготовку специалистов и снижает личностную и эмоциональную удовлетворенность.

Таким образом, практическая значимость изучения взаимосвязи профнаправленности и личностных характеристик заключаются в решении проблемы наиболее успешной адаптации молодежи к профессиональному образованию.

Задачи исследования:

Сравнить направленность и степень сформированности профессиональных интересов у студентов разных специальностей, как показатель осознанности профессионального выбора;

выявить различия в психодинамических характеристиках студентов разных специальностей, как показатель энергодинамических возможностей субъекта деятельности;

определить характер взаимосвязей психодинамических свойств и профнаправленности личности с точки зрения интегральной индивидуальности.

Объект исследования: студенты приборостроительного (ПС) факультета 4 курса ($n=86$ чел) и студенты 4 курса факультета учителей начальных классов (УНК) педагогического университета, будущие педагоги ($n=83$ чел).

Необходимо подчеркнуть, что деятельность будущих инженеров связана с математическим моделированием информационных систем, цифровой обработкой, компьютерной графикой и т.д.

Предмет исследования: различия в характере профнаправленности интересов и структуре взаимосвязей между формально-динамическими свойствами и профессиональными интересами студентов разных специальностей.

Методы и методики. Для определения профессиональной направленности были выбраны две методики: ОПГ (опросник профессиональной готовности) Кабардовой.

Для определения психодинамических свойств использовался опросник В.М.Русалова (ОФДСИ), в котором 12 формально-динамических свойств индивидуальности: эргичность, пластичность, скорость и эмоциональный порог в трех сферах поведения: психомоторной, интеллектуальной и коммуникативной [8]

Результаты исследования различий профессиональных склонностей

Результаты выраженности (таблица 1) показывают, что у студентов ПС факультета достаточно широкие интересы (по показателям среднегрупповых значений «знак» -22,7; «техника» - 21,1; «природа»- 9,3; «худ.образ»- 14,4; «человек» - 24,8) У педагогов интересы более узкие и преобладает интерес к типу профессии «Ч-Ч», это свидетельствует, что у педагогов интерес соответствует их будущей профессии.

Таблица 1.

Результаты различия профессиональных склонностей

Пок-ли Группы		Знак	Техника	Природ а	Худ. Образ	Человек
ПС N= 86	$\bar{x}_{ср}$	22,7	21,1	9,3	14,4	24,8
	σ	4,92	6,15	6,16	6,35	5,34
Пед N=83	\bar{x}_{pc}	18,81	9,79	11,78	18,09	29,29
	σ	4,62	5,5	4,77	4,39	4,68
t – кр. Стьюоде нта		5,32***	12,7***	2,94**	4,41***	5,84***

Примечание: значимость по t-критерию Стьюдента (*-p<0,05; **-p<0,01; ***-p<0,001)

Как и предполагалось (таблицы 1) наибольшее различие в профинтересах между группами студентов – различия связаны с особенностями их типов профессии «Ч-Ч» и «Ч-Т» и «Ч-З». Однако у студентов- педагогов обладает ярко выраженный интерес – «Ч-Ч» и наиболее низкий уровень к «Ч-Т», в то время как у студентов ПС профессиональные интересы выражены к трем типам профессии. Все различия выражены и находятся на значимом уровне.

Однако высокие значения по «Ч-Ч» можно объяснить наличием в выборке ПС факультета числа студентов женского пола (29 чел), у которых наравне с интересами «Ч-З» высоки и значения по «Ч-Ч».

Рассматривая соотношение студентов имеющих разный уровень выраженности, профессиональных склонностей можно отметить более высокую направленность к профессии «Ч-Ч» у студентов-педагогов видим, что 77 % имеют высокий уровень выраженности своей профессии. У студентов ПС факультета высокий уровень профессиональных склонностей к типу профессий «Ч-З» наблюдается у 69 % группы и у них же 49 % имеют

Высокий уровень интересов к типу «Ч-Ч». В то время как у студентов - педагогов интересы к профессии «Ч-З» ярко выражены у 8,4 %, что еще раз подчеркивает их более выраженную узкую направленность.

К такому типу профессии, как «Ч-Х» у студентов – педагогов имеют средний уровень выраженности интересов 82 %, а студенты ПС факультета имеют уровень 50 %. Это говорит о том, что для студентов – педагогов тип профессии «Ч-Х» является более привлекательным, чем для студентов ПС факультета. Таким образом

мы можем говорить о различии выраженности интересов в соответствии с выбранными специальностями.

Различия в психодинамических характеристиках

Результаты представлены в таблице 2.

Таблица 2.

Психодинамические характеристики групп

Пок-ли Группы		ЭРМ	ЭРИ	ЭРК	ПМ	ПИ	ПК	СМ	СИ	СК	ЭМ	ЭИ	ЭК
ПС N= 86	$\bar{x}_{ср}$	31,5	33,5	34,7	33,9	28,9	28,7	34,5	33,9	35,5	26,5	31,4	28,9
	σ	5,86	4,27	6,17	4,11	3,59	4,16	4,5	4,38	5,25	4,35	5,15	4,9
Пед N=83 t – кр. Стьюден та	\bar{x}_{pc}	30,5	28,8	36,7	33,9	28,2	29,9	34,0	30,1	37,0	27,4	32,7	30,9
	σ	5,08	4,46	4,74	3,85	3,9	5,22	5,1	5,0	4,59	4,04	4,73	4,22
		н/з	5,59* **	2,37*	н/з	н/з	н/з	7,08* **	1,98*	н/з	2,56*	2,86***	

Примечание: значимость по t-критерию Стьюдента (*- $p<0,05$; **- $p<0,01$; ***- $p<0,001$)

Значимые различия наблюдаются в пяти свойствах из 12 ОФДС. Это по показателям ЭРИ, СИ, СК, ЭИ, ЭК, ЭрК. Все эти различия связаны со свойствами интеллекта и свойствами поведения в коммуникативной сфере (СК, ЭрК). Это отражает специфику будущей профессиональной деятельности студентов обеих групп. Студентам ПС факультета предъявляются высокие требования к характеристикам умственной активности, а педагогам – в сфере коммуникативной активности. Именно по этим сферам более высокие показатели соответственно в каждой группе, что и подтверждает сделанные ранее выводы о влияние роли темперамента в профессиональном становлении.

Рассматривая корреляционные связи по показателям ОФДС можно сказать, что общее количество связей в целом одинаково в обеих группах, однако различие наблюдается в соотношении положительных и отрицательных связей. У педагогов всего 6 отрицательных связей, а у студентов ПС факультета их 13. Примечательно, что в обеих группах отрицательные связи приходятся на показатели эмоциональной сферы, но у студентов ПС факультета их намного больше. В обеих группах наибольшее количество связей приходится на показатели интеллектуальной сферы (ПИ – 8 корреляций, СИ – 9 корреляций), а это значит, и скорость мышления является одинаково важными показателями для обеих групп. Эмоциональные характеристики являются отрицательным фактором выполнения проявления интеллектуальных составляющих темперамента.. То ли это говорит о специфике возраста, то ли это характеристика требования учебной деятельности. В то время как у студентов педагогов эмоциональные свойства связаны в большей степени с ЭРИ, ЭРК. Так же связи отрицательны. Следовательно, для педагогической деятельности эмоциональные компоненты играют негативную роль проявлений общей активности и интеллектуальной активности.

Выводы: Таким образом исследования подтверждают различия в профессиональной направленности студентов и их связи с психодинамическими характеристиками. Различия психодинамических характеристик проявляется как по уровню выраженности, так и в структуре взаимосвязей. Полученные результаты могут учитываться в организации учебного процесса при подготовке специалистов.

Литература

1. Белоус В.В. К исследованию влияния типов темперамента на эффективность индивидуальной и совместной деятельности // Вопросы психологии. – 1986. - № 3 – С113-120
2. Вяткин Б.А. Интегральная индивидуальность человека и ее развитие в специфических условиях спортивной деятельности // Психологический журнал. – 1993. -№2-С73 – 83
3. Вяткин Б.А. Лекции по психологии интегральной индивидуальности человека / Перм.гос.ун-т. –Пермь, 2000.
4. Гуревич К.М. Профпригодность и основные свойства нервной системы, 1970.
5. Мерлин В.С. Очерк интегрального исследования индивидуальности. – М., 1986.
6. Психологические проблемы профориентации учащихся: Межвузовский сборник научных трудов –Челябинск, ЧГПИ, 1990.
7. Психология и практика. Ежегодник российского психологического общества. Том 4, выпуск 2, Ярославль, 1998.
8. Русалов В.М. О природе темперамента и его месте в структуре индивидуальных свойств человека. // Вопросы психологии. – 1985. - №1 – С19-32
9. Русалов В.М. Предметный и коммуникативный аспекты темперамента человека // Психологический журнал. – 1989. -№1-С10-21.
- 10.Русалов В.М. Теоретические проблемы построения специальной теории индивидуальности человека – Психологический журнал, 1986, №4, С23-36.

ПРОБЛЕМА И ОСОБЕННОСТЬ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ Савюк Е., Москва

«Когда еще не понимаешь жизни,
как сможешь ты понять смерть?»
Конфуций

Остановить, или предотвратить рост подросткового суицида, можно только в том случае, если мы, зная факторы риска, будем применять превентивные меры задолго до появления суицидальных мыслей, а не заниматься лечением и

социальной адаптацией подростка только в тот момент, когда он балансирует между жизнью и смертью.

В последнее время заметна явная тенденция к “омоложению” суицида, причем это характерно для всех стран, не только для России. В США уровень самоубийства среди подростков и молодежи в возрасте 15-19 лет с 1952 по 1996 год увеличился в 14 раз и на 100% вырос среди детей 10-14 лет с 1980 по 1996 год (6). Самоубийством в настоящее время четвертая ведущая причина смерти среди детей возрастом от 10 до 14 лет (11). В России, особенно в таких крупных городах, как Москва и Санкт-Петербург увеличение случаев подростковых суицидов особенно заметно (в Петербурге лишь за девять месяцев 1998 года совершили суицидальные попытки 619 подростков; почти в полтора раза больше, чем за тот же период 1996 года). 25% подростков совершают повторные суицидальные попытки (7). В целом по России число самоубийств у детей в 1995 году составило 2911 против 2795 в 1994 году. В 1996 году покончили с собой 2756 детей в возрасте 5-19 лет, из них 2358 в возрасте 15-19 лет.

«Молодежь кончает собой почти в эпидемических масштабах. Ежедневно более 1000 молодых людей пытаются совершить суицид. На одного подростка, который преуспеет в этом, приходится 100, совершающие неудачные попытки. В течение последнего десятилетия частота суицидов у них возросла почти в три раза. Наибольшая их частота наблюдается в возрасте от 15 до 24 лет» ((6)Эрл Гроллман «Суицид: превенция, интервенция, поственция.» стр284-285), Самоубийство составило 12% всех смертей в возрасте от 10 до 24 лет 1999г в США (Kann, Kinchen, Williams и др.2000)

Причины этого явления по сути своей те же, что и у взрослого населения: отсутствие механизмов воздействия общества на индивида. Предпосылкой аутодеструктивного поведения и суицидальных намерений являются: чувство неприкаянности, отчуждения, апатии, неверие в личные перспективы, снижение творческой и витальной активности в результате психотравмирующей ситуации. Эти подростки отличаются неадекватной самооценкой, испытывают чувства малоценности и ненужности, брошенности, отверженности (феномен «отвергнутого ребенка») (4). Пессимизм в представлении будущего, безнадежность, и представление собственной бесполезности приводят к суициду 8,9% из общего числа подростков, имеющих суицидальные намерения (8).

Юношеский возраст характерен поиском смысла жизни, поиском себя, своего места и предназначения. На «Телефоне Доверия» основной процент таких тем приходится на абонентов 17-20 лет (около 80%). Проблема принятия себя предъявляется молодыми людьми очень часто, причем девушки говорят об этом чаще, чем юноши (65% - девушки, 35% - юноши). (3)

Суицидальные мысли являются достаточно распространенным явлением в пубертатном периоде, они возникают у 20% подростков. Серьезные намерения или план совершить самоубийство имеют 1.3-3.8% мужчин и 1.5-10.1% женщин (9). Целью одной трети этих подростков является: желание кого-то заставить почувствовать себя виновным или сожалеть; привлечь к себе внимание и вызвать симпатию; выразить враждебность (10)

Однако у подростков много так называемых *парасуицидальных поступков*: фиксации на темах смерти, страхи и любопытство к смерти, суицидальные мысли, шантажно-демонстративные суицидальные поступки. Действия

подростков направляются не на самоуничтожение, но на восстановление нарушенных социальных отношений.

У суицидальных подростков есть отягощенное социальное окружение: неблагополучная семья, одиночество и заброшенность, отсутствие опоры на взрослого. Мотивы суицида, как правило, являются незначительными для взрослых: двойка по предмету, обида на близкого человека, недовольство собой, переживание несправедливого обращения со стороны учителя или друзей, «несчастная любовь» и т.п. Проблемы в семье (ссоры, злоупотребления, депрессия матери), и особенно, разногласия в детско-родительских отношениях являются самой распространенной причиной суицидального поведения подростков (4,9,10,11).

Суицидальная готовность возникает на фоне довольно длительных ударов и психотравмирующих переживаний. У подростка снижается толерантность эмоциональной сферы, нарастает агрессивность, обнаруживается неумение противостоять житейским трудностям.

Смысл суицидальных поступков в этом возрасте, чаще всего сводиться к призыву о помощи (*cry for help*), стремлению привлечь внимание к своему страданию. Настоящего желания нет, представление о смерти крайне неотчетливо, инфантильно. Смерть представляется в виде желанного длительного сна, отдыха от невзгод, способа попасть в иной мир, средством наказать обидчиков.

Суицидальное поведение подростков имеет следующие характерные черты:

- суициду предшествуют кратковременные, объективно нетяжелые конфликты в сферах близких отношений (в семье, школе, группе);
- конфликт воспринимается как крайне значимый и травматичный, вызывая внутренний кризис и драматизацию событий;
- суицидальный поступок воспринимается в романтически-героическом ореоле: как смелый вызов, как решительное действие, как мужественное решение и т.п.
- суицидальное поведение демонстративно, в нем есть признаки «игры на публику»;
- суицидальное поведение регулируется скорее порывом, аффектом, в нем нет продуманности, взвешенности, точного просчета;
- средства самоубийства выбраны неумело (прыжок с балкона 2-3 этажа, малотоксические вещества, неглубокие порезы, тонкая веревка и т.п.).

Особенности поведения подростков, указывающие на суицидальные намерения:

- тревожно-ажитированное поведение, внешне даже похожее на эмоциональный подъем, однако, с проявлениями суеты, спешки;
- затяжные нарушения сна: подростка преследуют страшные сны с картинами катаклизмов, катастроф, аварий или зловещих животных;
- напряжение аффекта, периодически разряжаемого внешне не мотивированной агрессией;
- депрессия, апатия, безмолвие: подросток тяжел на подъем, уходит от обязанностей, бессмысленно проводит время, прекращает посещение учебного заведения, в поведении видно оцепенение, сонливость;

- выраженное чувство несостоинственности, вины, стыда за себя, отчекливая неуверенность в себе. Этот синдром может маскироваться нарочитой бравадой, вызывающим поведением, дерзостью;
- тяжело протекающий пубертат (подростковый возраст) с выраженным соматическими эндокринными и нервно-психическими нарушениями;
- употребление алкоголя, токсикомания, наркомания.

Объективные обстоятельства, приводящие к суицидальным намерениям:

- неблагополучная семья: тяжелый психологический климат, конфликты родителей, алкоголизм в семье, смерть родителей;
- беспризорность подростка, отсутствие опоры на значимого взрослого, который бы занимался подростком;
- неблагоприятное положение подростка в семье: отвержение, назойливая опека, жестокость, критичность к любым проявлениям подростка;
- отсутствие у подростка друзей, отвержение в учебной группе;
- серия неудач в учебе, общении, межличностных отношениях с родственниками и взрослыми.

Причиной суицидальных намерений и поступков у подростков часто является личностная неспособность (неадаптивность) к предъявляемым социумом требованиям, проявляющаяся в несоответствии потребностей и желаний и неумением найти способы их удовлетворения. А так же отказ от поиска выхода из сложных ситуаций, низкий уровень самоконтроля, неумение ослабить нервно-психическое напряжение, эмоциональная лабильность, импульсивность, агрессивность, повышенная внушаемость, бескомпромиссность и отсутствие жизненного опыта (1,4).

Этот ряд проблем, которые предъявляет подросток в работе с психологом, а ведь часть их могла бы решаться дома или с близкими подростку людьми.

Проблемы социализации, кризисы идентичности и смысла жизни, влияние перфекционизма на подростков, аффективные расстройства и депрессии - все это является реальными причинами, толкающими подростка к суициду. С ними нужно и можно работать профессиональному (психологу, психотерапевту, психиатру). Однако основная причина по-прежнему лежит в морально-этических семейных отношениях между подростком и взрослыми. Любовь - единственное, что противостоит ненависти, и только любовь может приручить агрессию, страх, обиду, злость и вину. Подросток зависит от взрослых духовно, эмоционально и материально. Подросток должен иметь чувство надежности и защищенности, получать доказательства веры в себя. В его жизни необходим человек, который может оказывать на него влияние: родитель, друг, родственник, учитель, религиозная фигура. Этот фактор значительно снижает возможность возникновения суицида (9). Обратите внимание и обнаружьте убедительные основания для утверждения жизни вашего подростка.

Литература:

1. Абрумова А.Г., Тихоненко В.А. Актуальные проблемы суицидологии. М.,1979
2. Карапашев В. Жить без страха смерти М.
3. Телефон доверия. Служба экстренной психологической помощи для подростков и молодежи / Ин-т молодежи. Сер. гос. молодежи. \политика в Российской Федерации.М., 1999

4. Пурич-Пейакович Йу.,Дуньич Душан Й. Самоубийство подростков М.2000
5. Суицидология Прошлое и настоящее М.2001
6. Игумнов С. Клиническая психотерапия детей и подростков. Минск 1999
7. Laura E/ Sanshez, M.D., and Lan T. Le, B.A., Suicide in mood disorders, 2001 Wiley-liss, inc
8. Cinthia R. Pfeffer, Diagnosis of childhood and adolescent suicidal behavior: unmet needs for suicide prevention, 2001 Society of Biological Psychiatry
9. David A. Brent, Assessment and treatment of the youthful suicidal patient, Annals New York academy of sciences. J.Am. Acad. Child Psychol. Psychiatry 34: 106-130
10. Hawton K., D. Cole, J. O'grady & M. Osborn,Motivational Aspects of deliberate self-poisoning in adolescents, 1982, 141:286-291
11. Marina catalozzi, MD, Jonathan R. Pletcher, MD and Donald F. Schwarz, MD, MPH – Prevention of suicide in adolescents, 2001, 13:417-422

АЛЬТЕРНАТИВНАЯ ТИПОЛОГИЯ СТИЛЕЙ ВЕДЕНИЯ ПРИМЕНЕНИЕНО К ГРУППОВОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ РАБОТЕ

Фаерман М.И., ЯрГУ

В литературе можно найти классификации функций групп-лидера в психологической (психотерапевтической) группе. Для классификации авторы используют различные основания. Так, Ялом в качестве основания берет роли ведущего в глазах участников группы и выделяет две:

технический эксперт (ведущий в роли консультанта, задает правила работы),

эталонный участник (пример для подражания в выполнении заданий).

Либерман использует в качестве основания направленность воздействия, т.е. выбор фокуса психологического влияния . В его классификации существует четыре типа:

эмоциональный стимулятор (создает конфронтацию у участников со своими чувствами),

опекающий стиль (эмоциональная поддержка),

познавательный стиль (распространен в рациональной терапии),

исполнительный стиль (ориентация на становление правил, целей для группы).

Приводятся и смешанные стили:

социальный инженер (эмоциональная стимуляция + познавательный стиль + исполнительный стиль),

стимулятор (эмоциональный стимулятор + опекающий стиль),

опекун (только опекающий стиль).

Классические исследования стилей руководства в малых группах были проведены Левином, Липпиттом и Уайтом. Они выделяют такие стили:

авторитарный стиль (все аспекты работы группы диктует руководитель),

демократичный стиль (руководитель предоставляет возможности для выборов участником группы, дает группе некоторые полномочия),

попустительский (полная свобода членов группы, руководитель дает материал для работы и отвечает на вопросы).

Несмотря на использование авторами различных оснований для классификации ведения (роли ведущего, направленность воздействия, степень «жесткости» руководства), все они в основном носят функциональный характер. Нам бы хотелось предложить альтернативную типологию стилей ведения, отталкивающуюся в первую очередь от личностных качеств групп-лидера. Тем самым, мы попробуем обозначить некоторые наиболее важные профессионально важные качества ведущих применительно к различным направлениям групповой психологической работы.

Наш опыт участия и ведения различных по направленности групп, общение с мастерами высокого класса позволили составить эмпирическое представление о успешных стилях ведения, проанализировать механизмы и инструментарий ведущих, что и позволило предложить свою типологию и в общих чертах раскрыть каждую.

Итак, стиль Учитель (Гуру).

Такой стиль можно охарактеризовать как насыщенный эмоциональными реакциями, театральный, творческий, довольно вольный (насыщенный импровизациями) относительно программы. Группу ведет личность ведущего, а не программа. Из названия следует, что ведущий выполняет роль учителя, предмета для восхищения. Такой ведущий рассказывает истории своего личного опыта. Обязательно демонстрирует свою личную успешность. Личностным инструментарием гуру являются: внешность (антураж), театральность, в том числе работа с голосом, жесты и мимика, личностный ареал, собственное творчество и импровизация. Внешним инструментом является организация группового пространства, мы называем это спецэффектами: атмосфера, атрибуты обстановки тренингового помещения и др.

На наш взгляд, такой стиль будет особенно успешно использован в группах трансперсонального опыта, телесно-ориентированных, дыхательных, танцевальных, или, обобщая, по В.В. Козлову, группах интенсивных интегративных психотехнологий.

Такой стиль соотносится со стилями: эталонный участник, стимулятор, совмещает в себе качества авторитарного и демократического стилей.

Другой емкий стиль, основанный в первую очередь, как и предыдущий, на личности ведущего, на его энергетически-эмоциональном заряде, назовем

Негативист или Презирающий.

Ему свойственно резкое противостояния ведущего группе, реакции прямолинейны и жестки. Здесь сила личности ведущего также играет немаловажную роль, т.к. ей приходится постоянно противостоять группе, причем, в случае успеха, с подавляющим преимуществом. Ведущий постоянно выполняет роль критика, акцентируется в первую очередь на ошибках и неудачах членов группы, беспощаден в выводах и заключениях. Т.е., постоянно создает ситуацию фruстрации, применяет шоковую терапию. Личностным инструментом такого групп-лидера может послужить волевое поведение, внешность уверенного в себе человека, громкий четкий голос, акцент взгляда. Внешними средствами служат дистанция общения (нельзя слишком близко приближаться к группе в физическом и личностном планах), стиль одежды (нами отмечено преобладание строгих деловых костюмов), подиум или иное возвышение.

Стиль негативиста эффективен в некоторых группах повышения мотивации, смены жизненных установок или навыков и умений, в деловых тренингах. Совершенно не приемлем в гуманистическом направлении или клиентоцентрированном подходе, в некоторых психотерапевтических группах такой стиль ведения может лишь усугубить акцентуацию или невроз.

Нами четко просматриваются аналогии со стилями: авторитарный и эмоциональный стимулятор.

Еще два стиля ведения хочется объединить на том основании, что они эффективно работают в паре. Группа выигрывает, если ее ведут два тренера, один –

Активатор, другой – анализатор.

Начнем с активатора. Это человек-мотор группы. Его жизненная активная позиция, четкие динамичные инструкции придают группе уверенно-высокую динамику. Активатор является энергичным холериком, улыбчивым, бодрым человеком. Его голос и мысли четкие. Как правило, в руках у него свисток, или, для привлечения внимания, подойдут и ладоши. Обладает громким голосом, четкой речью. Внешний облик подтянутого энергичного человека ассоциируется у нас со спортивным тренером. Такой стиль применим фактически во всех группах, особенно в деловых группах (деловые игры), тренингах общения и т.д.

Аналог: социальный инженер.

Анализатор. В некотором роде этот стиль является антиподом активатору. Это сигнал «STOP» для группы, позволяющий задуматься, проанализировать, отрефлексировать. Это вдумчивый меланхолик. Вот почему два стиля эффективны в совместном применении. Личностные инструменты – это в первую очередь сензитивность, рефлексивность, умение вызвать к себе расположение. Этот стиль больше присущ женщине-ведущей. Мягкому человеку. Включает в себя опекающий стиль и стиль технического эксперта. Также как и предыдущий, этот стиль применим фактически во всех группах, адекватен и для индивидуальной работы (консультанта, коуча, психотерапевта). Однако, в группах, основанных на четких конкретных технология (авторские тренинги, фокус-группы или деловые программы) анализатора обязательно должен дополнять активатор.

Пользуясь нашим основанием данную типологию можно пополнить еще несколькими стилями, представляющими интеграцию приведенных. Профессиональный групп-лидер может менять направленность в зависимости от особенностей группы в личностном и целевом планах. Тем не менее, наше исследования свидетельствует о том, что каждый опытный ведущий выбирает себе в процессе опыта какую-либо доминирующую тенденцию (стиль ведения), отталкиваясь в выборе и на свои личностные особенности. Такая стратегия в итоге оказывается наиболее эффективной, легче воспринимается группой. В литературе уже не раз делались попытки выделить эффективные личностные качества руководителя группы: энтузиазм, умение доминировать, уверенность в себе, развитый интеллект, уравновешенность, рассудительность, зрелость, сила этого, отсутствие склонности к тревоге, восприимчивость, развитая интуиция, способность к эмпатии и т.д. Этот перечень кажется нам, во-первых, достаточно общим и отвечающим требованиям любой субъект-субъектной профессии, а во-вторых, вслед за К. Рудестамом предположим, что наличие этих качеств еще не гарантирует «способности стать хорошим руководителем». Напротив, выбрав стиль, оперяющийся на уникальные личностные качества,

групп-лидер экспериментирует и вырабатывает свой стиль, и под него формирует группу.

ГЛАВА 3. ПСИХОТЕХНОЛОГИИ.

ДМД: ДЫХАНИЕ-МУЗЫКА-ДВИЖЕНИЕ.

В.Козлов, Ярославль

В последние два года в нашем научно-исследовательском и прикладном направлении интегративной психологии прошла апробацию новая психотехнология, которая показала высокую эффективность при работе с клиентами. Психотехнология нами была обозначена ДМД (дыхание-музыка-движение).

Теоретическим обоснованием метода послужили некоторые идеи, которые мы выдвинули в ходе наших научных экспериментов с расширенными состояниями сознания.

Мы заметили, что наиболее продуктивным и эффективным из расширенных состояний сознания, которые индуцируются связным дыханием, являются те, которые имеют нейропсихологические характеристики «быстрого сна». Аналогом данного состояния, очень знакомым для каждого человека, является просоночное состояние, основной характеристикой которого является «присутствие в двух мирах одновременно» – в здесь и сейчас, а также эмоционально переживаемых образно-ментальных пространствах, которые являются продуктом спонтанной активности самого сознания.

На профессиональных семинарах, которые мы ведем ежемесячно, для вызывания этих состояний на начальных этапах мы применяем различные техники релаксации. В прикладном отношении в обыденной реальности они нужны для того, чтобы экономить свою жизненную энергию, быстро восстановить силы для работы и развлечений.

В силу того, что в последние 12 лет мы занимаемся психотехниками, индуцирующими ИСС то техники расслабления мы также применяли для качественного и эффективного входления в различные состояния сознания. Это особенно необходимо, если человек занимается различными духовными практиками.

Наши эксперименты показывают, что чем лучше клиент может расслабиться, тем плодотворнее он сможет работать со своей психической реальностью.

Приемы расслабления имеют давнюю историю. В древних йогических школах Индии, общинах тибетских монахов, способах медитации разных культур уже имелось множество приемов релаксации. Более того - покой и расслабленность были вплетены в стиль жизни и мировоззрение некоторых древних культур: принцип "недеяния" - у вей - в даосизме, состояние саттва будхи (добродетели и отрешенности) в школе санкхья, путь и принцип преодоления колыхания дхарм через уход от упаданы, дхьяну в буддизме и т.д.

Особенно большое разнообразие приемов расслабления предоставили различные школы гипноза 19 и 20-го веков, аутогипноз, системы аутогенных тренировок.

К сожалению, в настоящее время мы часто видим в своей практике людей с высокой тревожностью и выраженным тонусом мышечного напряжения, которым трудно расслабиться, тем более получить достаточно устойчивый навык релаксации. Более того, тот мышечный каркас, являющийся опорой для характера личности, имеет настолько устойчивый характер, что в психологической практике мы решили использовать термин «социального тела». Именно существование специфических мышечных паттернов

напряжения, формирующих «социальное тело», создает основное затруднение на пути к релаксации.

С другой стороны, как показывает наш опыт работы с 15 тысячами клиентов, всегда возможен индивидуальный подбор техники расслабления к любому человеку. Мы не будем останавливаться на них слишком подробно в силу того, что они нами описаны в предыдущих монографиях и учебниках. Ко всему, что нами уже написано по проблеме релаксации, следует добавить, что у каждого человека есть «кинетический ключ» к релаксации. Обычно это «поза сна» - то положение тела, в котором человек засыпает. Многочисленные эксперименты с релаксационными техниками показали, что расслабление наиболее успешно, если ее провести в «позе сна».

Тренинг ДМД представляет собой интегрированную психотехническую систему для формирования личности с высокой эмоциональной и интеллектуальной креативностью. ДМД способствует преодолению ригидных, неадекватных реальности социально-психологических и культурных стереотипов, развитию личностного потенциала и расширению сознания.

В ДМД мы выделяем три направления психологической трансформации сознания и личности:

- дыхательные процессы
- музыкальная терапия
- движения.

Целью ДМД также является развитие целостного восприятия и переживания человеком содержания чувственного телесного образа. ДМД позволяет производить коррекцию социально-личностных установок индивидуума, формирование его личностно-социальной идентификации в рамках конкретной субкультуры. Нам также важно развитие личности за свои пределы и самореализация. Психотехники, которые мы применяем в работе, с одной стороны, обеспечивают «пробуждение» естественного спонтанного поведения, с другой, - развитие осознанности при осуществлении невербального выразительного действия различной направленности - коммуникативной, операционной, деятельностной. На основе глубоких экспериментальных исследований нами разработаны методические приемы трансформации личности посредством включения их в процесс проживания музыкальных произведений во время дыхательных процессов, спонтанного эмоционального движения и действия.

Дыхание. Как мы уже писали в начале 90-х годов, дыхание является связующим звеном между телом и душой. Дыхание — это мост между базовыми элементами физического и духовного начал человека.

Любое состояние человека имеет определенный рисунок дыхания: направление, глубину, быстроту, плавность, соотношение между выдохом и вдохом, вдохом и выдохом, характеристики перехода от вдоха к выдоху, от выдоха к вдоху, темп, ритм, объем, разрывы, перехваты и т. д.

П.П.Блонский считал, что дыхание лучше характеризирует человека, чем любые другие системы : "Мы чувствуем себя так, как мы дышим" (Блонский, 1964). Он писал о "мимике легких" — сопении, вздохах, стонах, кашле, зевании, смехе, плаче — словом, о том богатом арсенале мимики легких, который вместе с речью делает легкие безусловно выразительнейшим органом эмоциональной жизни" (Блонский, 1964).

Опыт показывает, что каждое состояние сознания, всякое эмоциональное переживание, любая внутренняя реальность связаны с особым паттерном, или

качеством дыхания. Те или иные паттерны дыхания настраивают нас на ощущение и восприятие определенных вещей. Изменяя способ, которым мы дышим, мы можем изменить содержание и результаты любого опыта, переживания, состояния. Например, когда человек испуган или расстроен, он может бессознательно впасть в паттерн с высоким грудным поверхностным и неритмичным дыханием через нос. Переключившись на дыхание ртом, направляя медленный глубокий поток дыхания в полость живота или в область сердца, человек может вернуть себе уравновешенность и испытать приятное ощущение, связанное с релаксацией. Человек также, возможно, обнаружит, что определенные физические недомогания связаны с привычками направлять свое дыхание к тем или иным соматическим центрам или в сторону от них.

Таким образом, при использовании дыхания мы не только прорабатываем определенные негативные идеи, состояния, вытесненные в бессознательное, но и воспроизводим паттерны дыхания тех или иных жизненных обстоятельств. Более того, применяя те или иные приемы связного дыхания, мы можем управлять и координировать наши состояния в жизни и деятельности вне зависимости от обстоятельств.

Мы дышим так, как мы себя чувствуем. Рисунок дыхания, как лакмусовая бумага, проявляет наше состояние психики.

Каждое состояние психики — это также и состояние дыхания. Каждое состояние дыхания — это определенное состояние психики.

Именно поэтому тренинг начинается с дыхательных процессов с целью освобождения организма и психики от состояния избыточного напряжения. Мышечное напряжение свидетельствует о наличии бессознательного контроля по удержанию неотреагированных аффектов; оно опосредует снижение остроты чувственного восприятия и переживания.

Общеизвестно, что мышечное напряжение связано с ситуациями и травмами, переживаемыми людьми в процессе их жизни. Рисунок мышечного напряжения как компонент подавленных целостностей достаточно хорошо изучен в разных направлениях телесно-ориентированной терапии. В связи с этим мы можем вспомнить концептуальные модели В. Райха М.Фельденкрайза и А. Лоуэна. Любое эмоциональное состояние, будь то страх или гнев, раздражение или волнение, содержат в себе мышечный, мускульный компонент. Представьте маленького мальчика, который старается сознательно удержаться от плача. Он стискивает зубы, сдерживает дыхание и напрягает мышцы горла и живота. То есть, подавление эмоции при этом сопровождается именно таким, а не иным рисунком мышечного напряжения.

В мышцах, когда эмоциональное состояние не отреагировано, образуются участки "застывшего" напряжения — болезненные уплотнения. Они в свою очередь, в зависимости от их расположения, могут рефлекторно влиять на внутренние органы, имитируя их расстройства — нарушения ритма сердца, загрудинные боли, изжогу ... В тесной связи с подобными феноменами находятся и т.н. "мышечные зажимы", описанные еще великим режиссером, великим знатоком эмоций К.С.Станиславским. А эти мышечные уплотнения, "мышечные зажимы", еще ведь и влияют на наше настроение, вызывая, казалось бы, беспричинную тоску, или тревогу, или раздражительность... Ведь еще в прошлом веке И.М.Сеченов, рассуждая об эмоциях, писал о т.н. "темном мышечном чувстве". Как часто человек чувствует себя (после конфликта, в кризисной ситуации или просто к концу рабочего дня, недели) подавленным, "измотанным", уставшим, "как выжатый лимон". Не случайно складывались

народные выражения для описания эмоциональных состояний: "как тяжесть с плеч", "взвалить ношу", "одеть хомут на шею" — это тяжесть не только в переносном смысле, это и физическое ощущение тяжести, остаточное мышечное напряжение, связанное с неотреагированными эмоциями.

В СНГ и за рубежом популярно большое число методов, сочетающих трансформацию личности с психологической разгрузкой и основанных именно на работе с мышцами, снятии мышечных "спутников" подавленных эмоций. Процессы связного дыхания мы используем для повышения энергетического потенциала организма и развития у участников тренинга способности к самоконтролю. Посредством применения дыхательных процессов мы помогаем клиентам осознавать особенности своего тела, характер его существования и степень его сенситивности, снимаем ригидные телесные привычки, двигательные стереотипы.

Музыка. Движение. При решении задач по развитию спонтанности, естественности и творческой продуктивности деятельности мы использовали метод синтеза "музыка - движение", построенные на основе соединения тонко развитого мышечного чувства со способностью к целостному восприятию музыкального произведения и к передаче личностью глубочайших переживаний музыкального образа.

Характер осуществления и формы выразительного движения можно рассматривать как проекцию эмоционально-образного проживания человеком мелодии, которое опосредуется особенностями его восприятия музыкального произведения, степенью его эмоциональной открытости, уровнем и характером осознания своего образа телесного "Я", степенью пластического совершенства и уровнем развития креативности.

При разработке психотехник ДМД мы учитывали тот факт, что различные музыкальные образы порождают и разные эмоционально-чувственные, двигательные формы отреагирования; эмоционально-динамическое содержание музыки порождает проявление спонтанного движения определенного типа характера - от "пластичного" до "импульсивного". Двигательные психотехники направлены на осознанное формирование у клиентов способности к спонтанному воспроизведению разнохарактерных стилей движения: "пластичного движения" как следствия переживания ими позитивно окрашенного, интимно-чувственного восприятия мелодий и "импульсивного движения", проявляющегося в потребности отреагирования ранее сдержанных аффектов невротического содержания и позволяющему снимать у клиентов паттерны мышечных напряжений.

Развивая способность у участников тренинга к ассоциативному спонтанному естественному движению, мы корректируем психическое состояние клиентов, "разрушаем", так называемый, "характерный панцирь" (по В.Райху).

В методическом обеспечении эксперимента по трансформации образа "Я" методами выразительного движения особую роль занимали приемы по развитию чувства ритма. Вслед за Б.М.Тепловым мы считаем, что чувство ритма выступает как важнейший компонент для успешного осуществления трансформации внимания и ведущих сенсомоторных функций. Ритмика в психотерапии (Ю.С.Шевченко, 1995) используется при лечении двигательных и речевых расстройств (тиков, заикания, нарушения координации, расторможенности, моторности, стереотипов).

Существует тесная взаимосвязь между способностью к чувствованию-воспроизведению ритма и уровнем развития эмоционально-чувственной и когнитивной сфер, характером социально-личностной идентификации и эстетической культуры личности. Чувство музыкального ритма имеет не столько моторную, сколько эмоциональную природу, в основе которой лежит восприятие выразительности музыки. Поэтому структура занятий по развитию чувства ритма выстраивается таким образом, чтобы музыкальное сопровождение каждого процесса или упражнения было созвучно музыкальной культуре клиентов различной субкультурной ориентации и обеспечивало принятие ими эмоционально-чувственного содержания мелодий и характера темпо-ритма. Учитывается возраст, уровень музыкального развития, характер культурологических представлений клиентов.

Во время проведения психокоррекционных занятий мы гибко подбираем музыкальные композиции как из современной, принимаемой молодежью музыки, так и фрагменты из классических произведений, включая их в моменты трансцендентного переживания движения.

ДМД позволяет раскрыть и актуализировать в процессе дыхания телесные, эмоциональные, чувственные, когнитивные и креативные возможности человека. Тренинг по ДМД как интегративная психотехнология направлен на развитие осознания личностью своих телесно-эмоционально-когнитивных способностей посредством разворачивающегося содержания процесса расширенного состояния сознания на фоне контекстуальной музыки. Прохождение клиентами процессов ДМД позволяет вскрыть их личностные и социальные проблемы, определить способы их трансформации, найти формы развития образа “Я” в рамках социальных установок и ожиданий участников тренинга.

Процессы связного дыхания изначально использовались для проработки мышечного характерного панциря (В.Райх). В начале тренинга по ДМД в формах проявления динамики тела, особенностей дыхания можем выявить области напряжения и ригидного действия, характерными признаками которых являются осторожные, дискретные, не конгруэнтные движения частей тела, мышечная скованность, недостаточная их осознанность по чувственному и когнитивному компонентам, сдержанность по формам самовыражения. При помощи ДМД достигалось решение психологических задач, таких как: уменьшение личностной тревожности, объективация образа телесного “Я”, осознание языка собственного тела, снятие “характерного панциря”, освобождение эмоциональной сферы, изучение и коррекция невербальных форм поведения, коррекция коммуникативных навыков, развитие невербальных когнитивных функций, креативности, образного и ассоциативного мышления.

Перед каждой дыхательной сессий нами проводятся танцевально-двигательные занятия. Они протекают в игровой и танцевальной формах. Испытуемые, эффективно проживающие игровые ситуации и спонтанно включающиеся в танец, выполняют упражнения легко и непринужденно. Поэтому в начале тренинга, с тем чтобы повысить чувствительность к сенсомоторному действию, к сенситивному различению и чувствованию, к осознаванию образа своего телесного “Я”, мы используем упражнения, направленные на уменьшение излишних усилий по выполнению движений. После освоения участниками занятий упражнений сенсибилизирующих восприятие их образа телесного “Я”, и улучшения сенсомоторных

способностей, мы задаем ситуации, в которых требуется включение в акт телесного действия когнитивных и креативных функций.

На этом этапе полезны не только полезны упражнения из классического багажа ТДТ, но техники типа сатьяпатханы из буддийского курса развития внимательности. Именно в таком синтезе соединяются процедуры выполнения простого и сложного движения с активным процессом мышления и чувствования.

Блок методик и приемов, обеспечивающих освобождение эмоционально-чувственной сферы сознания, развитие эстетического знания и изменение представлений об образе “Я” на основе проживания музыкального спонтанного движения разработан нами благодаря исследованию методического наследия А.Дункан, теоретических постулатов Дж.Фентressа, а также требований к составлению музыкальных сессий, выдвинутых для проведения процессов холотропного дыхания Ст.Грофом, К.Тейлор.

Спонтанное движение, танец под музыку уже само по себе имеют позитивное психологическое воздействие, гармонизирующее эмоционально-чувственную природу человека. Данный факт нами доказан еще в начале 80-х годов, когда нами разрабатывались программы функциональной музыки в промышленном производстве. В программу сессий мы дифференцированно подбирали такие музыкальные произведения, которые позволяли актуализировать ту или иную сторону эмоционально-чувственной сферы клиентов. Активная ритмическая (мажорная) музыка стимулировала потребность в сильных эмоциональных реакциях, в активной позиции при коммуникативном взаимодействии участников тренинга. Мягкая, пластичная (минорная) музыка пробуждала позитивно окрашенное переживание трансцендентальной сущности человеческого бытия, усиливала потребность в эмоционально-чувственных коммуникациях.

Исследуя механизмы и характер построения пластического (плавного, текучего) движения у участников групп, мы обнаружили закономерности в осуществлении наработанных (стереотипных) и малоосвоенных (вновь приобретенных) форм самовыражения. На основе концептуальных положений модели динамического упорядочивания баланса центральных и периферических процессов управления иррелевантных стимулов Дж.Фентressа (1990) мы разработали блок методических приемов, позволяющих трансформировать стереотипные формы движения в продуктивные ранее незнакомые формы действия.

Так, во время выполнения клиентами спонтанного танца, мы включали дополнительную иррелевантную музыку, воздействие которой приводило к разрушению стереотипов движения. Если громкость музыки была средней степени интенсивности (до 70 дБ) с иррелевантной по характеру мелодикой и ритмической структурой по отношению к уже сформировавшемуся стилю движения, то наблюдалась трансформация форм, стиля танца, делая его, с одной стороны, менее четким по контурам движения, с другой, - более естественным, эмоционально спонтанным.

Новый стиль движения нарабатывался в процессе осознавания клиентами своего характера отношения и переживания содержания музыкального произведения. Искажающие воздействия со стороны иррелевантной стереотипам восприятия и действия музыки способствовали консолидации моторных функций и эмоционально-чувственной сферы сознания на ином уровне осознавания. Таким образом, гибко подбирая музыкальные

произведения разного стиля и характера звучания, мы разрушали ранее сложившиеся стереотипы спонтанного движения, освобождали и расширяли эмоционально-чувственную сферу у клиентов.

Дополнительным методическим приемом по «высвобождению движения» освоение трех поясов (ярусов) движения – нижней, средней и верхней (более подробно в моей книге «Истоки осознания»).

Таким образом, тренинг ДМД обеспечивался полифункциональным блоком методических приемов, разработанных нами на основе исследований теоретических положений и экспериментального опыта в современной музыкотерапии, танцевально-двигательной терапии и применения измененных состояний сознания в райхианской терапии, в ребефинге, вайвейшн, холотропном и Свободном дыханиях.

Во время занятий для расширения коммуникативных возможностей клиентов групп-лидером создавалась атмосфера доверия, взаимоподдержки, естественности и спонтанности. В этом особую помощь нам оказали те техники и упражнения, которые мы разработали для реализации 5-го элемента Свободного Дыхания – «Активное доверие».

В процессе психологической трансформации мы подводим клиентов к осуществлению спонтанных движений в пространстве потокового состояния сознания, психофизиологическим триггером которого как раз и является связное дыхание (Козлов, Бубеев, 1997). Именно в этом состоянии клиенты отыскивают в самих себе “потерянные” и скрытые чувства и ресурсы из прошлого опыта, которые выражают и реализуют под руководством психолога в новых идеях, эмоционально-чувственном проживании, в коммуникациях с партнерами, в продуктивном типе восприятия социальных отношений и своего места в обществе.

Частное, но наиболее социализированная цель интенсивных интегративных психотехнологий – достижение личностью «Я-потенциального», общепринятыми аналогами которого являются самоактуализация А.Маслоу, самореализация К.Роджерса и Р.Ассаджиоли.

Как показывают наши исследования, базовым состоянием сознания при этом является «потоковое», «ресурсное». Оно имеет некоторые качественные критерии и признаки (Бубеев, 1998, Козлов, 2002) но наиболее важным из них является эвристичность, способность к свободному творчеству.

Вне сомнения, комплексная психотехнология ДМД в этом аспекте имеет огромную перспективу и возможности.

МУЗЫКОТЕРАПИЯ КАК РЕГУЛЯТОР ТРЕВОЖНОСТИ.

Горячева М., Латвийский Университет

Данная статья представляет собой теоретический обзор основных предпосылок музыкотерапии, а также описание исследования с использованием экспериментальной музыки.

Идентификаторы: музыкотерапия, экспериментальная музыка, воздействие, тревожность.

Возможность использования музыкальный продукт в любое время и в любом месте, позволяет в целом расширить применение музыкотерапии. В последнее время можно наблюдать активный интерес к этой области, что в

значительной степени облегчает принятие музыкотерапии как необходимой составляющей развития, исследования и самоактуализации индивида.

Музыкотерапевтические приёмы используются в условиях психологического консультирования, тренингов личностного роста, одновременно музыкотерапию можно рассматривать как прикладную отрасль в психиатрии, хирургии, стоматологии.

Так, например, клинические музыкотерапевты используя музыку во время операций, отмечали изменения в нейроэндокринной системе: фиксировали снижение уровня стресс-гормонов в крови.

Таким образом, музыка влияет на нейроэндокринную систему, в частности – на гормональный уровень в крови. Сопоставив эти данные с тем фактом, что в тревожном состоянии отмечаются изменения на нейроэндокринном уровне, можно предположить, что музыка влияет также на тревожность.

Анализируя исследования в музыкотерапии, следует отметить широкий диапазон области её применения:

Развитие коммуникативных навыков: (Горячева, 2002; Saperston, 2001; и др.);

Развитие творческих способностей, творческого мышления: (Блинова, 1998; и др.);

Развитие эстетических потребностей: (Петрушин, 2000; и др.);

Развитие способности релаксации: (Skartelli, 1992; и др.);

Коррекция и развитие эмоциональной сферы: (Князева и Пашина, 2001; и др.);

Изменения функциональных систем (Шушарджан, 2000; Фудин, Тараканов и Классик, 1996; и др.).

Постепенно выстраивается научная парадигма музыкотерапии, структурируются основные положения музыкотерапии: функции, механизмы, направленности воздействия.

Следует отметить, что воздействие в музыкотерапии – это целенаправленный переход музыкальной информации от одного участника взаимодействия к другому.

В настоящее время не существует однозначного мнения о механизмах воздействия в музыкотерапии, в рамках данной работы можно выделить определённые характеристики этого феномена.

По мнению многих авторов, высокочастотные звуки (3000-8000 Гц и выше) вызывают резонанс в мозгу и воздействуют на когнитивные процессы. Длительный же и громкий звук может привести к полному истощению организма. Звуки среднего диапазона (750-3000 Гц) стимулируют сердечную деятельность, дыхание и эмоциональный фон. Низкие звуки (125-750 Гц) воздействуют на физическое движение, вызывают напряжение и даже спазмы в мускулатуре. Музыка, в которой используются низкие вибрации, не даёт возможности сконцентрироваться или успокоиться.

Дисфункцию в работе организма также вызывает использование определённых искусственно тембральных инструментов, а также антигуманистическое содержание текстового материала песен. Таким образом, характер музыкального материала способен вызывать психофизиологические реакции.

Отмечая исследования вегетативных реакций в зависимости от характера музыки, быстрый темп, мажорная музыка повышает артериальное давление,

повышает мускульный тонус. В зависимости от формы волны звуки могут оказывать успокаивающий и раздражающий эффект.

В психофизиологических изменениях, которые возникают в процессе музыкотерапии, существенную роль играет также установки индивида и его общее физическое состояние.

Мелодии, которые вызывают у индивида радость, способствуют нормализации артериального давления, при прослушивании раздражающей музыки можно зафиксировать обратный эффект.

Обобщая выше сказанное, можно выделить 3 группы факторов, которые воздействуют на индивида в процессе музыкотерапии:

Характер музыки: сила, высота, частота и длительность звука, звуковые вибрации;

Семантический характер музыки: текстовое содержание;

Психофизиологический характер: установки, общее физическое состояние индивида.

Эти факторы позволяют более точно контролировать процесс воздействия.

В рамках данной темы статьи необходимо также отметить результаты исследований применения музыкотерапии в регуляции тревожности. В своих исследованиях Д. Скартелли (Scartelli, 1992) находит корреляцию между прослушиванием музыки, снижением тревожности и формирование способности релаксации. Результаты исследования показывают, что музыка может способствовать снижению тревожности, как на психологическом, так и на физиологическом уровнях.

Анализ факторов, которые, по мнению многих специалистов (Б. Саперстон, Д. Скартелли, Т.Князевой, А.Пашиной), могут препятствовать снижению тревожности, даёт представление об ограничениях в применении музыкотерапии.

Так, например, Князева и Пашина констатировали, что у респондентов с музыкальным образованием прослушивание музыки (Р. Шумана, В.А.Моцарт, В.Ребиков) не вызывает изменения тревожности. Этот факт авторы объясняют тем, что у людей с музыкальным образованием восприятие музыки больше подвержено логике музыкального произведения и меньше зависит от его индивидуальных характеристик.

Вербальная стимуляция во время прослушивания музыки активизирует когнитивные процессы, поэтому может препятствовать снижению тревожности, а также достижению других поставленных целей.

Следует отметить, что для того, чтобы не создавать излишнюю смысловую нагрузку у участников исследования, в экспериментальной музыке, которая использовалась в эксперименте, вокальное исполнение лишено словесного выражения.

Во многих клинических исследованиях можно отметить следующую тенденцию: авторы выбирают музыкальные произведения из достаточно известного репертуара классической музыки. В то же самое время в исследовательской базе музыкотерапии, использование экспериментальной музыки ограничено, что может быть связано со сложностью нахождения адекватного музыкального материала. Экспериментальная музыка – это музыка, которая создана, с целью применить необычный звуковой материал, а также поиск новых отраслей в музыкальном искусстве.

В экспериментальной музыке, используемой в исследовании, были задействованы различные народные музыкальные инструменты: кокле,

волынка, варган, фуруйя, флейта, африканские барабанчики, Хакасские бубны, ксилофон, Тибетские колокольчики, авторские музыкальные инструменты, а также звучал голос (альт). Поиск новых направлений в музыке был направлен на создание необычного сочетания вокала и звучания музыкальных инструментов.

Гипотеза исследования: прослушивание экспериментальной музыки снижает личностную и ситуативную тревожность.

Исследование проводится среди работников организации "XXX" (100 респондентов), в течение 10 дней.

Процедура эксперимента:

1 день. Измеряется уровень тревожности (методика Спилберга-Ханина) у экспериментальной и контрольной группы.

2 - 9 день. В экспериментальную группу вводится независимая переменная – прослушивание экспериментальной музыки по 15 минут в день.

10 день. Измеряется уровень тревожности (методика Спилберга-Ханина) у экспериментальной и контрольной группы.

Экспериментальная музыка записана на диске, и прослушивание осуществлялось на качественной аппаратуре.

На данном этапе исследования проведено анализ теоретического материала, тестирование с помощью методики Спилберга-Ханина и первичные манипуляции с независимой переменной. При завершении эксперимента предполагается статистическая обработка данных, а также обсуждение результатов.

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ: НЕКОТОРЫЕ ПРОБЛЕМЫ И ОПЫТ ИХ РЕШЕНИЯ

Дерючева В.А. (Москва), Шевчук В.Ф. (Ярославль)

Общепринятое определение психокоррекции, которая понимается как система мероприятий по исправлению недостатков психологического развития или поведения человека с применением специальных средств психологического воздействия (4) или как комплекс клинико-психолого-педагогических воздействий по выявлению и ликвидации недостатков в развитии психических функций и личностных свойств, имеющихся у детей (3) предполагает ориентирование психологов в процессе психокоррекционной деятельности на определенную норму: психическую, психофизиологическую, психологическую, нарушение которой безусловно выражается в заметных отклонениях; определенный уровень таких отклонений делает их «пригодными» для психологической коррекции. На этом этапе практический психолог должен решить первую проблему - четко и недвусмысленно диагностировать «не норму» в поведении подростка. Проблема заключается в том, что *норма* в психологии, физиологии, педагогике по отношению к поведению - это разные по содержанию понятия и свести их воедино не представляется возможным. В психокоррекционном плане следует исходить из того, что «между нормальным типом поведения, нормальным характером и патологическим характером, отмеченным явно болезненными чертами вроде безволия, безмерной активности, чрезмерного увеличения аффектов, гнева и страха, резко выраженной внушаемости, навязчивых мыслей и действий и т.п., располагается

неизмеримое количество переходных ступеней от здорового к больному характеру (1, С.26). Поэтому за норму в поведении по умолчанию относительно критериев обычно принимают что-то среднее и часто встречающееся. Точка зрения с научных позиций неправильная; критериев нормы нет, а то среднее, что по умолчанию принято считать за норму, также непостоянно и меняется в зависимости от социально-экономических, политических, конфессиональных, форсмажорных, наконец, обстоятельств. Многие психиатры, по мнению В.П.Кащенко, вообще отказываются делать различия между психопатами и нормальными людьми с психопатическими чертами. Профессиональный опыт все же позволяет психиатрам с достаточным приближением к истине определить разницу. Но как определить нормативность в поведении человека по таким критериям высшего порядка, как *патриотизм*; непатриотичность молодежи вчера сегодня выдается за любовь к Родине? Идеалы изменчивы, но они являются единственным критерием нормативности в поведении и их следует неукоснительно соблюдать! Поэтому, даже часто встречающаяся форма поведения может не являться критерием нормативности, тем более, что асоциальное и даже антисоциальное (преступное) поведение становится для огромных регионов страны основной, доминирующей формой регулирования отношений между людьми. Неопределенность нормативности заставляет психологов предлагать такие же неопределенные признаки «нормальной» личности: интерес к внешнему миру, наличие смысла жизни и жизненной философии, существование иерархии ценностей, способность с юмором принимать и оценивать действительность, соответствие поведения нормам общества и подчинение общественным целям и др. Все перечисленные признаки являются нормальными у нормального преступника в ненормальных социальных условиях, которые государство не может регулировать. Нормы общества, на которые часто ссылаются, критерием могут и не являться, так как любое государство заинтересовано в нормативном поведении, которое не должно оказывать сопротивление стратегии развития. Поэтому преступное поведение, которое является массовым в разрушенных государственных институтах и в силу этой самой массовости может диагностироваться как нормативное на самом деле является преступным и иным быть не может.

Вторая проблема вытекает из необходимости оценить отклоняющееся поведение. Оценка возможна только в том случае, когда имеется какая-то совокупность formalizованных признаков или показателей. Исследования В.Ф.Шевчука показали удивительную тенденцию - увеличение количества показателей отклоняющегося поведения после революции 1917 года в десять и более раз, в основном в педагогических и психологических публикациях (6). Это связано, вероятно с тем, что психическая неустойчивость, как чрезвычайно распространенное явление во все времена, сейчас привлекает особенное внимание, иногда принимающее степень гиперболы. В то же время необходимо понимать, что психическая неустойчивость, как показатель отклоняющегося поведения, требующего психологической коррекции, всегда понималась неоднозначно: под нее подводят повышенную внушаемость, неразвитость волевых процессов, неустойчивость настроения и т.д. Поэтому в зависимости от пристрастий или профессиональной компетенции исследователи и практики психическую неустойчивость обуславливают лабильностью эмоциональной сферы, особенностями волевой сферы и др. Хотя известно, что динамика неустойчивых личностей во многом зависит от влияний внешней среды и в гораздо меньшей степени - от самой личности (2), (5). Препарирование любого

явления иногда приводит к его чрезмерной оценке, а это часто выводит последующих исследователей на необходимость дальнейшей детализации данного показателя, явления. Так создается миф о важности какой-то, в сущности, мелочи, присущей всем подросткам - здоровым и больным, например, озорство; этот показатель уже не раз тиражировался в исследованиях как характеризующий отклоняющееся поведение, хотя еще никто не смог описать «допустимое» и «недопустимое» озорство.

Третья проблема заключается в том, что является предметом психологической коррекции, потому что характеристики первичного обращения к психологу в разное время различные. Вероятно, частота обращений по тому или иному поводу может являться решением данной проблемы, но не всегда; часто можно наблюдать репродуцирование каких-то поводов в силу, например, моды, а это никак не может соответствовать истине и осложняет практику корректирования поведения из-за своей искусственности. Тем не менее, социально-экономические условия в данный момент вычленяют конкретные проблемы. Например, в последние два-три года поводы первичного обращения подростков к психологу распределились следующим образом:

- проблемы общения и взаимоотношений со сверстниками (38%);
- нарушения детско-родительских отношений (проблемы семейных взаимоотношений) (32%);
- снижение успеваемости и нарушение учебной мотивации (18%);
- психологическое состояние (12%).

Это не означает, что таких поводов к обращению за помощью к психологу ранее указанного срока не было; во-первых, они были не так распределены в процентном отношении, а, во-вторых, они не обладали такой активностью. Отсюда вытекает достаточной прозаичный вывод: нарушения какого-либо характера постоянно меняются и специалисты должны обладать достаточной гибкостью, что достигается теоретической и методической подготовкой.

Литература

1. Кащенко В.П. Педагогическая коррекция: Испр. недостатков характера у детей и подростков: Кн. Для учителя.-2-е изд.-М.: Просвещение, 1994.-223 с.
2. Лебединский В.В. Нарушение психического развития у детей. М., 1985.
3. Мамайчук И.И. Психологическая помощь детям с проблемами в развитии.-СПб.: Речь, 2001. - 220 с.
4. Осипова А.А. Введение в теорию психокоррекции. - М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: МОДЭК, 2000.-320 с.
5. Рабочая книга школьного психолога/Под ред. Дубровиной И.В. М., 1991.
6. Шевчук В.Ф. Поведение личности: педагогические и психологические проблемы, Ярославль, 1991. - 155 с.

Как нам, психоконсультантам, быть умными, и при этом не быть идиотами, и при этом присоединяться к клиентам – как же нам работать?!

Вопль психоконсультанта

Сразу договоримся, что речь пойдет о здоровых людях, которые, однако, приходя на индивидуальную консультацию или на групповой психотерапевтический тренинг, заявляют о своем страхе сойти с ума. Мы уже обращались несколько лет назад к близкой теме⁵. Тогда мы сами не до конца понимали, чем заинтересовали нас стратегии идиота (князя Мышкина). Но когда, словно сговорившись, несколько клиенток подряд заявили о своей проблеме одинаковыми словами: «Боюсь, что я сошла с ума» - нам подумалось: а вдруг в сумасшествии есть ресурс? Тогда в чем он и как получить к нему доступ, оставаясь при этом, однако, здоровым человеком?

В данной статье мы намерены прокомментировать индивидуальные терапевтические сессии на тему сумасшествия и сравнить его с мифами о безумцах, как древними, так и современными. На наш взгляд, это поможет нам понять суть явления.

Для справки

Клиенты не особенно разделяют понятия «сумасшедший», «идиот», «дурак», употребляя их как синонимы, поэтому проясним значение всех приведенных слов, чтобы прояснить для себя эту многогранную субличность. Итак, «сумасшедший – (1) страдающий душевным, психическим расстройством; умалишенный. (2) Утративший способность здраво рассуждать, поступающий необдуманно, безрассудно»⁶. *Идиот* – в первом значении «человек, страдающий идиотией, слабоумием». Во втором (просторечное, бранное) – «дурак, болван, турица»⁷. Смотрим дальше: «*дурак* – (разг.) глупый, тупой человек, а также помешанный, юродивый»⁸. Наконец, «*юродивый* – (устар.) психически ненормальный; блаженный, аскет-безумец или принявший вид безумца, обладающий, по мнению религиозных людей, даром прорицания»⁹.

Один из самых стойких социальных стереотипов – «сумасшествие – это плохо». Причем, плохо не само по себе, а в силу неприятия обществом. На сегодняшний день если кто-то рискует быть сумасшедшим, то нарушает одну из важнейших норм. Разум – это, прежде всего, ответственность и контроль. Безответственного человека, вышедшего из-под контроля, немедленно записывают в маргиналы¹⁰ – он опасен для общества, потому что поведение его непредсказуемо («Не то чтоб разумом моим / Я дорожил; не то чтоб с ним / Расстаться был не рад: / Когда б оставили меня / На воле, как бы резво я /

⁵ Ефимкина Р.П. Роман «Идиот» Достоевского в свете гештальт-подхода.//Журнал практического психолога. – 1998. - №4.

⁶ Словарь русского языка: В 4-х т./АН СССР, Ин-т рус. яз.; Под ред. А.П.Евгеньевой. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Русский язык, 1981. Т. 4. С-Я. С. 305.

⁷ Там же. Т. 1. А-Й. С. 631.

⁸ Там же. С. 453.

⁹ Там же. Т. 4. С-Я. С. 775.

¹⁰ Маргинал. В современных словарях нет толкования значения этого слова. Этимологически восходит к *маргиналии* – (от лат. *marginalis* находящийся на краю) – пометки на полях рукописи; заголовки, вынесенные на поля книги, журнала (Словарь иностранных слов. – М., 1986. С. 294). В употреблении – обозначение личностей, социальных слоев или групп, находящихся на "окраинах", на "обочинах" или попросту за рамками характерных для данного общества основных структурных подразделений или господствующих социально-культурных норм и традиций.

Пустился в темный лес!.. /Да вот беда: сойди с ума, /И страшен будешь как чума, /Как раз тебя запрут, /Посадят на цепь дурака /И сквозь решетку как зверка /Дразнить тебя придут»¹¹).

В социуме одной из главных ценностей является разумность, а утрата разума воспринимается как несчастье. Человечество стало разумным не так давно, но именно это позволило ему выделиться из природы и стать «господином» над ней и над самим собой. Разумеется, это палка о двух концах: за то, что интеллектуальный «орган» переразвит в ущерб остальным, мы уже сегодня платим экологическими катаклизмами. Чтобы достичь баланса или хотя бы как-то сдвинуть этот дисбаланс с мертвой точки на уровне индивидуума, мы предлагаем осмыслить вторую, угнетенную часть нашей натуры – «неразумную».

Персонаж карт Таро «Дурак»

Карты Таро называют архетипическими, так как они отражают универсальный, «общечеловеческий» опыт и основные модели развития человека. Причина их непреходящего очарования (более 500 лет!) в том, что сведения карт при раскладе странным образом совпадают с текущей ситуацией. Хотя у современного человека в распоряжении находятся инструменты научного познания мира, внутренний мир человека по-прежнему остается загадкой, в нем не работают причинно-следственные законы материального мира. Зато они напоминают нам мифы, описывающие жизнь человека как путешествие, своего рода лестницу, ведущую к более высоким уровням сознания¹².

Двадцать две карты, называемые Старшими Арканами Таро, представляют собой серию изображений, отражающих различные стадии этого путешествия. Двадцать одна карта имеет свой номер, но карта «Дурак» – особая, без номера. На ней изображен безумный юноша, в экстатическом забвении занесший ногу над пропастью. Он завис, находясь одновременно в двух состояниях: одна нога на твердой почве – и удерживает его на тверди земной, таща за одежду, не кто иной, как собачка, олицетворяющая собою инстинкт самосохранения. Другая нога, как мы уже заметили, занесена над пропастью – символом неизвестности, в которую мы рвемся, стремясь обрести свободу. Вечная развилка, перед которой стоит человек, выбирая свой путь: свобода (но при этом и одиночество) или же единение (но при этом зависимость)!

Это карта, с которой начинается путешествие жизни. По описанию Дурак сильно напоминает новорожденного. Действительно, родившийся человек в каком-то смысле «дурак», не имеющий ни опыта, ни даже минимальных средств человеческого общения в виде речи – иначе говоря, не социализированный. Ему предстоит стать «умным» – усвоить те правила, по которым живут и взаимодействуют между собою люди. Самое первое правило, которое мы усваиваем еще в бессознательном возрасте – «не будь с краю». Засыпая, мы слышим слова колыбельной: «Баю-баюшки-баю, не ложися на краю, придет серенький волчок и укусит за бочок, унесет под кустик и домой не пустит», что в переводе с «марсианского» означает: «не будь маргиналом, сынок»¹³.

¹¹ Пушкин А.С. Сочинения в трех томах. Т.1. – М.: Художественная литература, 1985. С. 523.

¹² Шарман-Бюрк Дж., Грин Л. Мифологическое Таро. Новый подход к картам Таро. – М.: «КСП+», 1999.

¹³ Осорина М.В. Секретный мир детей в пространстве мира взрослых. – СПб: «Питер», 1999. С. 16.

Дурак – типичный маргинал. Еще раз посмотрите на карту – юноша занес ногу над пропастью, он стоит на самом краю! Быть «с краю» – значит быть не таким, как все. Асоциальными «разрешается» быть только малым детям, сумасшедшим и преступникам, причем, все три категории, как мы уже сказали, предпочтительно держать под присмотром и контролем.

В словаре символов «Дурак» рассматривается как сверхсознание: «Это горемыка, все состояние которого заключается в тощем узелке, - символе бессознательного, безответственности и подчинения неосознанным влечениям. Истолкование при гадании: устремление во власть слепых инстинктов и страстей. Безответственность, безрассудство, рабство, утрата свободы волеизъявления. Безразличие, бесчувственность, беспечность»¹⁴.

Однако в карте «Дурак» есть и другая символика – «в ней заключен изначальный хаос всех космогонических систем – то исходное сырье, из которого Демиург начинает творить свои миры. Это не остывшая еще лава, которой предстоит спустя миллионы лет превратиться в платформу; это темные воды, над которыми летает Дух Божий; это сырья глина, не ставшая еще кувшином»¹⁵. Не правда ли, данное поэтическое описание архетипа «Дурак» является не чем иным, как описанием бессознательного?

Мифы и сказки

Юнг первым заставил нас взглянуть на мифы и сказки как на отражение коллективного бессознательного. Бессознательное – та самая первичная материя, из которой возникают и развиваются сознание и это личности. Чтобы в нашем сознании, этой крошечной вершине айсберга над огромной скрытой под водой глыбой бессознательного, возникло что-то новое, какое-то малюсенькое приращение, «общество переворачивается с ног на голову, возникают крестовые походы, рождаются новые религии, и в результате мощных потрясений целые империи превращаются в руины»¹⁶.

На наш взгляд, именно сейчас более чем когда-либо актуально реабилитировать «дурака» – понять его ресурс и важность для выживания. Человечеством давно уже адаптированы такие божественные простаки, как Тиль Уленшпигель, который не боится попросить короля поцеловать его в зад; наивный Парсифаль, предназначение которого после тяжких испытаний и долгого пути обрести святой Грааль¹⁷; все шекспировские шуты, позволяющие себе говорить правду власть имущим; Иванушка-дурачок, побеждающий самых умных и коварных героев.

Однако, похоже, этого недостаточно. Каждое новое поколение создает свои собственные мифы, в которых снова и снова ищет ответа на вопрос человеческого существования.

Культовая песня тинэйджеров «Я сошла с ума»

Вот один из мифов нового времени - песня группы «Тату» «Я сошла с ума», которая не выходит из тройки лучших хитов больше года – с чего бы это? Какие пласти подросткового (и не только) бессознательного задевает

¹⁴ Жюльен Н. Словарь символов. Иллюстрированный справочник. – Челябинск: «Урал Л.Т.Д.», 1999. С. 111.

¹⁵ Бейнс Дж., Вронский С. Судьба на ступенях Золотого Таро. В 2-х кн. – М.: Гелиос, 1995-1998. С 78.

¹⁶ Джонсон Р. Мы. Источник и предназначение романтической любви. – М., 1998. С.12.

¹⁷ Превосходный анализ этой средневековой легенды сделан в книге: Джонсон Р. Он. Глубинные аспекты мужской психологии. – М., Харьков, 1996.

непрятательный текст, в котором пресловутая фраза – «я сошла с ума» - повторяется 24 раза?

Девочкам по 15 лет, они любят друг друга («мне нужна она») – вот, собственно, и все. Однако пресса сравнивает песню с открытием новой земли: «Самая яркая и неожиданная сенсация уходящего года - дуэтный проект "Тату". Их появление на эстраде можно сравнить только с открытием новой земли - юные исполнительницы буквально взорвали "Русскую десятку" MTV своим дебютным видео "Я сошла с ума"... Их искренность граничит с вызовом и шокирует неподготовленного слушателя»¹⁸.

Новое, как это всегда бывает, несут молодые, подтверждая тем самым, что конфликт отцов и детей вечен. Похоже, здесь мы имеем дело с тем самым «приращением» к общественному сознанию – оказывается, можно любить и представителей своего пола.

«Все нормально. Не надо психовать и травиться валидолом. Ну, хочется подурить, а почему нет? Ведь у нас всего-то выбора: мальчик или девочка. Другого для любви не дано. Геи - уже неинтересно. Борис Моисеев всех распугал. А вот до лесбиянок наш шоу-бизнес только в этом году додумался. Видать, хитрые продюсеры посмотрели "Покажи мне любовь" и выдали "Тату". Да так, что теперь в метро невозможно ездить. Девицы сидят напротив друг друга, в упор рассматривают, начинают губки облизывать. А в мозгах шумит: «Я сошла с ума»... (журнал «Молодой», январь 2000 «"ТАТУ" и все такое...»).

Сила песни – в precedente: нарушен один из самых стойких, освещенных веками социальных стереотипов гетеросексуальности. А сила нимфеток – в «невменяемости»: добровольное признание «я сошла с ума» обезоруживает («Мама-папа, прости...»).

Фильм «Идиоты»

Еще один социальный шок - фильм «Идиоты» Ларса Фон Триера (1998, Дания). Он снят ручной камерой, наподобие документального – хроника одной коммуны «идиотов», которые наотрез отказываются жить по «нормальным» законам общества. Молодые люди развлекаются тем, что имитируют поведение слабоумных. Это позволяет им эксплуатировать снисходительность и жалость людей и пользоваться многочисленными привилегиями: бесплатно посещать рестораны, бассейн, экскурсии и т. п.

Их лидер пытается подвести под их поведение идеологическую базу: «В чем смысл этого общества, которое становится все богаче и богаче? Но никто от этого не становится счастливей. Еще в каменном веке все идиоты вымерли. Сейчас это не должно повториться. Быть идиотом – это роскошь и это шаг вперед. Идиоты – это люди будущего. Если только человеку удается найти идиота, своего собственного идиота – он счастлив...»

Совершенно случайно к компании примыкает Карен, у которой только что умер новорожденный ребенок. Об этом зритель узнает в самом конце фильма, и тогда станет понятным равнодушие Карен к тому, где, как и с кем жить. Однако на протяжении всего фильма она задает «идеологу» коммуны «нормальные» вопросы: «Зачем они это делают? Есть же и настоящие больные? Мне жаль тех людей, которые, в отличие от нас, лишены рассудка. Как можно оправдать эту игру в идиотов?» И еще: «Я бы только хотела понять... почему я здесь?» И тот отвечает: «Может быть, потому, что в тебе сидит маленький идиот и стремится выйти наружу и найти себе компанию, как ты думаешь?»

¹⁸ Журнал «Неон». - 2000. - №12 спец.

Для главной героини это не игра, а совершенно новый, *счастливый* образ жизни. Новизна в том, что, оказывается, можно не относиться с трепетом к дорогой черной икре, а есть столовыми ложками и даже раскидывать по сторонам (Карен: «Это дорогая еда, многие люди голодают!»). Можно обманывать, если опасно говорить правду, можно настаивать на своих правах.

Базовые права человека – право на существование, на территорию и защиту ее, на потребности и их удовлетворение, на любовь – Карен, как и множеству людей, трудно воспринимать как данность. До сих пор она жила в том убеждении, что счастье надо заслуживать, в противном случае возникает чувство вины. Со слезами на глазах Карен признается: «Мы здесь так счастливы. Я не имею права быть такой счастливой!» Одна из «идиоток» успокаивает ее: «Имеешь. Конечно, имеешь. Имеешь право быть здесь и быть счастливой. Ты мне веришь? Веришь?» – «Да. Верю. Да».

Наконец, главный герой предлагает членам «коммуны» выйти «в народ» – начать «валять дурака» в реальной жизни. Те неохотно соглашаются, бросают жребий, но в реальной жизни – на работе или в семье – никто из них не рискует быть маргиналом, нарушить социальные ожидания и тем самым получить неодобрение окружающих. И тогда именно Карен решается на эксперимент – вернуться в собственную семью и вести себя по-идиотски: «Быть идиоткой вместе с вами – это, возможно, лучшее, что со мной было. Увидим, смогу ли я доказать, что все это имело смысл».

Пригласив с собою «эксперта», она возвращается в свою квартиру. Многочисленные родственники, включая мужа, не проявляют ни радости, ни удивления, увидев ее. Все садятся за стол. При первых же признаках «дуракаваления» ее муж, не сказав ни слова, отвещивает ей оплеуху и продолжает есть. Все делают вид, что ничего не произошло. Девушка-эксперт встает и говорит: «Достаточно. Пойдем отсюда, Карен». Конец фильма.

Все так красноречиво ясно, что, вроде, и не нуждается в комментариях. Старая поговорка – «хлеба и зрелищ» верна только в такой последовательности: сначала хлеба, а потом уж зрелищ. То самое буржуазное общество, против ценностей которого протестуют молодые «идиоты», достаточно сытое, чтобы позволить себе «зрелищ». Когда «нижняя» ступенька пирамиды Маслоу – витальные потребности – удовлетворена, люди могут позволить себе быть такими «идиотами», что замахнуться на удовлетворение «высших» потребностей – к примеру, безусловно любить и принимать друг друга такими, какие есть. Верно и обратное: в семье Карен утонченность «идиотизма» – непозволительная роскошь, за которую наказывают.

Передача «Скрытой камерой»

По сути, это «идиотизм» – идти против социальных стереотипов. Однако не идти – значит подвергнуться стагнации, застою.

Когда речь идет о зрелицах, то очень ярко проявляется разница в культурах двух обществ: американского и нашего. Взять, к примеру, передачу «Скрытой камерой», где люди сняты в самых «дурацких» проявлениях, и при этом большинство из них счастливо, узнавая, что попали на экран. Сравним с передачей Комиссарова (наш вариант «скрытой камеры», несколько лет назад шедший по ТВ): девушка заходит в переполненный общественный транспорт с надетым обручем, дающим ей личное пространство, и на нее обрушивается шквал агрессии пассажиров. А между тем речь идет о психологическом базовом праве на собственную территорию и ее защиту... В другом сюжете балерина в

пачке и пуантах с пластинкой «Лебединого озера» подмышкой звонит в двери квартир незнакомых людей и просит позволить ей порепетировать танец...

Про что эти передачи? Когда с экрана посредством видеосюжета к нам обращаются с призывом: «Люди, будьте глупыми!» - мы воспринимаем это как: «Люди, не бойтесь экспериментировать, пробуйте нетрадиционное, забудьте про условности, раскройте свою творческую часть». Именно это мы предлагаем попробовать нашим клиентам на терапевтических сессиях. Порой они кажутся театром абсурда, кажется, что, подобно Дураку в картах Таро, мы сделаем шаг вперед и полетим в пропасть, но странным образом именно на этом пути мы обретаем жизненную силу, энергию к новым свершениям и, самое ценное, утраченную радость бытия.

Психоконсультационные сессии

Надо заметить, что участники, впервые попавшие на психологические групповые тренинги, испытывают тревогу по поводу того, что окружающие назовут их «психами», а все мероприятие - «дурдомом». И. Ялом объясняет этот феномен тем, что в группах поощряется исследование процесса¹⁹. В нашей жизни позволяет комментировать процесс только родителям во взаимоотношениях с маленькими детьми. Однако среди взрослых комментирование процесса представляет собой табуированное социальное поведение, считающееся проявлением грубости и наглости. Когда члены группы слышат комментарии по процессу, в них пробуждается тревога, сопровождающая социализацию. Тем не менее, взаимодействие на уровне процесса, а не содержания, является одновременно пугающим и захватывающим, оно «есть блок питания группы»²⁰ именно потому, что группа – единственное место, где можно быть самим собой, не оглядываясь на социальные нормы. То, что в социуме называется «идиотизм», в группе может расцениваться как аутентичное поведение.

А теперь давайте обратимся к материалу психоконсультационных сессий, в которых люди, теперь уже на индивидуальном уровне, осваивают свою отторгнутую ими субличность, которую они называют «сумасшедшей».

Сессия Светланы, 21 год

Мы намерены привести протокол сессии полностью, изменив только имя и некоторые узнаваемые детали. Это была короткая десятиминутная сессия в рамках обучения психологическому консультированию студентов выпускного курса.

К: У меня такая проблема. Я живу не вместе с моей мамой. Когда я начинаю с ней разговаривать, она обзывает меня: «Ты сумасшедшая! Психически ненормальная!» И это бывает практически каждый раз, когда мы встречаемся, в том числе по телефону. И у меня каждый раз начинается истерика, я уже боюсь, что правда сойду с ума. И вот вчера она приехала – и я жду: ну когда же, когда же она скажет, что я сумасшедшая! И чувствую – сама уже сейчас начну на нее кричать, чтоб она назвала меня сумасшедшей.

П: Чего ты хочешь?

К: Хочу, чтобы я спокойно реагировала на эти слова. Научи меня.

П: Ты хочешь, чтобы я научила тебя? О чем вы говорили вчера, например?

¹⁹ Процесс противопоставляется содержанию. Содержание – сказанные слова, процесс – межличностные отношения участников, произносящих именно эти слова в определенный момент, в определенной манере (Ялом И. Теория и практика групповой психотерапии. – СПб, 2000. С. 159).

²⁰ Там же. С. 164.

К: Вчера она не обзывала меня сумасшедшей. Вчера она говорит: «Ну ты же мой малыш!» А я ей (встает в гордую позу, ноги расставлены, правая рука в бок): «Какой я тебе малыш?! Я не малыш!» – «Нет, малыш».

П: Что ты чувствуешь в этот момент?

К: Мне кажется, что она унижает меня, я чувствую слабость, ничтожность, свою незначительность, мелочность своего существования, что-то такое, будто я комар (правой ногой топает и как бы раздавливает каблуком насекомое).

П: Это мама тебя так?

К: (кивает, левой рукой держится за грудь).

П: Где живут это чувства?

К: (ссутилившись, показывает на грудь двумя руками) Даже сейчас внутри дрожь такая, что-то горячее, то холодное.

П: Что хочешь сделать с этим состоянием?

К: Хочу, чтоб его не было, чтоб я не была настолько зависима от мамы, от ее слов. Я уже начинаю глючить, что это из-за ее слов такое чувство, что я сошла с ума.

П: Побудь сумасшедшей или сделай, скажи что-нибудь сумасшедшее. Только не забывай, что нельзя увечить людей и портить имущество. Что ты такое делаешь, за что мама называет тебя сумасшедшей?

К: (плачет).

П: Что с тобой сейчас происходит?

К: Не хочу быть сумасшедшей! Я просто боюсь быть сумасшедшей...

П: Что тогда с тобой будет?

К: В дурдом попаду.

П: И что тогда?

К: Докатилась! Не хочу в дурдом.

П: Да побудь сначала в роли сумасшедшей, прежде чем отказываться. Давай поисследуем в безопасной обстановке, что тебя так пугает. Что там, в дурдоме?

К: Шизики всякие... (смеется) по стенам лазят (группа смеется).

П: Залезь на стену (смех в группе, одна из участниц запирает дверь. П., с иронией): Да, вдруг кто зайдет, нечего нормальным людям пользоваться привилегиями сумасшедших.

К: (ставит стул к стене, садится лицом к стене, поднимает ноги, разводит их в стороны и упирается каблуками в стену).

П: Что ты сейчас чувствуешь?

К: Я такая важная, взрослая.

Т: Тебе что-то напоминает эта поза?

К: (смутился. Группа смеется).

Комментарий

Это типичная сессия, которую автор относит к жанру «психологическая инициация»²¹. Так мы называем явление, когда отмирают менее адекватные и неактуальные условия жизни и возрождаются обновленные и более соответствующие статусу индивидуума. Клиентке требуется трансформироваться, «вырасти», повзрослеть, то есть сепарироваться от власти мамы. Попытки стать взрослой сопровождаются чувством вины перед мамой. Клиентка ведет себя амбивалентно: с одной стороны, она стремится к эмансипации, с другой – использует маму как средство удержания себя в

²¹ Подробнее см.: Ефимкина Р.П., Горлова М.Ф. Психологическая инициация женщины./ Российский гештальт. – М.: МИГИП, Новосибирск: НГУ, 1999.

детской роли как можно дольше. Когда мы во время психологической сессии исследуем, в чем заключается «сумасшествие» клиентки, то символически она изображает его в виде позы, характерной только для двух ситуаций (ассоциации, которые члены группы привели в ходе шеринга): сексуальная поза либо поза в кресле гинеколога. И то и другое является атрибутом «взрослой» жизни женщины. Как правило, именно это новообразование юности дается с трудом – мама бессознательно тормозит дочь на пути взросления, отчасти из желания облегчить жизнь последней, отчасти из чувства соперничества. Контакт девушки с матерью возможен только невротический – через надевание на себя ярлыка «сумасшедшей». Тогда очевиден ресурс «сумасшествия»: это разрешение себе делать шаги на пути взросления, а именно: вступать в сексуальные контакты, при этом сохраняя удовлетворяющие отношения с матерью.

Сессия Наташи, 26 лет

В другой сессии тема сумасшествия представлена опосредованно. Клиентка обозначила свою проблему как страх рожать второго ребенка, потому что тогда она не справится с домашними обязанностями. Она живет вместе с мужем и сыном, а также родителями и бабушкой. Бабушке 83 года, после инсульта она слабоумная, и клиентка сочувствует ей, одновременно испытывая панический страх. Мы предложили ей технику расстановки семьи, но поскольку это была индивидуальная, а не групповая работа, то мы использовали подсобный материал – камни. Мы приводим лишь отрывок протокола, имеющий отношение к рассматриваемой теме:

Т: Расставь вот эти камни так, как если бы это были члены твоей семьи. А теперь побудь на месте каждого члена семьи.

К: Я – бабушка (пауза). Странно, но я не чувствую ужаса...

Т: А что чувствуешь?

К: У меня другой мир, свой собственный, не похожий на мир других людей. Меня не интересуют те вещи, которые занимают здоровых людей, это все суэта... Мне хорошо, спокойно.

Т: Вернись в свою роль. Что чувствуешь?

К: Удивление. Я поняла, что это мои чувства страха и жалости, потому что это мне страшно было бы попасть в такое состояние, и я переношу его на бабушку.

Комментарий

Это тоже случай встречи клиента с тем социальным стереотипом, что сумасшедший – несчастный человек. Клиентка не различает свое собственное состояние с состоянием 83-летней бабушки, проецируя на нее свой страх. Во время сессии ей удалось отделить свои чувства от чувств другого человека и повторному взглянуть на свою собственную жизнь. Она почувствовала себя свободной от чувства вины перед бабушкой за свое здоровье. Суть инсайта: можно быть счастливой и проживать свою жизнь полно, несмотря даже на то, что другие люди рядом живут по-другому.

Сессия Ирины, 30 лет

На женской группе одна из участниц рассказывала о своих отношениях с критикующей свекровью: «С тех пор, как я вышла замуж, я забросила горнолыжный спорт. Денег жалко на инвентарь, потому что если я куплю лыжи, то свекровь меня осудит, мол, есть покупки и поважнее».

Если непременно настаивать на своем, то человеком легко манипулировать, называя его поведение глупым. Я предложила ей не

протестовать против упреков свекрови и не оправдываться, а соглашаться словами «да, я дура».

Т: Поставь эту сцену.

К (Озвучивает свекровь): Ну не дура ли ты, купила горные лыжи вместо того чтобы...» – «Да, мама, вы правы, сейчас я и сама вижу, что дура». – «К тому же весна на улице, когда ты кататься-то будешь?!» – «Ну, точно, ну не дура ли я? Ох, я и дура!» – «(Примирительно): Ну ладно, что уж теперь. Не продавать же...»

Комментарий

Если искать аналоги, то вспоминается сказка «Сивка-бурка», в которой Иванушка-дурачок в силу своей легальной «дурости» предоставлен самому себе в принятии решений. Это, безусловно, ресурсное состояние, так как он не расходует силы на бесплодную борьбу со старшими «умными» братьями. Достаточно того, чтобы самому критично осознавать свою «дурацкую» часть – то есть оставлять в жизни место экспромту, риску, ребячеству, чтобы жизнь не превратилась в мрачное исполнение долга.

Заключение

Воркшоп «Ресурс идиотизма»

Данная статья была опубликована в 2001 году²² с открытым финалом. Год спустя, в июле 2002 года, в рамках психологического Интенсива под Новосибирском нами был проведен воркшоп с одноименным названием. За основу было взято упражнение, с которым автор познакомился на занятиях по актерскому мастерству в группе Татьяны Миникес. Суть в том, что группа разбивается на подгруппы по 4-5 человек, которые заранее договариваются о «диагнозах», делают в течение 5-7 минут импровизированные костюмы и под музыку на сцене показывают сцену «Больные в очереди в кабинет психиатра». Поскольку участниками воркшопа являлись психологи, то проблем с «диагнозами» не возникло. После выхода всех подгрупп был проведен шеринг, в ходе которого каждый из участников ответил на вопрос: «Как это относится к твоей собственной жизни?»

Нам хочется завершить экскурс в «идиотизм» рассказом о собственном ресурсе, о том, как это относится к нашей собственной жизни. Как-то на индивидуальную сессию пришла совершенно «сумасшедшая» клиентка – кричала, падала на грязный пол в белой кружевной кофточке, не слышала обращенных к ней слов. Клиенты с патологией находятся вне сферы нашей компетенции, однако это не была патология. Веря в то, что клиенты прекрасно считывают информацию с психоконсультанта и приходят с темой, близкой самому консультанту, мы очень озабочились происходящим. Во время супervизорской сессии мы обратились за помощью к супervизору: «Почему именно ко мне пришла такая клиентка?!» И он ответил: «Может, для того, чтобы ты научилась общаться с любыми людьми?»

²² Ефимкина Р.П. Ресурс «идиотизма»./ Российский гештальт. Выпуск 3. – Новосибирск: Научно-учебный центр психологии НГУ, 2001. С. 91.

СОЗДАНИЕ СИТУАЦИИ НАИБОЛЬШЕЙ ВОСПРИИМЧИВОСТИ ИДЕЙ И МЕТОДИК ТРЕНИНГА. Жукова Н., ЯрГУ

Первоначальной фазой создания ситуации наибольшей восприимчивости тренинга является повышение заинтересованности в такого рода информации. Методик четко описывающий этот механизм автор данной статьи не нашла, существуют слабо разработанные методики начального этапа, а также смещение акцентов с целенаправленной деятельности тренера на групповую динамику. Считается, что с помощью групповых процессов произойдет повышение мотивированности участников к выполнению упражнений и активному участию в тренинговой работе. Каким же образом предполагается воздействие на групповую динамику?

Вполне понятно, что во время стадии "турнирных боев" при некоторой помощи тренера возможно формирование именно той групповой иерархии которая нужна тренеру. Деятельность тренера состоит в создании ситуации, когда участник тренинга прочувствовал бы необходимость развития собственной личности в данной области, или эффект лабиализации (Л. А. Коростылева, Б. Д. Парыгин). Так называемый "немецкий" подход. Связывает данный автор этот момент с специальными усилиями тренера к тому, чтобы участник обязательно показал свою некомпетентность и совершил ошибку. Дальнейшее развитие событий представляется следующим образом: участник действительно прислушается к словам тренера и начнет действовать в соответствии с предлагаемыми тренером программами выполнения тех или иных действий.

Но так или иначе, но в каждом из этих случаев предполагается создание препятствий в первом этапе тренинга для участников, для того чтобы процесс передачи знаний и умений был более конкретным (т. е. на только что совершенных ошибках). Такой подход с одной стороны кажется действенным и просто реализуемым на практике, но с другой стороны в нем проявляется ограниченность тренингов с такой программой.

Сама суть такого тренинга за короткий срок научить человека новым навыкам умениям. Для этого просто на отдельно взятом примере, только что произошедшего провала, объясняется, что в данном конкретном случае необходимо было делать.

Но есть и другой путь. Подача знаний и умений производится не через создание программы действий, а путем расширения поля сознания или сменой парадигм сознания. Глубинное осознание тех противоречий и ошибок накопившиеся при решении этой проблемы не заканчивается обучением составления эффектной речи и манерой войти в аудиторию, а начинается с базового пересмотра позиций, с которых начиналось решение проблемы. Взгляд на проблему является поворотным пунктом в ее решении. Смена парадигм сознания может происходить двумя методами: инсайтным (в какой-то мере повторяющим скорость выше рассматриваемого подхода, но с более глубокими выводами) и более затяжным (через анализ поступающей информации и последовательного выбора другой стратегии решения задачи).

Второй подход примечателен тем, что не только для социально-психологического тренинга умений он применим. Это базовая схема изменений в сознании и переосмыслинении собственной личности участника тренинга в данный момент. Переосмыслинение личности участника затрагивает не только подход к проблеме («как мне ее решить»), но и причины появления проблемы, коренящиеся в личности человека. И во втором подходе совершаются ошибки, и

их тоже разбирают, но отличие в том, что выводы делают не только в плоскости "правильно \ неправильно", но и "насколько соответствуют твои действия твоим предполагаемым целям". Рассматривается не только отдельное действие, но и возможные предпосылки и последствия. Данная позиция противоречит принципу "здесь и теперь", но разделение непосредственных критических замечаний и существующих параллельно мыслей о прошлом и будущем у участника на мой взгляд есть объективная реальность. Особенностью подхода является более глубокие изменения в результате более осмысленного поведения и большего внимания к каждому проявлению индивидуальности участника. Естественно, существуют и общие места, места соприкосновения и внимания двух подходов.

Одним из таковых мест является эмоциональная сфера. Реакции этой сферы личностного восприятия вдохновляют своей быстротой, большой энергичностью и непременным ответом окружающих. Именно на эмоциональной сфере построено множество приемов и техник тренинга. В то же время энергию из этой сферы можно использовать различным образом и на привлечение внимания к своей тренинговой методике, и для анализа подобных проявлений с точки зрения представленной личности участника. Смысл возбуждения эмоциональной сферы и в создании условий (нужного психологического климата) и для дальнейшего возбуждения в когнитивной сфере. Наиболее болезненным воздействием в межличностном общении в тренинговой группе является негативная обратная связь, которая в может чувствительно воздействовать на самооценку. Многие знаменитые психологи указывали на значимость оценок окружающих для индивида. Восприятие себя может происходить через:

Восприятие себя идентификацию (различение) себя с другим.

Восприятие себя через восприятие себя другими. Значимость этого источника развития представления о самом себе подчеркивал Л. С. Выготский : личность становится для себя тем, что она есть себе, через то, что она представляет для других".

Восприятие себя через результаты собственной деятельности (Л. И. Божович, А. И. Липкина, М. И. Лисина).

Восприятие себя через наблюдение собственных внутренних состояний.

Межличностная обратная связь выступает в основных трех ролевых позициях :

1) регулятором поведения человека(Грифин и Б.Паттон указывают на тройную роль обратной связи в отношении регуляции поведения

а)обратная связь может побуждать к изменению, б) быть указателем типа требующегося изменения, в)помогать человеку оценить попытку

применения нового поведения,

2)регулятор межличностных отношений,

3) источник самопознания.

Основываясь на этом кратком перечне ролевых позиций обратной связи и основных моментов восприятия себя, можно сделать дальнейший вывод, что для первого вида тренингов действительно необходимо специальное использование межличностной обратной связи как регулятора поведения человека. Для второго же вида существу

Таким образом я предлагаю разделить два принципиально отличных подхода к такой форме практических психологических занятий как тренинг.

1. Наращивание более эффективных тактических приемов, сухая констатация выверенных положений и их заучивание.

2. Путь смены парадигмы сознания, путь изменения структуры личности.

В данный момент констатировать можно лишь тот момент, что несмотря на близкие объекты и методы принципиальным отличием двух видов тренингов является не только глубина воздействия, но отличия в самой цели воздействия. Отличие в наработке навыков, без личностного роста (поведенческий подход), или изменение самого понимания проблемы и личностный рост, во время которого решение проблемы приходит не только из другого состояния, но и переосмысливается вся система ценностей, целей индивида. При такой констатации вопроса приходиться признать, что при столь глобальном вмешательстве (кроме ответственности психолога за привнесение другого образа действия, жизни и понимании индивида) существует проблема адекватности полученной новой системы перед той, которая в данный момент господствует в микросреде индивида. С другой стороны в первом типе тренингов происходит отчуждение навыков от личностного смысла индивида и вкладывание в его поведенческий аспект.

Смена парадигм сознания, инсайт понимания проблемы и собственной личности возможен, но столкнется с отторжением и всяческой защитой структуры самой личности. Существуют методы (ИИПТ в частности) для работы с индивидом не затрагивая (в идеале) ее личности. Расширение карты сознания также может привносить новые подходы через различные состояния. Групповой аспект этой работы позволит максимально закрепить приобретенные ценности.

Итак, отличие тренингов первого и второго пути следующие:

Наличие разработанной системы ценностей, как важнейших ориентиров в жизни и дальнейшей деятельности.

Приобретение поведенческих навыков без затрагивания структуры личности или с изменением самой личности.

Тактическое изменение поведение или изменение стратегии жизни.

И в качестве заключения хочется отметить такие модели, которые основаны на мощных теоретических разработках (К. Г. Юнг, С. Перлз, Р. Ассаджиоли), в которых привнесение мощных когнитивных компонентов приводит личность в состояние сходное со вторым видом тренинга.

Литература.

1. Емельянов Ю. Н. Активное социально-психологическое обучение.
2. Кови Р. С. Семь навыков высокоэффективных людей. М., 1998 г., 342 с.
3. Петровская Л. А. Компетентность в общении., Изд. Московского Университета., М., 1985 г., 198 с.
4. Соловьева О.В. Обратная связь в межличностном общении. М., 1982 г., 112 с.

ВОЗМОЖНО ЛИ ВОСПИТАНИЕ В НАШЕ ВРЕМЯ?

Карицкий И.Н., Москва

Воспитание – это процесс сознательной социализации одним человеком другого, обычно взрослым – ребенка. В качестве субъекта

и объекта воспитания, понятно, может также выступать и группа лиц. Всякое воспитание протекает в определенных условиях, часть этих условий (факторов) подвластны воспитателю, часть – нет. В то же время все внешние условия выступают детерминантами процесса социализации. В значительной степени возможность процесса воспитания связана с соотношением управляемых и неуправляемых факторов той социальной среды, в которых протекает процесс социализации индивида. С другой стороны, часть неуправляемых факторов могут быть вполне адекватны целям воспитания и значит – выполнять позитивную функцию социализации. Успешность/неуспешность воспитания, таким образом, обусловлена, в частности, тем, насколько неуправляемые факторы внешней среды соответствуют или противоречат целям воспитательного процесса и каков их суммарных вклад в этот процесс.

В традиционном обществе факторы внешней среды задавали тот же вектор формирования личности, что и семейное воспитание. Ребенок с ранних пор был включен в такие условия социальной среды, которые затем сопровождали его всю жизнь, и, став взрослым, он уже сам воспроизводил эти условия. Если он рос в семье крестьян или ремесленников, то с раннего детства имел определенные трудовые обязанности, которые росли вместе с ним, пока естественно не становились образом его жизни. Если ребенок принадлежал более высоким сословиям, то и там преобладающими влияниями были, с одной стороны, условия самой жизни, которые становились и условиями его жизни, с другой – воспитание, ориентированное на условия этой жизни. По большому счету традиционное общество не могло иметь коллизий, основанных на противоречиях между сознанием индивида и условиями его жизни.

Советский период российской истории в конечном итоге также выработал свою цельность и согласованность условий жизни и воспитания. Воспитательный процесс базировался на единой идеологической основе, с которой человек имел дело с детсадовского возраста и которая сопровождала его всю жизнь. Всегда было ясным различие между должноим и не должноим, даже если должное не реализовывалось на деле. Те социальные отклонения, которые имели место в то время, с точки зрения современного этапа существования российского общества не кажутся столь уж существенными, а скорее представляются естественными аберрациями достаточно устойчивой социальной жизни. Между детским садом, школой, другими учебными заведениями, условиями жизни и профессиональной деятельности, а также другими влияниями – средства массовой информации, искусство и т.п. – не существовало кардинальных противоречий. Та несогласованность правды жизни и официального клише о ней, которая имела место, легко адаптировалась сознанием большей части советских граждан и не вызывала особых проблем. Это большинство было вполне адекватно и непротиворечиво вписано в советский образ жизни. Государство и общество были вполне согласованы, что бы об этом ни говорили не согласные с ними.

Современное российское общество предлагает подрастающему поколению совсем другие условия. И государство, и общество устранились от эффективного влияния на процесс социализации. По анонимному мнению, демократия предполагает избегание государством вмешательства во многие и многие сферы общественной жизни, чтобы не быть обвиненным в недемократичности. Государство тщится доказать эту свою демократичность. Общество же не имеет ни только развитых

институтов формирования общественного сознания и управления социальными процессами, но не обладает, по существу, самим сознанием – развитой и убедительной идеологией, составляющей основу здоровой жизни социального организма. Современные публичные кумиры не обладают ни развитым сознанием, ни систематическим мировоззрением, ни нравственным чувством, не имеют никакого представления о духовности. Им нечего сказать своему народу. Народ и, в первую очередь, дети находятся под перманентным давлением мощнейшего пресса разнородных и, по сути, патологических воздействий современной, так называемой, массовой культуры. Можно ли избежать этого влияния? Возможно ли воспитание в этих условиях?

Традиционное общество не пыталось придумать свои ценности – принципы организации своей жизни. Эти ценности являлись отражением непосредственного процесса жизни, который формировался многие сотни и тысячи лет. Нововведения очень медленно проникали в общественный уклад того или иного народа и общество успевала выработать адекватные механизмы принятия их в существующую систему организации жизни таким образом, чтобы она не была разрушена. В силу ясности существующего жизнеустройства не было необходимости обосновывать его правильность, она доказывалась самим существованием этого строя жизни. Общественное сознание народа являлось только отражением образа его жизни. Воспитание сводилось к тому, чтобы подрастающий член усвоил существующие образцы и нормы, альтернативы которым не было, а значит, и не было никакого отвращающего от них влияния.

Индустриальная эпоха привела где к постепенному, где к ускоренному разрушению традиционного уклада. Новый образ

жизни предлагал уже не единственный возможный способ бытия личности, а реальные альтернативы, отражаемые амбивалентностью сознания. Если индивид был способен сделать между ними выбор, то он более-менее безболезненно принимал новые условия, поскольку они все же создавали устойчивость жизни, хотя и не привычную, но достаточно ясную. В дальнейшем новый уклад жизни по мере его постоянного воспроизведения поддерживал сам себя. В то же время для ряда индивидов эта внутренняя противоречивость сознания никогда не была преодолена и создавала постоянную основу для психических напряжений, разрешаемых тем или иным, конструктивным или деструктивным образом. Таким образом, в индустриальную эпоху в процесс воспитания вмешались мощные внешние факторы. Уже не было полного соответствия между образом жизни родителей и их детей, между прежней правдой жизни родителей и новой правдой жизни детей. Но авторитет родителей по большей части оставался высоким. На ранних стадиях развития ребенка вклад в его формирование семьи был определяющим. Внешние факторы улицы, школы, в ряде случаев – работы еще конкурировали на равных с силой семьи.

На определенной стадии развития индустриального общества возникла новая проблема воспитания. В массовом порядке в производство стали вовлекаться женщины. По этой причине стали создаваться ясли и детские сады. Значение семьи резко понизилось. Но воспитатели по большей части являлись носителями того же сознания, что и родители. А значит, воспитуемые все же воспроизводили достаточно цельное сознание, основанное на общих ценностях эпохи. Хотя новые идеи все больше проникали во все социальные институты, вызывая различные подвижки.

В двадцатом веке сформировалось общество массовой культуры, технически основанное на средствах массовой информации. Все большее распространение во всех социальных слоях получали газеты, журналы, книги, радио, кино, затем телевидение, аудио и видео. Отдельные регионы постепенно утрачивали свою оригинальность и самобытность, быт и образ мыслей людей все более унифицировался. В то же время в недемократичных обществах существовали доминирующие идеологии, которые способствовали созданию общности народов на уровне сознания. В демократических государствах основой их общности служили в основном политические, экономические и юридические факторы, в какой-то степени общность культуры, истории, языка, другие нематериальные факторы. В области идеологии в этих странах получал развитие все больший плюрализм.

Россия конца двадцатого-начала двадцать первого века не имеет собственной идеологии, ясных целей, веры в себя. Ее относительная устойчивость – это устойчивость механизма, работающего по инерции. Ее народ испытывает действие всех возможных разрушительных тенденций и постепенно свыкается с мыслью, что это и есть правда жизни. Телевидение, Интернет, газеты и журналы тиражируют психологию потребления, секс, насилие и разного рода фантазии от мыльных опер до инопланетных вторжений и «мистических» прозрений. Устранившись от их влияния не могут взрослые, дети – не пытаются.

Смысл и цель воспитания состоят в следующем. Воспитание направлено на формирование такой личности, которая бы соответствовала по своим качествам, умениям, характеру, мировоззрению обществу, в котором происходит ее социализация. Тем самым они способны воспроизводить своей деятельностью это

общество. Это – объективный смысл воспитания, он не зависит от субъективной воли воспитателей, хотя они, безусловно, могут его подправлять или искажать. Традиционное общество, в принципе, давало адекватные образцы для воспитания, поскольку ребенок имел дело непосредственно с реальным обществом, и все воздействия на него окружающих в основном задавали один и тот же вектор воспитания – стать полноценным членом данного общества. Современное общество дает множество противоречивых, несовместимых друг с другом, часто неадекватных реальности образцов поведения и мировоззрения, в первую очередь, через средства массовой информации. СМИ не только на равных конкурируют с семьей, детским садом, школой по силе воздействия на подрастающее поколение, но зачастую их влияние сегодня на психику детей является определяющим.

Все постоянно или сильно действующие факторы внешней среды в процессе онтогенетического развития становятся внутренним содержанием личности в процессе ее социализации. Эти факторы сегодня многообразны. Имеет смысл рассмотреть некоторые из них.

Ребенок, в первую очередь, усваивает образцы поведения, которые предъявляют ему его близкие. Эти близкие – взрослые и другие дети – объективно не могут устраниться от ответственности перед младшим ребенком, что бы они об этом не думали. Ребенок непосредственно усваивает ситуацию, как он ее воспринимает. Пренебрежение им, раздражительность родителей, их усталость, попытки чем-нибудь занять – это не безобидные случайности, а важнейшие факторы, формирующие личность ребенка. Нельзя отложить на потом воспитание примером, поскольку – это естественный и ведущий метод воспитания. Если родители

(воспитатели) не дают позитивного примера ребенку, они все равно дают пример, но отрицательный, который становится для него нормой жизни. Таким образом, семейный уклад – это первый и важнейший фактор социализации. Он имеет стихийный характер, если ему не уделяется специальное внимание. Или носит сознательный характер, если родители прилагают особые усилия по формированию своих детей. В обоих случаях результат может быть как позитивным, так и негативным.

Воспитатель, прежде чем воспитывать, сам должен быть воспитан. Он, конечно, всегда как-то воспитан. Традиционное общество было цельным, непротиворечивым в своих основных проявлениях и формировало цельную личность. Цельная личность сознательно или бессознательно, в свою очередь, осуществляла цельное воспитание. Современное общество не имеет, по большому счету, цельных и сильных характеров, ясных и непротиворечивых мировоззрений. Уже в силу этого оно не может осуществлять цельного воспитания. Поэтому воспитатель (будь-то родитель, учитель или еще кто-то) не способен сформировать цельную натуру у воспитуемого. Воспитание скорее носит случайный характер. О сознательном воспитании в этих условиях говорить сложно, т.к. время от времени проявляемая рефлексивность по поводу задач воспитания в свою очередь касается случайных представлений воспитателя о должном и недолжном. Только систематическое и цельное мировоззрение могло бы служить основанием действенного воспитания.

По мере роста ребенка помимо семьи и более-менее сознательных усилий ближайших родственников в процессе его социализации появляются новые факторы. Это – улица, ясли, детский сад, потом школа и наряду с ними – средства массовой

информации. Первый ряд факторов социализации (улица, ясли, детский сад, школа) представлен реальными людьми: их поведением, характерами, мировоззрением, действиями или бездействием в отношении ребенка как объекта воспитания. В чем-то этот ряд факторов аналогичен фактору семьи по своему суммарному эффекту воздействия, представляя собой реальный процесс жизни с ее сложностями и противоречиями. Он формирует личность ребенка в связи с обычными для данного общества ситуациями и обстоятельствами.

Средства массовой информации (в первую очередь – телевидение, затем кино, радио, Интернет, печать) сегодня не представляют желательные для общества образцы поведения, характера, мировоззрения. (Если, конечно, не предполагать, что обществу сознательно навязываются потребительская психология, криминальные способы решения проблем, низкие формы чувственности, ложные потребности.) Под желательными образцами мы понимаем такие, которые задают следующие векторы формирования ребенка: развитая, самостоятельная личность, имеющая сильный характер, широкое социально ориентированное мировоззрение, позитивные моральные устои, действительные ценности, трудолюбие. Такая личность не может рассматривать пиво, «Сникерс», мобильный телефон, «Ауди», красивую грудь, походку модели и сексуальные потребности в качестве высших ценностей и смысла своей жизни. Но сегодня можно наблюдать во все больших масштабах как рекламные или кино-образцы воплощаются в реальном поведении молодых людей, как общество в бессознательном ажиотаже все больше устремляется в погоню за материальными ценностями.

Телевидение, Интернет, радио, журналы достаточно быстро становятся бесконтрольными со стороны взрослых. Ребенок может проводить ежедневно по несколько часов в потреблении продукции данных СМИ. Как известно, то, что постоянно повторяется вовне, переносится во внутренний план и становится частью психического содержания, сутью личности. Личность берет для своего формирования материал извне, и если этот материал представлен рекламой, криминалом иексом, то именно такая личность будет сформирована в результате. Поскольку в рекламе представлены сугубо материальные интересы производителей рекламируемых продуктов и услуг, рекламодателей и владельцев СМИ, то их меньше всего интересуют социальные и личностные последствия рекламы, но более всего – тот материальный (финансовый) эффект, который она им дает. Производителей, рекламодателей и владельцев СМИ не волнует вопрос формирования личности как таковой (хотя для производителей и значим вопрос формирования потребности в определенном товаре), но в конечном итоге они создают определенную личность в соответствии с содержанием рекламных роликов, блоков, баннеров и т.п.

В телевидении непропорционально много в сравнении с реальной жизнью представлены сцены насилия, секса, роскоши, фантастических удач, ложных проблем, психопатических акцентуаций и т.п. Почему-то режиссерами телевидения считается, что именно это привлекает зрителя (как будто он делает выбор!). Соответственно это содержание телевизионных передач также становится частью психической жизни ребенка, а затем взрослого человека. Ребенку не просто (если ни сказать – невозможно) разделить правду и вымысел, социально приемлемое и неприемлемое. Тем самым, уже телевизионные образы и образцы

формируют общество, потребности, представления, ценности людей. Людей, которые ориентированы на материальное потребление, труд для которых является необходимым злом, секс в жизни которых занимает неоправданно большое место, полагающих насилие нормой, склонных к психопатии и внутренней амбивалентности.

Таким образом, современное общество во все больших масштабах производит противоречивые характеры, такие личности, которые испытывали множество разнородных влияний и не имеют ни ясных перспектив собственной жизни, ни понимания самих себя. Психологическая помощь для таких людей может быть только паллиативом, поскольку в исправлении нуждаются сами социальные условия их жизни. Возможно ли воспитание в этих обстоятельствах? Ответ на этот вопрос заключается в ответе на вопрос: что такое воспитание? Который в свою очередь зависит от вопроса: какая личность должна быть сформирована в процессе воспитания?

В начале статьи мы определили воспитание как процесс сознательной социализации. Далее рассмотрели условия способствующие и препятствующие воспитанию. Показали, что сегодня в социуме присутствуют такие мощные факторы, которые доминируют над сознательными усилиями воспитателя. В статье также был поставлен вопрос о дегуманизации современного общества, об отсутствии в нем тех культурных ориентиров, которые бы способствовали формированию здоровой и цельной личности.

Поскольку современное общество не дает безусловных образцов социализации, постольку встает вопрос о том, на какие образцы, представления, идеалы ориентируется реальный воспитатель. Во-первых, существует условно воспитательный процесс, когда воспитатель как бы воспитывает, основываясь на своих несистематических представлениях, актуальных состояниях,

возможностях времени и т.п. Это случайное воспитание, близкое по своим объективным результатам к действию стихийных факторов среды. Во-вторых, в основе воспитательного процесса может лежать некоторая субъективная установка воспитателя, которую он вывел из опыта собственной жизни, часто трагичных обстоятельств своей судьбы. Отец может воспитывать бойца, крепкого парня. Мать может нацеливать дочь на выгодный брак. Дети могут отдаваться в соответствующие спецшколы, где развиваются нужные способности и умения (как известно, образование и воспитание тесно переплетаются). Родители могут акцентировать внимание детей на нужной дружбе; учить своей правде – не верь никому, не давай в долг и т.п. В основе такого воспитания лежит представление о том, как лучше устроиться в жизни и иметь меньше трудностей. Проблема такого воспитания состоит в том, что ребенок воспринимает совсем не то, что знает родитель в силу своего опыта, а непосредственно те ограниченные выводы и правила, которые ему предложены. Другими словами, ему в любом случае придется на личном опыте апробировать эти установки.

В основе воспитательного процесса могут лежать и другие модели: сентиментальная, эпикурейская, прагматическая, коммуникационная, гуманистическая, экологическая, идеалистическая, религиозная, мистическая, спортивная, этическая, эстетическая, познавательная, природная, научная и т.д. Но, как уже отмечалось, любая из этих воспитательных стратегий рано или поздно столкнется с мощной противостоящей силой средств массовой информации. И чем раньше начнет действовать эта грубая сила, тем меньше шансов у воспитателя достичь лелеемого результата. Возможно ли воспитание в наше время? Вероятно, в весьма ограниченных пределах. Сознательным усилиям воспитателя

оппонирует множество других и весьма действенных сил, которым нет дела до идеальной личности, но которые молятся своему жестокому молоху.

ТРИАДА «МИФ, МЕТАФОРА, РИТУАЛ» КАК ИНСТРУМЕНТ ПРЕОДОЛЕНИЯ КРИЗИСНОГО СОСТОЯНИЯ

Качанова Н.А. (Минск), Козлов В.В. (Ярославль)

Введение

Неоднократно используя групповые формы работы в своей профессиональной деятельности и знакомясь с опытом своих коллег, мы пришли к выводу, что практически каждый специалист на определенном этапе сталкивается с задачей повышения эффективности собственной работы, обновления инструментария, открытия новых возможностей и способности посмотреть на давно известные, но от этого не потерявшие свою значимость, стороны процесса оказания психологической помощи населению. Именно поэтому данная статья является не столько открытием либо описанием нового теоретического подхода, сколько попыткой определить понятие тренинга, осветить его глубинную связь между триадой «Миф, метафора, ритуал», осмыслить данную корреляцию с целью создания в дальнейшем реальной возможности осуществлять более целостный и структурно выверенный подход к созданию тренинговых программ и других видов групповой терапии.

В настоящее время тренинговые формы работы показали свою эффективность во многих аспектах: это и возможность использования групповой динамики, что отсутствует при индивидуальном консультировании, наличие безопасного пространства для экспериментирования участниками в сфере социальных контактов, концентрированный опыт, получаемый за короткие сроки, а также обучение клиентов на различных уровнях, включая все элементы семи-компонентной модели (по Козлову В.В.) взаимодействия с индивидуумом. В каком-то смысле тренинг – это всего лишь еще один из многочисленных способов самопознания, развития личности в интересующем ее направлении.

Особенность же личности, как живой системы, состоит в скачкообразном развитии, когда относительно равномерное, более-менее предсказуемое движение достигает точки бифуркации – выбора дальнейшей траектории. И то, по какому пути будет развиваться система, зависит как от нее самой, так и от окружающих ее потоков энергии и информации.

При наличии необходимых ресурсов, а также обладании определенными навыками генерировать различные ресурсные состояния личность переносит состояние временной неопределенности конструктивно, уделяя внимание не столько дискомфорту данного периода, сколько поиску нового направления использования своей энергии. В противном случае, данный индивид нуждается во внешней энергии, с одной стороны, являющейся внешней опорой при отсутствии внутреннего стержня, с другой – силой, предопределяющей направление пути личности в дальнейшем, пока она вновь не окажется в следующей критической точке своего развития.

1.Понятие кризиса.

В последнее время понятие кризиса стало центральным во многих психологических исследованиях и социальной работе.

Как это ни удивительно, понятие кризиса не вошло в понятийный аппарат современной психологии, хотя еще в начале столетия об их важности писал гений русской психологии Л.С.Выготский.

Кризисное состояние – временная ситуационная или внутренне обусловленная дезинтеграция личности.

В методологическом отношении личностный кризис мы можем обозначить как некую прерывность в линейной области эволюции личности как сложной системы. При этом существует бинарность векторов дезинтеграции (Козлов,1999):

1.*Позитивная*, когда кризис является неким условием и шагом в новое качество, новый уровень целостности. Данная дезинтеграция отличается преобладанием конструктивности личности, повышением адаптивности и общей витальности, а также увеличением творческого потенциала. Позитивная дезинтеграция является необходимым этапом в эволюции личности. К ним мы можем отнести возрастные кризисы, а также так называемые психодуховные кризисы, приводящие к огромным по силе и новизне творческим всплескам на новых уровнях целостности.

С позитивной дезинтеграцией мы связываем понятие кризисного состояния как временной неустойчивости в линейной эволюции личности, причем успешное разрешение кризисного состояния сопровождается ростом сопротивляемости личности за счет расширения совокупности усилий, которые человек может направить на преодоление кризиса.

2.*Негативная* дезинтеграция, как правило, сопровождается деструктивными изменениями личности, снижением общей устойчивости, уровня сбалансированности, большей фрагментарности и тенденцией к социальной аутализации личности. Личность теряет энергию, общую витальность. Уменьшается коммуникативность, личность теряет социальные связи. Негативная дезинтеграция может привести к психопатическим сдвигам, депрессиям, к астении, к психосоматическим болезням, иногда к суицидным намерениям и к смерти.

С негативной дезинтеграцией мы связываем понятие кризисной личности, т.к. именно она создает предпосылки формирования контингента клиентов социальных работников – бомжей, безработных и т.д.

Личностный кризис – всегда вызов эволюции человека как психосоциального существа и если личность не воспринимает этот вызов, то возникает вероятность порождения кризиса такой интенсивности, которая сметает личность своей глубиной и мощью.

В силу вышесказанного, чрезвычайно важно, чтобы личностный кризис стал объектом пристального научного и практического внимания со стороны социальной работы и прикладной практической психологии.(9)

И если оправданность вмешательства психолога либо социального работника в течение личностного кризиса обусловлена возможными разрушительными последствиями для личности в случае негативной дезинтеграции, то в какой же момент данное вмешательство будет наиболее адекватным и эффективным?

Для ответа на данный вопрос обратимся к теории диссипативных структур (Никлис Г., Пригожин И., 1990). Неравновесные (диссипативные) структуры проявляют следующие свойства: избирательная неустойчивость, вероятностный

отбор состояний, «режим обострения» в ходе эволюции системы, а также автономность, независимость собственной эволюции системы от начальных условий ее возникновения.

Суть этих свойств состоит в следующем. Сложная, многокомпонентная система, какой является человеческая психика, имеет потенциально множество векторов своего развития. Эти пути определяются в критических точках – точках бифуркации, когда система колеблется перед выбором и затем принимает направление своего дальнейшего развития. В точке бифуркации даже небольшое добавочное воздействие на систему может положить начало эволюции в совершенно ином направлении, которое изменит все поведение макроскопической системы. До очередной критической точки система будет функционировать на детерминистских началах в соответствии со своей природой. Это так называемые принципы избирательной неустойчивости и вероятностного отбора состояний.(9)

Майков отмечает еще одну особенность живых систем, которые, согласно современной науке, являются специфическими «усилителями» изначального хаоса. Существует связь между степенью свободы живых систем и изначальной квантовой спонтанностью на фундаментальном уровне мира. Живые системы по мере их усложнения являются генераторами все большей свободы. Растение более свободно, чем клетка, животное уже передвигается по пространству суши. Человек еще более свободен и, обладая сознанием, может не только менять среду обитания, но и передвигаться по своему желанию в мысли, совершая путешествия в психологическом пространстве и времени.

В таких путешествиях сознание проходит точки выбора и ритуалы перехода, что отражено в структурах мифов и процессах инициаций. (10)

Во многом кризисное состояние и напоминает обряд инициации, т.е. посвящения личности в новые тайны жизни. Именно кризисы приводят личность к глубинному переживанию тайны смысла жизни, духовные пространства культуры. Кризис это не просто способ переведения личности в новое качество и более полноценного социального индивида, но нечто большее.

Кризисное состояние является посвящением в ядерную смысловую структуру, приводящее к интроверсии в сознание личности новых жизненных ценностей и таким образом становится действительным преображением индивида.

Кризис всегда является вызовом для личности. Он является испытанием на укорененность, интровертированность каких-то важных установок личности.

Кризисное состояние – это также и разрушение всего внешнего, неукорененного, всего, что сидит в человеке неглубоко. И одновременно – это проявление внутреннего, укорененного, действительно личного. Это разрушение внешнего и проявление внутреннего важно прежде всего для истинного созревания личности, Становления Человеком. Все внешнее выходит наружу в процессе кризиса, и человек начинает осознавать его внешность. Если же он еще и отказывается от этой внешней шелухи, то происходит очищение сознания, соприкосновение с истинной экзистенциальной глубиной человеческого существования.(9)

Результатом данного процесса могут служить такие состояния как уверенность в смысле жизни, вера в конечную ценность своего «Я» и самоценность других индивидуумов, убежденность в смысле мироздания, которая помогает преодолеть собственное ощущение неуверенности – только

достижение всего этого принесет человеку уверенность и мужество, необходимые для того, чтобы жить. Об этом очень выразительно сказал Юнг:

«Среди моих пациентов, вступивших во вторую половину своей жизни, т.е. в возрасте после тридцати пяти лет, не было ни одного, чья проблема, в конечном итоге, не сводилась бы к поиску религиозного взгляда на жизнь. Можно с уверенностью сказать, что каждый из них заболел потому, что утратил то, что существовавшие в любом веке религии давали своим приверженцам, и ни один из них не исцелился полностью, пока не обрел вновь свою веру».

Это в равной степени относится и к тем, кто еще находится в первой половине своей жизни. Перед ними стоит задача поиска смысла своей жизни, а через него понимание конечного смысла существования вообще.

Необходимый смысл Юнг находит в глубинных уровнях коллективного бессознательного. Вот его трактовка возникновения идеи Бога, архетипа, «изначального образа»:

«Идея всемогущего божества присутствует везде, если не признается сознательно, то принимается бессознательно, ибо это – архетип... Поэтому я считаю, будет разумнее сознательно признать идею Бога, иначе Богом станет что-нибудь еще, как правило, нечто несуразное и глупое».

Для современного человека, возможно, покажется необычным утверждение, что Бог – это архетип, но оно опирается на историю теологии. Вспомним платоновский архетип – Идею Добра, которую он называл Богом. Давно известны рассуждения христианских мистиков о поисках Бога в глубинах собственного «Я», в коллективном бессознательном, для которого не существует ни субъективного, ни объективного. Как сказал Блаженный Августин, «в глубинах души мысль и бытие едины». (12)

Ценность же всякой психотерапевтической методики заключается в ее свойствах катализатора, способного вдохновить на самостоятельные поиски. Как уже нередко говорилось, сила, способная произвести одни из самых мощных трансформаций – это сила творчества. Для обретения данной силы человек нуждается в возвращении к своему Изначальному, которое не является безвозвратно потерянным, но девальвация ценности которого повлекла за собой превращение творческого потока жизни в обыденное профаническое существование.

Изначальное – это та глубинная часть нашего Я или, можно сказать, глубинное Я, которое пребывает в постоянном общении с таинственным и непостижимым миром, это пуповина, связывающая с тем, откуда мы вышли, и через которую мы получаем силу, это, в конце концов, та внутренняя истинная свобода, которой мы наделены, но на отсутствие которой большинство из нас обрекает себя. (17)

Вследствие этого, достаточно важным и необходимым в работе каждого психолога при взаимодействии с клиентом нам кажется возможность оказания эффективной помощи на уровнях самоактуализации личности и удовлетворения ее потребности в трансцендировании.

Что касается аспекта духовности в современной психологии и психиатрии доминирует материалистическая философия и не признается духовность ни в какой форме. Непосредственное переживание духовных реальностей относится к области психопатологии. Западная и отечественная психиатрия не различает мистический и психотический опыт и считает оба вида этих передживаний проявлением ментальных расстройств. В этом отрицании религии не делается различий между примитивными народными верованиями и интерпретациями

текстов изощренных мистических традиций и восточной духовной философии, базирующихся на многовековом систематическом интроспективном исследовании психики. Еще Кен Уилбер (1982) заметил, что «между подлинной наукой и аутентичной религией не может быть конфликта. Если нам кажется, что конфликт есть, мы имеем дело с «фиктивной наукой» и «фиктивной религией», каждая из которых не принимает позицию другой и скорее всего представляет собой фальсифицированную или ложную версию подлинной дисциплины». (6)

Осуществление процесса актуализации личности и насыщения его жизни духовными ценностями возможно лишь при условии развитого творческого аспекта личности самого терапевта, а также наличия его глубоких познаний в области религии, философии и различных психодуховных практик.

Для достижения вышеперечисленных целей терапевтической работы необходимо использовать современные интегративные подходы, основанные на глубоком изучении физиологии, психофизиологии, психологии личности, задействуя в своей практике различные языки сознания (Козлов, 1999).

Интересными являются наблюдения за использованием различных языков сознания в психологии и психотерапии. Ранние аналитические школы ориентировались в основном на использование вербальных и ментальных инструментов в терапевтическое практике и запрещали телесные проявления и взаимодействие в процессе работы. Следующий этап в развитии психологии – юнгианский анализ и начало гуманистической психологии – связан с очень сильным интересом к образным языкам: работа со сновидениями, исследование и использование мифологических сюжетов, юнговская «песочница» и т.д. Развитие гуманистической и трансперсональной психологии привело к появлению большого количества телесно-ориентированных, танцевально-двигательных и других техник, использующих в основном языки чувств и ощущений. Наконец, в самое последнее время в психологической теории и психотерапевтической практике наиболее актуальной является задача построения многомерной языковой среды, трансформационного пространства, в котором могли бы найти свое творческое выражение все состояния сознания, и которое обеспечивало бы общение между различными его слоями.(4)

Под интегративными психотехнологиями («психе» - душа, «технос» - умение, навык, мастерство, «логос» - понятие, учение) понимаются совокупность концепций, методов, умений, навыков для достижения большей целостности и непротиворечивости личности, сознания, поведения и деятельности.(4)

В течение последних десяти лет активно разрабатывается направление интегративных интенсивных психотехнологий, которое, на наш взгляд, учитывает оба эти момента. Эти психотехнологии обладают потенциальной возможностью использовать холистическую методологию и целостный подход при взаимодействии с клиентом.(7)

Разница между большинством направлений практической психологии, а также психотерапии и работой в измененных состояниях сознания заключается в том, что традиционная психология ожидает от терапевта структурирования и анализа переживаний клиента согласно какой-либо теории. От терапевта могут даже ожидать исцеления, в то время как исцеление в необычных состояниях сознания возникает внутри клиента и скорее поощряется, чем направляется специалистом по ИИПТ.(9)

Учитывая все вышесказанное, нельзя не отметить необходимость наличия не только глубоких теоретических знаний и практических навыков у специалиста, работающего в русле ИИПТ, но и его способности отказаться от тенденции руководствоваться в своей работе более или менее устойчивыми стереотипами. Наличие широкого кругозора не только в области практической психологии, но и в смежных науках, изучающих такое сложное и многостороннее существо – человека: биологии, антропологии, истории, культурологии, социологии и др., - формирует всесторонне развитую, эрудированную личность терапевта, обладающего гибким мышлением, способного исследовать новое, анализировать полученные данные вне своего, уже сформировавшегося мнения о «правильности» используемых им методик и подходов в терапевтической практике.

2.Миф

Мифы – это сюжеты, выражающие различные аспекты человеческого самосознания. Миф не сводим к буквальной форме языка. Миф становится мифом благодаря значению, открывающемуся в повествовании и в символах, которые оно вводит. В мифе можно обнаружить много смысловых слоев. Мифы обладают силой, которая исчезает, если разобрать их на части и рассматривать в буквальном значении.(16)

Мы можем провести параллели между понятиями «мифа» и «тренинга». Тренинг, включающий в себя определенные цели трансформации личности, неизбежно должен охватывать различные аспекты существования человека. В противном случае, мы можем говорить либо об узости представленной программы, что автоматически переводит ее в другой качественный разряд терапевтических методик (например, в разряд тренинговых упражнений), либо о перекосе в развитии какого-либо аспекта личности и ее самосознания, что безусловно отражается на состоянии клиентов и может быть причиной увеличения дисгармонии существования личности после прохождения ею тренинговой программы. Последнее явно противоречит целям тренингов по ИИПТ.

Тренинг по ИИПТ, также как и миф, обладает определенной целостной структурой, которая с течением времени насыщается содержанием и энергией. Рассмотрение тренинговых упражнений и использующихся методик в отдельности если и может иметь определенную ценность, то только в контексте обучения построения самой формы. Именно поэтому, многие профессионалы, длительно занимающиеся групповыми формами работы, признают факт снижения эффективности участия в тренинге у людей, пришедших на тренинг с большим опозданием, либо у тех, кто пытается присутствовать на нем фрагментарно, мотивируя это своей информированностью в некоторых вопросах темы программы.

«В чем историческая суть мифа? Человек должен представлять себе окружающий мир таким образом, чтобы найти для себя осмыслившее, естественное и уютное место. Он видит вокруг себя элементы стихии, хаоса. Но человеку массовому трудно смотреть в лицо хаосу. Поэтому миф стремится представить целостную, гармоничную картину мира». (11)

Нам кажется, что вышеприведенный отрывок, поясняющий суть мифа, с точностью до каждого слова может пояснить и суть тренинга. Особенно это наблюдается в ситуации столкновения индивидуума с сокрушительной волной внутриличностного кризиса. Хотя по мнению Автономовой Н.С. (1994г), изначально, Миф – это жизнь в мифе, нежели объясняющая схема. Мы считаем,

что тренинг, кроме своей трансформационной и интегрирующих функций, имеет функцию ознакомления и объяснения сложившейся ситуации, но не на уровне отдельных интерпретаций, что является скорее спекуляцией существующими в арсенале специалиста теоретическими моделями, приверженцем которых он является, а созданием «целостной, гармоничной картины мира» и демонстрацией возможной интеграции в нее каждой отдельной личности.

Один из способов достижения данной цели является создание не только рабочей структуры тренинга, но и насыщением ее определенным содержанием. И здесь необходимо учитывать, что «язык образов является основным языком, в котором отражается картина как внутренней психической реальности человека, так и внешнего мира во всех возможных модальностях опыта. Язык образов является способом структурирования реальности не только в модальностях опыта при непосредственном воздействии физических раздражителей на рецепторные поверхности, что связывает их с языком ощущений, но и психологическими феноменами такой сложности, как «Я-образ», образ другого в социальной перцепции. Самым сложным в содержательном аспекте является образ мира (А.Н.Леонтьев) как целостной системы представлений человека об окружающей реальности (физическая и социальная среда), так и к себе, своей деятельности, спонтанной активности». (8)

Создать мифологическое пространство тренинга – значит, ввести в разум что-то поначалу ему недоступное, увидеть порядок там, где непосредственно созерцать его невозможно, не слишком далеко отступая при этом от живой чувственной сферы.

Мифологическое сознание в 21 веке не форма преодоления незнания, а способ безболезненного погружения в незнание. Он призван вернуть человеку чувство эмоционального и интеллектуального комфорта и утешения посреди хаоса.

Мифология в психологии, а именно в аспекте тренинговой работы – это импульс к действию, мобилизация возможностей творческого духа, очищение от чувства малости перед хаосом, путь к свободе.

3.Метафора

Искусство применения метафор чем-то напоминает искусство плавания. Чем больше тренируешься, тем становишься смелее и компетентнее. Ты никогда не знаешь, куда направятся метафоры и каковы будут их результаты. Хорошо использованные метафоры могут стать одной из самых эффективных перемен. Они множатся и живут собственной жизнью. Метафоры могут обращаться непосредственно к сознательному разуму или опосредованно к бессознательному. (13)

Как бы ни был жестко структурирован тренинг, каждый профессионал знает, насколько может изменяться в процессе проведения как отдельные элементы или сама программа, так и цели семинара. Безусловно, мы говорим не о кардинальном изменении, иначе бы это свидетельствовало о невостребованности темы программы либо неадекватности способов решения поставленных в тренинге задач. Мы указываем на динамичность самого тренинга, на возможность прояснения или обнаружения неких подцелей, которые могут быть достигнуты с помощью как адекватной реакции на них специалиста, его профессионализма и гибкости, так и с непосредственной спецификой самого тренинга по ИИПТ.

Для метафоры необходимо, чтобы мы осознавали ее двойственность. Когда мы говорим *el fondo del alma* - *до глубины (дна) души*, под словом *дно* мы подразумеваем некий духовный феномен, не имеющий ничего общего с пространством и лишенный физических характеристик, таких как, например, поверхность или дно. Не все объекты легко доступны для нашего мышления, не обо всем мы можем составить отдельное, четкое представление. Наш дух вынужден поэтому обращаться к легко доступным объектам, чтобы, приняв их за отправную точку, составить себе понятие об объектах сложных и трудно уловимых. Метафора служит орудием мысли, с помощью которого нам удается достигнуть самых удаленных участков нашего концептуального поля. Однако она НЕ раздвигает границы мыслимого, она лишь обеспечивает доступ к тому, что смутно виднеется на его дальних рубежах. (14)

В связи с вышеуказанным, нам хотелось бы отметить условность, упрощенность либо, наоборот, попытку обобщения любых представляемых схем и теоретических моделей в тренинговых программах различной контекстуальной направленности. Самая лучшая схема является лишь трафаретом, который мы пытаемся наложить на существующую живую и постоянно изменяющуюся реальность. Каждая теория устройства и функционирования мира вне зависимости от наших личных пристрастий является всего лишь еще одним вариантом мозаики, сложившимся в момент рождения данной теории и описывающим мир именно на тот момент, а в худшем случае, описывающим внутренний мир самого автора данной теории, иногда полностью оторванного от реальности и поглощенного своими умозрительными заключениями. Именно об этом часто забывают новоявленные «специалисты», представляя свои модели как единственно «правильные» и заслуживающие уважения. Но в некоторых случаях, вопреки попытке ведущего указать на многообразие существующих моделей и схем, участники тренинговых групп предпочитают найти очередную «панацею» и берут предоставленные трафареты для упрощения своего существования и взаимодействия со всем поражающим воображение многообразием мира.

В психологии известно, что «образ всегда наполнен личностным смыслом, значимостью для субъекта. Он гораздо теснее, чем понятие, связан с чувственным отношением человека к окружающему миру, его сопереживанием. Нельзя создать и удерживать образ, а тем более долго оперировать образом, к содержанию которого он безразличен» (Якиманская И.С., 1989)

По стилю своей работы терапевт нуждается в большом количестве интерпретативных схем, а метафора, в силу своей универсальности позволяет терапевту говорить на разных языках, вернее говорить на одном универсальном языке – языке метафор. В расширенном толковании метафора – это любое языковое выражение с переносным смыслом.

Опыт человека, связанный с познанием собственного внутреннего мира, составляет основу для огромного разнообразия метафор, в котором психические процессы и состояния, переживания и идеи могут трактоваться как предметы и живые существа.

Метафоры и притчи, используемые в разные моменты тренинга, часто имеют вид короткой сказки. Понимание и проживание через нее содержания, свойственного внутреннему миру любого человека, позволяют участникам тренинга распознать и обозначить собственные переживания и собственные психические процессы, понять их смысл и важность каждого из них. Метафора

не только облегчает этот процесс, но и затрагивает определенные слои подсознательного.

Психологами не раз отмечалось, что метафорический смысл притчи часто усваивается только на подсознательном уровне и задает нужную программу изменений в поведении, переструктурирования ценностей, взглядов и позиций.(15)

Иногда описания определенных событий, ситуаций, предельных переживаний трудно вербализуемы, и поэтому наиболее подходящий язык для их обозначения – это язык метафор, притч; образов животных, стихий, движений. Использование в подаче лекционного материала данного языка дает возможность слушателям почувствовать его насыщенность, реальность и силу на более глубоком внутреннем уровне.

Опыт взрослого человека, связанный с познанием собственного внутреннего мира составляет основу для огромного разнообразия метафор, в котором психические процессы и состояния, переживания и идеи могут трактоваться как предметы и вещества. Такие метафоры Лакофф и Джонсон называют онтологическими, так как даже беглый обзор научной литературы вскрывает изобилие фактов метафоричного (именно в онтологическом смысле) описания психических явлений.

Понимание и проживание через метафору содержания, свойственного внутреннему миру любого человека, позволяет индивиду обозначить и распознать собственные переживания и собственные психические процессы, понять их смысл и важность каждого из них. Одной из важнейших функций метафоры является помочь в расширении сознания, углублении представлений о психическом мире человека и активизации внутренних ресурсов. Используя особенности метафоры, «сокращающей» словесное изложение, сжимающей содержание до конкретного образа, удается перешагнуть через длительные объяснения сразу к интуитивному пониманию, «улавливанию» важнейших смыслов. (2)

Цель тренинга не столько в предоставлении индивидууму обширной теоретической информации на заявленную тему, сколько в создании условий проживания различных состояний и получения максимума личного осознанного опыта. В некотором смысле, тренинг «сокращает» количество лекционных часов, т.к. человек через активное участие в программе переходит на следующую ступень своего развития, но не столько через умозаключения, что еще не является гарантом пролонгированных изменений в поведении, сколько через получение многообразного телесного опыта, интуитивные открытия и, в дальнейшем, их осознанного принятия.

4.Ритуал

Во многих культурах в переломные моменты жизни, которые являлись для членов сообществ критическими, кризисными, существовали определенные ритуалы перехода из одного статусного состояния в другое.(9)

Ритуалы, то есть установленный традицией порядок выполнения определенных действий, обладают очень сильным психотерапевтическим воздействием. Ритуал – это своего рода поведенческая метафора, в которой одни предметы или действия заменены другими, т.е. выступают в значении других. Ритуалы для подсознания – не условно-игровые действия, а реальность. Следовательно, подсознание соответствующим образом влияет на психические процессы, энергетику и физическое состояние организма.(3)

Психологический тренинг вне зависимости от контекстуальной направленности может выступать в роли подобного ритуала перехода. Несмотря на различность мотивов прихода участников на тренинг их объединяет наличие определенных проблем внутриличностного или социально-обусловленного характера, а также осознаваемое или неосознаваемое согласие на изменение. Еще одним фактором, объединяющим пришедших на тренинг, является отсутствие ресурсов для решения возникших проблем. Исходя из этого в тренинге должны быть использованы методики, позволяющие наполнить участников ресурсными состояниями, и обучающие генерировать данные состояния не только в контексте тренинга, но и в реальной жизни. В этом случае тренинг можно расценивать как источник получения новой информации, полезных навыков, личностного роста и энергизации для осуществления качественного скачка в развитии личности.

Мы используем ритуалы в качестве определенного языка для прохода в глубинные слои психики, а так же как «якоря», закрепляющие позитивные программы и создающие условия для их своевременного запуска.

На протяжении многих тысяч лет эти языки – легенды, предания, ритуалы – являлись для человека основным способом описания и познания жизни, накопления и передачи индивидуального и общечеловеческого опыта. Точно так же в онтогенетическом процессе образные языки – игры, фантазии, сказки – являются ведущими на соответствующем периоде детства.(4)

Ритуал захватывает всего человека, его ум, эмоции, ценности и жизненные отношения. Он затрагивает самое основное и фундаментальное чувство самоидентификации.

Следует отметить, что, хотя глубокие переживания можно спровоцировать, их нельзя вызвать автоматически. Никто не в силах гарантировать, что два человека, участвующие в одном и том же ритуальном действии, дадут на него одинаковый отклик.(16)

Тренинг также является тем катализатором мощных внутренних переживаний, позволяющим личности произвести переоценку существующих ценностей, осмысление своих задач и векторов движения, рассмотрение перспективы на ближайшее будущее. Однако прохождение одинаковой тренинговой программы не предусматривает обязательное наличие тождественных переживаний и «инсайтов» у двух участников. Даже при определенной схожести протекания внутренних процессов два индивидуума делают разные выводы исходя из своих личностных особенностей, жизненного опыта, нравственно-моральных принципов или отсутствия таковых.

Наличие сильных духовных переживаний практически не зависит от выбора религии или трансформационной методики. Они бывают у людей любых конфессий, равно как и у неверующих. Даже человек, который раньше был не религиозен, может пересмотреть свою жизненную позицию под влиянием этого опыта. В особенности это касается переживаний на грани жизни и смерти.(16)

Представители различных эпох, культур и стилей жизни упоминают об одном общем факторе надличных переживаний: о редких проблесках постижения своей непреходящей сущности или даже полном соприкосновении с нею, - своим живым существом, воспринимаемым как неизменное, безмолвное, чистое бытие (Я ЕСТЬ).

Отдельный человек способен расти, расширяя свое сознание до новых, закрытых от него ранее сфер реальности, которые воспринимаются им как

чрезвычайно ценные, дают ощущение причастности целому, порождают в нем чувство таинства жизни и благоговения перед ней, а также оказывают на него исцеляющее и преобразующее воздействие. Такие переживания воспринимаются человеком именно как шаг вперед на пути своей эволюции, как чудесное раскрытие своих дремлющих возможностей. (1)

Первооткрыватель этой темы в европейской энтомологии А. Ван Геннеп в своей книге «Ритуалы перехода» отмечал, что в традиционных обществах посвящения в новый порядок и устойчивые ритмы жизни всегда осуществлялись через ритуалы смерти, мучительные переживания, личный и социальный хаос.

В расширенных состояниях сознания мы способны вступать в резонанс со всеми событиями жизни. Здесь наши ригидные структуры как бы «расплавляются», и мы имеем возможность намного большего выбора. И если выбирать не что-то конкретное, а саму возможность такого выбора, то не имеет смысла программировать переживания; лучше оставить все ожидания и установки, позволяя всему быть, как оно есть, и поддерживать это. Такая поддержка соответствует новому типу ритуала – ритуалу эволюционному, и сменяет старый тип ритуала, спасавший человека от хаоса в законе и повторении. В этой перспективе, ритуалы – это просто ситуационные формы и способы сборки, поддержки и отдыха развивающегося сознания, помогающие его конкретным центрам – людям – не потеряться в безосновной свободе. (10)

В 60-х и 70-х гг. Америка, а затем и Западная Европа переживали бурный период развития психологических тренингов. От моды на «личного психоаналитика» Запад, во всяком случае, его часть, постепенно стал переходить к моде на тренинги, группы и семинары. Форма семинаров и тренингов – интенсивные занятия в течение нескольких дней подряд – чрезвычайно удобна для людей, живущих быстро и интенсивно в условиях современного мира. Может быть, именно поэтому в России именно такой способ обучения также стал пользоваться популярностью и до сих пор востребован.

Тренинговая индустрия в нашей стране с момента активного зарождения (начало 90х гг.) претерпела различные изменения, в том числе и в аспекте своей целевой направленности. Если изначально пространство тренингов использовалось многими лидерами и участниками как место многочисленных экспериментов, «игр» с сознанием, как возможность творческого поиска и прорыва, а также как способ энергетической «подпитки», то с течением времени ситуация менялась. Кроме вышеперечисленных целей была ясно осознана необходимость в трансформационных программах, не только удовлетворяющих потребность в одномоментной энергизации, но и преследующих цели эволюционного характера, а именно, социальной адаптации личности в посттренинговый период.

5. Выводы

В современной психологии и психотерапии с достаточной очевидностью меняется язык выражения: вместо верbalного, понятийного, дискурсивного все большее распространение приобретает зрительный, эмоциональный, образный. Особенno это приобретает значение при проведении терапии в пространстве ИИПТ.

Современные исследования сознания, а в особенности глубинных уровней сознания, принесли немало открытий в область практической психологии, психотерапии и практики личностного развития. Строго говоря, это не столько

новое, сколько хорошо переосмысленное старое. Это переосмысление касается и языка, на котором обсуждаются опыт и модели, и контекста применения психотехник и методологии работы с клиентами и группами.

В последние десятилетия западная наука сошла с позиций интеллектуального высокомерия по отношению к этому этапу своего развития. Западный человек признался в своей «зачарованности» и тоске по миру единства. Это одна из причин появления многообразных психотехник, использующих метафоры и методы из арсенала шаманизма, магии и мифопоэтического видения мира.

Работа с глубинными уровнями психики требует удивительного баланса между точностью и экстатичностью, безопасностью и бесстрашием внутреннего исследования в связи с «энергетической заряженностью» этих уровней. Эти уровни играют роль фундамента, «краеугольных камней» психики, что, с одной стороны, выражается в эффективности этой работы, а, с другой стороны, говорит о последствиях ошибок. (5)

Исходя из выжежленного, можно рассматривать организацию тренинга как создание мифа, как метафорическое описание реальности и происходящих в ней процессов, а также как переход из одного статусного состояния в другое, что является следствием существования своеобразного ритуального пространства. Все это позволяет говорить об эффективности использования триады «Миф, метафора, ритуал» как инструмента преодоления кризисного состояния и трансформации личности в контексте тренингов с использованием ИИПТ.

Литература

1. Ассаджиоли Р. Психосинтез: теория и практика. – М.: «REFL-book», 1994. – 314с.
2. Вачков И.В. Метафора как средство психологического воздействия учителя. // В сб. Ежегодник «Психология и практика» Т.4,в.2 под ред В.В.Козлова, ЯрГУ, МАПН, Российское Психологическое Общество, 1998 -С.37-38.
3. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники: учебное пособие. – 2-е изд., перераб. И доп. – М.: «Ось-89», 2001. – 224с.
4. Всехсвятский С. Модели и методы «эволюционно-ориентированной» терапии. // В сб. Этюды о новой психотерапии / Под ред. В.В. Козлова. –Мн., 1995, с.28-49.
5. Гиршон А. Танец четырех стихий. // В сб. Ребенок и пространство. Семь шагов к истине. / Под ред. В.В.Козлова. – М., 1996. – с.148-152.
6. Гроф С. Целительский потенциал необычных состояний сознания, // Сб. «Ребенок и пространство. Семь шагов к истине» под ред. В.В.Козлова. – М.,1996. с.22-27.
7. Козлов В.В. Три аспекта психотехнологий в социальной работе. // Сб. «Психотехнологии в социальной работе». Ред. В.В.Козлов. - Ярославль, МАПН, 1997, с.9-19.
8. Козлов В.В. Истоки осознания. – Волгоград: Издательство «Семь ветров», 1999.-288с.

9. Козлов В.В. Социальная работа с кризисной личностью. Методическое пособие. – Ярославль, 1999. – 303с.
10. Майков В. Сознание и ритуал. // В сб. Из Хаоса в Космос. / Под ред. В.В.Козлова – М., 1995, с.23-25.
11. Мелетинский Е. Золотые оковы мифа. // «Если». №9, 1994.
12. Мэй Р. Искусство психологического консультирования / Пер. с англ. Т.К.Кругловой.-М.; Независимая фирма “Класс»,1994.-144с.
13. О’Коннор Дж., Сеймур Дж. НЛП, Тренинг, - М., «Центр НЛП-тренинга», 1999. –254с.
14. Ортега-и-Гассет Хосе. Две великие метафоры // В сб. «Теория метафоры»
15. Сапогова Е.Е. Вниз по кроличьей норе: метафора и нонсенс в детском воображении. // Вопр. психологии – № 2. – 1996. – с.5-13.
16. Томпсон М. Философия религии. / Пер. с англ.Ю.Бушуевой. – М.:ФАИР-ПРЕСС, 2001. – 384с.
17. Цветков Э.А. Тайные пружины человеческой психики или как расширить сферу своего влияния.- СПб.: «Лань», 1997. – 112с.

ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА В ПРЕПОДАВАНИИ. Качанова Н.А., Минск

В обучении состоит цель и обучающихся, и преподавателя. Это врожденный дар. На самом деле, мы не можем не учиться. Однако прикладываемые для обучения усилия доказывают, что иногда учение не проходит гладко, а это значит – необходимо внести изменения в процесс обучения.

В современной культуре с достаточной очевидностью меняется язык выражения: вместо верbalного, понятийного, дискурсивного все большее распространение приобретает зрительный, эмоциональный, образный. Готово ли к этому образование? Учитывает ли оно эту тенденцию? Идет ли поиск новых способов выражения культурного и личностного содержания?

Традиционное образование хорошо развивает логические структуры психики, познавательную мотивацию, вербальное мышление, но мало затрагивает практическое мышление, эмоциональные процессы, личностные структуры.(7)

Мы будем исходить из утверждения о том, что любое взаимодействие преобразует (в большей или меньшей степени) его участников. Результаты взаимодействия могут быть любыми, в зависимости от того, как оно происходило, на что было ориентировано, насколько было осознанным и т.п. Потенциально любое взаимодействие содержит некий спектр возможных его результатов. Среди этих потенциальных возможностей всегда есть такая (такие), которая будет при данных условиях, в данный момент, для конкретных людей наиболее адекватной. Наиболее адекватной возможностью будем считать ту, которая максимально способствует реализации поставленных целей, актуальных для каждого участника взаимодействия.

Очевидно также, что существуют потенциальные возможности взаимодействия, не способствующие реализации жизненных смыслов участников, или даже наоборот, затрудняющие этот процесс.

Если перенести эти абстрактные рассуждения в конкретную ситуацию взаимодействия преподавателя и студента или группы, то становится очевидной огромная сложность и многомерность задач, постоянно возникающих перед учителем, и та ответственность, перед принятием которой он постоянно находится, так как именно он, преподаватель, является ведущим в этом взаимодействии. Любые его действия, слова, жесты, позиция, стратегия его поведения – все это может оказаться решающим фактором и повлиять на весь последующий, жизненный путь студента, может способствовать раскрытию и реализации актуальных для него смыслов, а может, наоборот, помешать этому. Задача осложняется еще тем, что в ней присутствует огромное множество переменных, большинство из которых находится в постоянной динамике, так что никакие «усреднения» и готовые рецепты в подобной ситуации принципиально не годятся – учитель должен быть готов уловить то, что актуально именно «здесь и сейчас» - для каждого конкретного учащегося в данный момент времени.

С этих позиций обучение можно рассматривать не как информационный процесс научения конкретным знаниям и навыкам, а как средство, содействующее раскрытию и реализации уникальных смыслов и эволюции каждого ученика и учебной группы в целом, лишь один из аспектов которого – обучение конкретным знаниям и навыкам.

Еще раз подчеркнем сложность и многомерность задач, стоящих перед учителем (если рассматривать эти задачи неформально – во всей глубине). Решение этих задач творчески, осознанно, наиболее адекватно и постоянно (а не от случая к случаю, в зависимости от настроения) – это и есть работа мастера.

Исходя из сказанного, можно выделить некоторые «составляющие» мастерства в процессе обучения (естественно, что сам он не равен простой сумме этих составляющих):

Способность восприятия эволюции каждого ученика и актуальных для него жизненных смыслов, знание того, какую помочь преподаватель может предложить студенту для содействия его вектору развития, раскрытия и реализации его профессиональных интересов.

Способность восприятия группы как живого организма с его эволюцией и смыслом, являющимся интеграцией индивидуальных смыслов и векторов эволюции отдельных студентов.

Умение «увидеть» и распознать интегральный смысл и интегральный вектор эволюции группы.

Высокий уровень осознания себя как личности. Умение отделить информацию, в которой действительно нуждается студент или группа, от своих собственных мотивов, желаний, предпочтений.

Высокая управляемая чувствительность, с возможностью тонкого дифференцирования сигналов, приходящих от различных органов чувств.

Широкий поведенческий репертуар, разнообразие стилей поведения, владение «инструментами» подачи информации: голосом, мимикой, движениями.

Большой арсенал профессиональных приемов и методов.

Владение методологией, наличие большого арсенала стратегий, позволяющего выбрать наиболее адекватную форму обучения и оптимально ее реализовать.(1)

Чем больше нам известно, как люди обучаются, тем лучше мы можем спланировать данный процесс. Обучение приводит к изменениям в запасе

знаний, умениях или опыте обучающегося. Возможно, работа преподавателя заключается в демонстрировании, что такое изменение возможно.

В середине 70х гг. Дэвид Колб разработал цикл, описывая результаты своей работы о стилях обучения:

Обучение начинается с конкретного опыта.

Личность обдумывает опыт и собирает информацию.

Обучающийся начинает обобщать и анализировать то, что случилось на опыте.

В конце наступает фаза проверки новых концепций.

Наш осознанный разум представляет собой вершину айсберга. Мыслительные процессы в значительной степени протекают неосознанно; и мы осознаем лишь их результаты. Нет ничего удивительного, раз наше осознанное внимание ограничено пятью, самое большое – девятью частями информации. Значимо лишь то, как мы их собираем и составляем.(8)

В процессе движения от потенциальной возможности «познать» к реализованной цели данного «познания» участвует практически бесконечное число факторов. Фактором является все, что прямо или косвенно влияет на человека. Одни факторы могут находиться в фокусе внимания, другие – за его горизонтом, тем не менее, влияя на нашу жизнь. Одна из задач учебного процесса – научиться эти ключевые факторы распознавать и их использовать.

В этой статье мы рассмотрим два фактора, активно влияющих как на восприятие информации слушателями, так и на ее усвоение, понимание и запоминание:

Использование в изложении лекционного материала знаний о возникновении и формировании языков сознания как в филогенетическом, так и в онтогенетическом аспектах и влияния их использования на оптимизацию вышеперечисленных процессов обучения.

Изложение учебного материала с учетом относительно устойчивых социально-личностных характеристик, проявляющихся, в частности, в особенностях восприятия и представления информации.

Для осуществления логической связи процесса обучения с непосредственными вариантами его проведения обратимся к классификации языков сознания: ощущения, эмоции и чувства, образы, символы, знаки. Все это разные языки, обладающие внутренними законами и своей логикой. В филогенетическом плане все эти языки сформировались в процессе эволюции жизни как способ отражения реальности и в онтогенезе усваивались нами именно в этой последовательности: сначала ощущения, затем эмоции и чувства, затем образы и, наконец, символы и знаки.

Рассмотрим стадии формирования языков сознания в аспектах онтогенеза.

Наиболее древний язык – язык ощущений. Новорожденный ребенок «не имеет» органов чувств. Мир наполнен для него шумами и пятнами, но его органы чувств еще не служат ему: он не воспринимает отдельные впечатления, не узнает предметы, не выделяет ничего из общего хаоса. Первое, что ребенок начинает воспринимать и выделять из остального, - это положение своего тела, те раздражения инстинктивного порядка, которые до него доходят (например, голод), и то, что успокаивает их. В генетическом аспекте это очень похоже, по классификации Х.Хэда, на древнюю, протопатическую чувствительность, когда ощущения еще не дифференцированы, диффузны, не локализованы ни во внешнем, ни во внутреннем пространстве и отражают большее состояние.

Следующий язык, язык эмоций, в процессе эволюции возник как средство, позволяющее живым существам определять биологическую значимость состояний организма и внешних воздействий. Самая примитивная форма этого языка – эмоциональный тон ощущений – существует уже в первые месяцы жизни ребенка. Эмоциональный тон ощущений сопровождает непосредственные переживания, сопровождающие отдельные жизненно важные воздействия (вкусовые, температурные), и способствует их сохранению или устраниению.

Чем дальше развивается ребенок, тем более дифференцированными становятся качества эмоций, усложняются объекты, вызывающие эмоциональное отношение.(5)

И если «театр начинается с вешалки», то процесс обучения начинается с атмосферы, созданной преподавателем каким-то непостижимым образом, своим состоянием и отношением к своему предмету, учащимся, к структуре обучения и своей роли в ней. Что касается таких областей, как переживания событий, ценностей, смысла, то здесь тоже необходимы пояснения. В результате работы с ментальной картиной мира можно, конечно, прийти к некоторым изменениям в соответствующих пространствах, однако сами по себе все они принципиально не ментальны, а являются более сложными и тонкими переживаниями. Для «настоящей» работы этими «инструментами» с этим «материалом» преподавателю необходимо иметь в себе переживаниями событий, ценностей, смысла, «подавая» их через свое состояние, когда слова, если они произносятся, имеют лишь значение фона.

Язык образов является основным языком, в котором отражается картина как внутренней психической реальности человека, так и внешнего мира во всех возможных модальностях опыта. Язык образов является способом структурирования реальности не только в модальностях опыта при непосредственном воздействии физических раздражителей на рецепторные поверхности, что связывает их с языком ощущений, но и психологическими феноменами такой сложности, как «Я-образ», образ другого в социальной перцепции. Самым сложным в содержательном аспекте является образ мира (А.Н.Леонтьев) как целостной системы представлений человека об окружающей реальности (физическая и социальная среда), так и к себе, своей деятельности, спонтанной активности.(5)

На протяжении многих тысяч лет эти языки – легенды, предания, ритуалы – являлись для человека основным способом описания и познания жизни, накопления и передачи индивидуального и общечеловеческого опыта. Точно так же в онтогенетическом процессе образные языки – игры, фантазии, сказки – являются ведущими на соответствующем периоде детства.(2)

Иногда описания определенных событий, ситуаций, предельных переживаний трудно вербализуемы, и поэтому наиболее подходящий язык для их обозначения – это язык метафор, притч; образов животных, стихий, движений. Использование в подаче лекционного материала данного языка дает возможность слушателям почувствовать его насыщенность, реальность и силу на более глубоком внутреннем уровне.

Язык символов, как утверждал выдающийся русский психолог Л.С.Выготский, возникает уже на первом году жизни человека. Человека характеризует новый способ адаптации к среде – символический, который является для него новым измерением реальности. Фольклор, мифы, искусство, религия – элементы этого мира. Человек погружен в пространство

символических форм, мистических, эзотерических, ортодоксальных, мифологических, художественных, религиозных... Символ касается глубинных структур психики, он многозначен и многомерен, язык архетипов – общечеловеческих первообразов – построен на языке символов.

И, наконец, последний этап эволюции сознания, этап детального структурирования, на котором границы между состояниями сознания обретают окончательную четкость, вызывает к жизни новую группу языков – языки знаков и слов. Рациональное, аналитическое мышление становится основным внутренним компенсаторным механизмом, а вербальное общение – основным внешним механизмом коммуникации.(2)

Язык знаков является самым молодым среди языков сознания в филогенетическом аспекте. В онтогенетическом аспекте ребенок только к годовалому возрасту начинает овладевать этим языком. В то же время – это самый развитый и культурируемый язык современности.

Современный человек более всего знаком с языком знаков, остальные он или забыл, или помнит фрагментарно, как слова из песни, уже давно не петой. В то же время жизнь разговаривает с нами на всех языках сознания, она все время целостна и уникальна независимо от слушателя...(5)

Не менее интересными являются наблюдения за использованием различных языков сознания в психологии и психотерапии. Ранние аналитические школы ориентировались в основном на использование вербальных и ментальных инструментов в терапевтической практике и запрещали телесные проявления и взаимодействие в процессе работы. Следующий этап в развитии психологии – юнгианский анализ и начало гуманистической психологии – связан с оченьенным интересом к образным языкам: работа со сновидениями, исследование и использование мифологических сюжетов, юнговская «песочница» и т.д. Развитие гуманистической и трансперсональной психологии привело к появлению большого количества телесно-ориентированных, танцевально-двигательных и других техник, использующих в основном языки чувств и ощущений. Наконец, в самое последнее время в психологической теории и психотерапевтической практике наиболее актуальной является задача построения многомерной языковой среды, трансформационного пространства, в котором могли бы найти свое творческое выражение все состояния сознания, и которое обеспечивало бы общение между различными его слоями.(2)

В современной ситуации среди всех диапазонов организма именно ментальный компонент является господствующим у большинства людей. Ментальный диапазон является своеобразной доминантой, которая вмешивается, перехватывает всю попадающуюся во внимание информацию, преломляя ее через себя (схемы, описания, объяснения, картина мира и т.п.)

Но современный человек в своем развитии все в большей степени осознает, что источником его психической силы («энергетики»), эффективности его деятельности, удовлетворения от процесса работы и личных отношений является чувственная сфера. Освоение чувственной сферы – это, во-первых, понимание языка искусства, во-вторых, - понимание языка бессознательных влечений и языка тела, в-третьих, - это знание того языка, на котором говорит с нами или говорит через нас Природа (язык сновидений, язык динамики психологических состояний и т.п.)(7)

Кроме вышесказанного, к числу наиболее значимых характеристик человека, которые должны учитываться при всех формах общения и

сотрудничества относят, во-первых, его устойчивые индивидуальные характеристики психики, проявляющиеся в особенностях его темперамента (холерик, флегматик, сангвиник, меланхолик), и, во-вторых, относительно устойчивые социально-личностные характеристики, проявляющиеся, в частности, в особенностях восприятия и представления информации, которые обычно обозначают термином «модальность».

В этой статье мы не будем затрагивать характеристики психики, а остановимся на рассмотрении второго аспекта данной проблемы.

Каждый человек привык говорить с использованием определенного набора слов, соответствующего его модальности. Применительно к рассматриваемой проблеме, специалисты выделяют три основных способа (типа) восприятия и представления информации в ходе верbalного общения между людьми:

Визуальная модальность. Визуалист – человек, мыслящий образами. Ему важно представить себе нечто, «нарисовать», образ, картину и только после этого он сможет понять услышанную информацию или высказать свою мысль.

Аудиальная модальность. Аудиалист обязательно должен услышать какую-либо информацию, логически ее обработать и только после этого пользоваться ею.

Кинестетическая модальность. Кинестетик – это человек чувств. Для того, чтобы эффективно работать с информацией, он должен почувствовать ее содержание, как бы пропустить ее через себя.

«Чистых» аудиалистов, визуалистов и кинестетиков найти трудно, однако у большинства людей та или иная модальность преобладает.(6)

Поэтому для людей, предлагающих воспринимать материал зритально, рекомендуется использовать следующие способы: презентацию, реферат, диапозитивы и проекции, видеопросмотр и т.д. Они запомнят то, что увидели.

Для тех, кто более расположен слушать, идеально подходит форма обучения, основанная на лекции с большим количеством вопросов и ответов. Они запомнят, что обсуждалось, а их воспоминания имеют сходство с магнитофонной лентой или записью выступления.

Для людей, мыслящих кинестетически, предлагается выполнять упражнения, им нравится играть роли. Они учатся через действие и могут хотеть постоянно менять тему. Это не значит, что они невнимательны. (То, что обучающийся должен сидеть тихо и слушать – устаревшая школьная концепция).

Конечно, невозможно каждый раз удовлетворить предпочтения каждого. Преподаватель, стремящийся к повышению своего уровня и уровня успеваемости обучающихся, может начать обеспечивать запросы некоторых и убедиться, что эти «некоторые» изменяются так, что постепенно будут задействованы все стили обучения. Моделирование выдающихся учителей основывается на использовании всех трех способов: с помощью образов, звуков, чувств.

Также актуален вопрос вовлечения студентов в активную работу группы. Наиболее эффективно, на наш взгляд, этот процесс протекает в условиях интенсива с использованием психорегулирующих средств, основанного на применении модели языков сознания.

Интенсивные методы появились в результате осмыслиения психологических резервов оптимизации процесса обучения, среди них – творческий потенциал личности, методическое дублирование психологических резервов оптимизации процесса обучения, среди них – творческий потенциал

личности, методическое дублирование психологических механизмов управления ориентированной деятельностью, влияние социально-психологических феноменов на личность – участника групповой работы. Психологический эффект интенсивного обучения основывается на известных принципах: радости и ненапряженности, единства «сознаваемого – неосознанного», «суггестивной взаимосвязи» и достигается за счет использования специальной системы суггестивно-коммуникативных этюдов – особой формы целенаправленной, психологически мотивированной деятельности. При этом очень важна внутренняя настройка на обучение. Из психологических особенностей процесса обучения можно отметить следующее:

интеллектуальную активность обучающихся
повышение эмоционального тонуса
творческий характер взаимодействия слова и мысли, «наполненной эмоциональными и волевыми элементами»
улучшение социально-психологических межличностных отношений в группе.

Непосредственное воздействие на все психические механизмы личности обучающихся осуществляется преподавателем.(3)

Хотя по природе мы все учимся, каждый имеет предпочтения, что и как он хотел бы познавать. Преподаватель, как человек, проводящий учебу, также имеет сильные и слабые стороны в способе мышления и усвоения материала. Будучи мастером собственного стиля обучения и владея разными другими стилями, с которыми он может встретиться в группе, преподаватель способен абстрагироваться от собственных предпочтений и представить материал различными способами, делая его доступным для каждого.

Литература

1. Агеев В. Лебедько В. Осознание. Мастерство. Психотерапия? – Мн., «Светоч», 1997.-130с.
2. Всехсвятский С. Модели и методы «эволюционно-ориентированной» терапии. // В сб. Этюды о новой психотерапии / Под ред. В.В. Козлова. –Мн., 1995, с.28-49.
3. Дерунова Н.В. Психорегулирующие средства оптимизации умственной деятельности при обучении английскому языку. // В сб. Ежегодник «Психология и практика» Т.4,в.2 под ред В.В.Козлова, ЯрГУ, МАПН, Российское Психологическое Общество, 1998 - с.66-67.
4. Еникеев М.И. Общая психология: учебник для вузов. - М.: «Издательство ПРИОР», 2000,-400с.
5. Козлов В.В. Истоки осознания. – Волгоград: Издательство «Семь ветров», 1999.-288с.
6. Козлов В.В. Социальная работа с кризисной личностью. Методическое пособие. -Ярославль, 1999.-303с.
7. Михайлов И.В. «Образ и образование», // В сб. Ежегодник «Психология и практика» Т.4,в.2 под ред В.В.Козлова, ЯрГУ, МАПН, Российское Психологическое Общество, 1998 - с.142-144.
8. О'Коннор Дж., Сеймур Дж. НЛП, Тренинг, -М., «Центр НЛП-тренинга», 1999. –254с.

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОЦЕССА ВХОЖДЕНИЯ В РСС.

Клименко Т., ЯрГУ

Мы занимаемся изучением особенностей феноменологии РСС (расширенного состояния сознания) уже несколько лет. В этой статье мы расскажем об особенностях эмоциональных проявлений РСС. Результаты наших исследований показывают, что практически у всех холонавтов процесс вхождения в РСС сопровождается определенными эмоциональными переживаниями. Исследования проводились во время тренингов по интенсивным интегративным психотехнологиям в 2000 - 2002 гг.

Рисование мандал является одним из этапов интеграции переживаний, возникающих в процессе холотропного дыхания. Техника рисования мандал была разработана Д. Келлог и употреблялась много лет для интеграции сеансов психоделической терапии. Более ранние ее истоки – аналитическая психология Юнга, в которой широко использовалось рисование мандал. (Козлов В. В., 1999) Для холотропного поиска на данном этапе интегративной работы самое важное – выплеснуть и выразить еще не выраженное в визуальном плане опредмеченного жеста. Порой в момент рисования соединяется то, что не соединялось, входит в сознание то, что до этого отсутствовало там. С одной стороны, это техника, которая находится за пределами слов, но, с другой стороны, эта техника коммуникативная, т. к. помогает вносить нам новое знание в повседневную жизнь. Мандалы – это как визуальный дневник, это некий иероглиф переживания. (Козлов В. В., 1999)

Мы сделали анализ 302 мандал на основе "малого теста М. Люшера".

Из полученных результатов мы видим, что вне зависимости от того, сколько процессов пройдено, первый ли это опыт вхождения в РСС, либо таковой уже имел место, и не раз, в рисунках мандал преобладают основные цвета теста: синий, зеленый, красный, желтый. На основании этого мы можем говорить о том, что процесс вхождения в РСС у большинства холонавтов в целом сопровождался положительными эмоциями, и, в первую очередь такими, как ощущение спокойствия и удовлетворенности, расслабления, умиротворения. Об этом нам говорит преобладание в рисунках синих оттенков цвета. После синего в рисунках наиболее часто встречаются оттенки желтого цвета, говорящие о том, что процесс вызывал ощущение радости, счастья, эмоциональной теплоты. Холонавты ощущали телесную и эмоциональную свободу, прилив энергии, оптимистический настрой. Процесс, скорее всего, сопровождался мечтаниями, возникновением новых жизненных целей, желаний, стремлений. Очень важно, что во время процесса происходила психологическая разрядка, освобождение от накопившихся отрицательных эмоций. Сам процесс вхождения в РСС протекал достаточно интенсивно. Он сопровождался высвобождением жизненной энергии, импульсами к активности, новому опыту и т.п. Об этом нам говорит красный цвет, также достаточно часто встречающийся в рисунках мандал.

Дополнительные цвета теста (к ним относятся серый, фиолетовый, коричневый, черный) тоже использовались в рисунках, но встречались они значительно реже, чем основные цвета. Из данных таблицы видно, что эта тенденция проявляет себя очень ярко. Черный цвет использовался при рисовании мандал чаще, чем остальные из дополнительных цветов. Скорее всего, холонавты, использовавшие данный цвет при рисовании мандал, во время

самого процесса ощущали страх, тревогу, отчаяние и другие подобные негативные чувства и эмоции. У некоторых холонавтов процесс вхождения в РСС был достаточно спокойным и относительно пассивным. В нем отсутствовала импульсивность, экспрессивность. Возникающие чувства, ощущения и эмоции были менее яркими, имели спокойный характер. Для кого – то процесс был "бесцветным", т. е. холонавт не испытывал никаких ощущений, его процесс не сопровождался ни положительными, ни отрицательными эмоциями, у него не возникало ни светлого, ни мрачного настроения. Об этом могут говорить серые оттенки, использованные при рисовании мандал.

Результаты сделанного анализа говорят о том, что все же в большинстве случаев процесс вхождения в РСС путем холотропного дыхания протекает достаточно интенсивно, сопровождается высвобождением энергии и, в большинстве случаев, положительными эмоциями.

СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ ИССЛЕДОВАНИЙ ПРОБЛЕМЫ СМЕРТИ

Сегодня умерло 150 тысяч человек, одни стали жертвами катастроф, террористических актов, насильственных деяний, другие погибли в войне, транспортных происшествиях или просто в результате несчастных случаев.

Иерархия социальных ценностей в развитых странах, не включает ни информационной, ни психологической поддержки людям, переживающим смерть.

Специалисты по душевному здоровью не имеют эффективных инструментариев – конкретных видов психологической помощи людям, которые сталкиваются, наверное, с самым глубоким кризисом в жизни человека, кризисом, одновременно охватывающим биологические, философские, эмоциональные, межличностные, общественные, духовные, практически все стороны индивидуальной жизни человека (Гроф, 2001).

Догматы мировых религий постепенное перестают занимать главенствующее положение в духовной жизни современных людей. Связь этих религий с глубинными духовными истоками кажется навсегда утраченной.

Заканчивается эпоха манипуляций символическими масками истины. Люди испытывают побуждение к внутренним исследованиям, они хотят получить достоверные данные о существовании безграничных полей человеческого сознания (Козлов В.В. 2002).

3. Фрейд в начале своей карьеры считал, что основной силой в психике человека является стремление человека к удовлетворению и снятию напряжения – «принцип удовольствия». Столкнувшись позднее с таким явлением как мазохизм, Фрейд пересмотрел свои взгляды, и признал существование других побудительных сил в психике человека. Его концепция «новой психологии», рассматривала психику как столкновение двух основных инстинктов человека – либидо и деструдо, или эрос и танатос. Интересно отметить, что около 94% сторонников Фрейда отказались признать теорию об инстинкте смерти. (Brun, 1953)

Современные исследования измененных состояний сознания в целом подтвердили предположение Фрейда о психологической значимости смерти, однако существование независимого инстинкта смерти не находит своего подтверждения среди исследователей человеческого сознания (Гроф 2001).

Универсализм смерти в значительной степени представлен на надличностном уровне психике в виде памяти прошлых жизней, эсхатологических божеств и событий, а также сложных архетипических мотивов. Косвенные свидетельства существования в человеке инстинкта смерти подтверждаются исследованиями биолога Леонарда Хайфлика и Алексея Оловникова. Суть этих исследований сводится к тому, что человеческая клетка «запограммирована на свое умирание» поскольку имеет предельный уровень деления - 50 ± 10 раз, по окончании этого периода наступает ее гибель.

Исследование процессов относящихся к смерти традиционно связывалось с материалистической парадигмой. Прекращение жизнедеятельности организма означало гибель индивидуума как обособленной живой системы. Подобный подход привел к неизбежному редуцированию психики.

Результаты наблюдений над измененными состояниями сознания поколебали веру в первичность материи и полное отсутствие духовного звена.

В настоящее время дискуссии и экспериментальные программы разворачиваются вокруг различных феноменов возникающих в момент наступления смерти.

Первое направление исследований – переживания, относящиеся непосредственно к сохранению сознания после смерти.

К данным исследованиям относятся рассказы о встречах с родственниками, друзьями, знакомыми которые являлись «умершим» сразу после наступления клинической смерти. Обычное возражение в этом случае, что умирающее сознание воссоздает образы эмоционально значимых объектов в жизни умирающего человека. По этой причине уделяется много внимания встречи с людьми «случайными» или о смерти, которых умирающий человек не знал.

Наибольший интерес представляют околосмертные переживания, которые, как правило, начинаются с переживания выхода из тела, различного вида обзора собственной жизни и прохода сквозь туннель. Танатологические исследования не раз описывали состояния людей, которые находились без сознания, во время которых они наблюдали сверху свои тела и мероприятия по их спасению, события, происходившие в других частях здания или в более отдаленных местах. От рождения слепые люди могли иметь видения, достоверность которых была признана в ходе тщательно проведенных исследований (Ring and Cooper, 1999). Наиболее известным западным психологом занимающимся феноменами вне телесного опыта считается Чарльз Тарт, который с помощью клинических исследований, во многих случаях доказал правдивость переживаний выхода из тела (Monroe 1971, 1994).

Некоторые представители материалистического подхода в науке считают, что подобные факты относятся скорее к нейрофизиологическим феноменам, чем к достоверным доказательствам, подтверждающим реальность этих переживаний. Так Е. Роудин считает, что рассказы больных об ощущениях, пережитых ими во время умирания, являются одной из форм токсического психоза (E. Roudin 1980), разновидностью галлюцинаций (I. Stevenson 1982), диссоциативной деятельностью коры головного мозга (Amer. J. Psychol., 1980). Некоторые авторы сравнивают подобные переживания с переживаниями, возникающими во время различных психопатологий (Salladay S.A. 1982-1983). В общем смысле выше описанные явления сводятся чисто к нейрофизиологическому объяснению предсмертных феноменов (Неговский В.А. 1991).

По мнению Бехтеревой Н.П., «выход души из тела - наблюдается сейчас большим количеством лиц, чем требуется для доказательства существования вновь обнаруженной физической частицы, подобные состояния не есть кратковременный феномен умирающего мозга, а вероятнее всего переходное состояние» (Бехтерева, 1999).

Имеющиеся свидетельства сверхчувственного восприятия после наступления клинической смерти с особой значимостью ставят вопрос о возможности существования сознания вне человеческого тела. Материалистическое представление о сознании сводиться к тому, что сознание является продуктом нейрофизиологических процессов в головном мозге, следовательно, независимая субстанциальность сознания отрицается. Однако задокументированные случаи вне телесных переживаний (ВТП) ставят под сомнение такой узкий подход к данной проблематике. Описанные феномены составляют сложный процесс, в котором различные элементы системно связаны, и в то же время обладают автономной независимостью.

Работа с измененными состояниями сознания накопила достаточно доказательств опровергающих материалистическое монистическое мировоззрение, поддерживаемое наукой в особенности о первичности материи по отношению к сознанию. Люди, которые занимаются изучением необычных состояний сознания, очень часто сталкиваются с явлениями, которые невозможно объяснить с точки зрения ньютоно-картизанских представлений.

Второе направление исследований – категория надличностных переживаний включающая опыт переживания эпизодов более раннего рождения в разных исторических эпохах. Можно выделить три основных аспекта анализа опыта повторных переживаний рождения.

Воспоминания прошлой жизни у детей. Подобные воспоминания возникают непроизвольно, вскоре после того, как дети начинают говорить. Такие воспоминания, в дальнейшем могут трансформироваться в различные фобии или психосоматические симптомы (Гроф 2001). Результаты таких исследований описаны в западной литературе. Так исследование Яна Стивенсона включало анализ более чем трех тысяч подобных случаев.

Дети рассказывали о местности, в которой они проживали, людей с которыми они общались, об их близких и родных. В большинстве случаев такие показания соответствовали реальной действительности. Подобные совпадения могут объясняться относительно коротким временем рождения после смерти и непосредственной близостью от места, где они жили (Bache, 1999). Интересные выводы сделаны о взаимосвязи травмирующих обстоятельств в жизни детей и наличии родимых пятен у этих детей. (Stevenson , 1997)

Непроизвольные воспоминания прошлой жизни у взрослых людей.

Подобные воспоминания, как правило, возникают во время личностных кризисов, тем не менее, такие воспоминания могут, случится и в обычных состояниях сознания. В качестве примера можно привести эффект дежа вю.

Вызываемые воспоминания прошлых жизней у взрослых. Такие воспоминания можно получить при экспериментах с измененными состояниями сознания и методами, с помощью которых можно добиться таких состояний. К ним относятся гипноз, психоделические эксперименты, телесно-чувственная изоляция и психотерапевтические техники (рибифинг, холотропное дыхание). Такие воспоминания возникают внезапно, отличаются ярким характером переживания действительных событий в жизни индивида, не зависят от его

философских или религиозных предпочтений. Отмечены случаи чередования таких переживаний с околовородовыми феноменами (Гроф 1988).

Следует особо указать, что подобные переживания несут в себе явный терапевтический смысл, в некоторых случаях исчезают тяжелые симптомы, происходит осознание имеющегося внутриличностного конфликта, намечаются пути его разрешения и выхода.

Возникает вопрос, как следует рассматривать такие переживания, либо как способность психики индивида к «самоисцелению» или это является действительным свидетельством реального опыта человека в предыдущей жизни. В любом случае, к оценке таких доказательств, следует относиться особо серьезно, их необходимо изучать в полном объеме, всесторонне и объективно, а также сопоставлять с независимыми фактами.

На сегодняшний день накопилось достаточно задокументированных данных свидетельствующих об этом необычном феномене, наука не может, и не должна ограничиться лишь простой констатацией описываемых явлений, необходимо всерьез проанализировать результаты исследований и сделать соответствующие выводы.

Третье важное направление исследований связано с изучением эффективных терапевтических способов работы с больными неизлечимыми заболеваниями и людьми, пережившими смерть своих близких.

В этой сфере интересные результаты получены западными психологами и врачами. В начале 60-х годов в Америке были проведены исследования по психodelической терапии для раковых больных. Статистический анализ показал, что обезболивающее действие ЛСД намного превосходит воздействие наркотических средств, применяемых для облегчения боли, кроме этого эффекта некоторые из больных высказали безразличие к тяжести их положения. У многих умирающих были мистические озарения, которые радикально изменили их отношение к смерти (Kast, 1963р; Kast and Collins, 1964). Обезболивающее действие препарата длилось очень долго, от нескольких недель до нескольких месяцев, что не может быть объяснено только фармакологическими свойствами ЛСД (Richards, 1968). При ЛСД исследованиях около 30% больных высказали значительное улучшение , 40% - среднюю степень улучшения, у 30% ничего не изменилось (Гроф 2000)

К наиболее впечатляющим результатам применения ЛСД следует отнести трансформацию смысловых образований не только неизлечимо больных людей, но и их близких и друзей. После сеансов ЛСД терапии пациенты пересматривали иерархию ценностей и свою жизненную стратегию, психологическое принятие смерти влекло за собой осознание нелепости и тщетности амбиций, привязанностей к деньгам, славе, положению в обществе, люди получали удовольствие от осознания своего существования здесь и сейчас, они наслаждались мгновениями жизни и извлекали удовольствие из самых простых вещей, таких как природа, еда, музыка (Гроф, 2000). Духовные и религиозные предпочтения людей наполнялись новыми смысловыми ориентирами.

Вместе с этим другое исследование с использованием сети «домов упокоения», показало, что больные люди нуждаются в теплых человеческих отношениях, сострадании и поддержки, которую зачастую по разным причинам не могут обеспечить близкие люди. (Kulber-Ross , 1969).

Работа с людьми, пережившими потерю своих близких и родных.

Огромную боль и страдание испытывает человек, когда теряет своих близких. Переживание утраты является одним из самых значительных стрессовых факторов в жизни человека. Психологические усилия терапевта должны быть направлены на снижение психологической чувствительности к боли, на изменение отношения пациента к случившемуся событию. Результаты смелых и перспективных исследований в этом направлении были опубликованы доктором Р. Моуди. Исследования Моуди показали, что практически каждый человек имея желание и приложив к этому необходимые усилия может встретиться с умершими и войти с ними в контакт. В ходе проведенных экспериментов около 50% людей испытывали переживание во время, которого они встречались с умершими, 13% испытывали ощущения присутствия духа, у более 10% воссоединения с умершими возникали в последствии, в других условиях. Насколько бы невероятными ни казались эти сообщения, результаты этих экспериментов были самые положительные. Люди освобождались от страха смерти, внутренне преображались, и восходили на новый уровень осознания. Они были уверены, что их близкие «живы» но находятся в ином, пока неизвестном и непонятном нам аспекте воплощения.

Прижизненные переживания духовно – психической смерти и возрождения.

Современный человек огородился от осознания своей собственной кончины бетонными коробками, стереосистемами и использует в качестве альтернативы развлечения в разнообразии предлагаемые человеческой цивилизацией.

Когда приходит время смерти, самоуверенный, сильный, амбициозный завоеватель вдруг превращается в беспомощное и малодушное создание. В отличие от почитателей западной культуры, люди имеющие глубинные связи с доиндустриальными истоками, признают смерть как неотъемлемую часть своего существования.

Опыты с измененными состояниями сознания показывают, что человек, который при жизни проходит через переживание смерти-умирания, получает значительные преимущества по сравнению с остальными людьми. Подобные события в жизни людей влекут глубокие психологические прозрения относительно нашей природы, эмоциональных затруднений и межличностных проблем. Прикосновение к базовому источнику существования различных философских, религиозных и мифологических систем, коренным образом трансформирует природу человеческого бытия, и меняет координату жизненного пути. Трансцендентные переживания изменяют наше отношение к смерти, человек пересматривает свои ценностные предпочтения, расширяет свою собственную модель видения мира. Смерть может оказаться единственным мудрым советчиком в различных ситуациях. Вместо того чтобы бежать от смерти можно в нее погрузиться, и жить более полной и осознанной жизнью. Ощущение неизбежности смерти стягивает с нас былые привязанности и страхи, освобождает от ненужных программ самоидентификации, которые только сдерживают наше движение к целостности.

К психологическим практикам, с помощью которых возможно пережить глубинные эпизоды психологической смерти и возрождения относятся: холономная интеграция С. Грофа, танатотерапия В.Ю. Баскакова, систему интенсивной интегративной психотехнологии В.В. Козлова.

Прогресс в развитии и понимании проблематики смерти, достигнутый в результате проведенных в последние десятилетия исследований

характеризуется следующими особенностями: в ходе исследований происходит наработка методического аппарата используемого при регистрации таких явлений которые ранее относились к не контролируемым переменным (ВТП). В свете наблюдений, поступающих из области изучения измененных состояний сознания, становится ясным, что модель, объясняющая психические измерения с точки зрения биологических доминант, послеродовой биографии и фрейдовского бессознательного слишком узка, чтобы претендовать в качестве базовой основы используемой в психологии.

Вместе с тем существует ряд проблем, на решение которых должны быть направлены основные усилия:

- исследования такого явления как выход из тела крайне затруднительно ввиду того, что его трудно вызвать в исследовательских целях по воле экспериментатора. Проявление этого феномена всегда обусловлено способностями конкретной личности. Очень часто, что такая способность не возникает во время экспериментальных исследований и что, некоторые явления вообще не возможно воспроизвести в рамках эксперимента;
- огромное количество выше описанных случаев до сих пор не стало предметом специальных исследований;
- результаты, полученные в данных исследованиях, не используются для изменения базовых парадигм для понимания природы эмоциональных и психосоматических нарушений.

Решение названных проблем обеспечит весомый вклад в интеграцию психологического знания.

Литература:

1. Ring, K. 1982 Life at Death:A Scientific investigation of the Near-Death Experience. New York: Quill
2. Brun, A. 1953. Apropos of Freud's theory of the Death instinct.
3. Tart, C. 1968. A Psychophysiological Study of out-of-Body Phenomena. Journal of the Society for psychical research.
4. Гроф С. Путешествие в поисках себя – М; 1994
5. Козлов В.В. Психотехнологии измененных состояний сознания. Личностный рост. Методы и техники. – М; 2001
6. Козлов В.В., Майков В.Р. Основы трансперсональной психологии – М., 2000
7. Восток и Запад. О жизни после смерти – Спб; 1993
8. Исцеление с помощью НЛП – М; 2001
9. Человек перед лицом смерти. С. Гроф – М.: ООО «Издательство Аст» и др., 2002
10. Гроф С. Психология будущего: Уроки современных исследований сознания – М; 2001
11. Бехтерева Н.П. Есть ли Зазеркалье // Терминатор. № 1. 1995
12. Бехтерева Н.П. Магия мозга и лабиринты жизни. СПб.: «Нотабене», 1999

ПРОБЛЕМЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ ВЫПУСКНИКОВ ВУЗОВ.

Козин Д., ЯрГУ

Проблема интеграции выпускников ВУЗов в пространство рыночной экономики актуальна для большинства гуманитарных специальностей, что

обуславливается не только конъюнктурой рынка труда, но и такими детерминантами как наличие-отсутствие определенного рода поведенческих установок, отношения к своим качествам. С нашей точки зрения, это является тем психологическим условием, которое самым непосредственным образом влияет на последующее поведение в выборе среды функционирования.

Особенно остро стоит вопрос включения во «взрослую жизнь» выпускников таких специальностей как psychology, социальная работа, математика и др.

Исходя их карты личности, предложенной д.п.н., профессором В. В. Козловым для обретения всестороннего благополучия необходимо гармоничное сосуществование всех мегаподсистем «Я»: «я – материального», «я – социального», «я – духовного». При таком условии, что каждая часть постоянно бы находилась в состоянии подпитки, в противном случае это вызывает обострение полевого напряжения между «Я» и «не – Я», что может быть деструктивно по отношению к самой личности.

«Я – материальное». По результатам проводимого анкетирования наиболее популярны такие мотивации к работе как:

Материальная

Престиж

Карьерный рост

Вполне понятно, что каждый хочет совмещать достойный заработок и выбранную по душе профессию, но это удается немногим. Низкооплачиваемость работы, как показывают результаты, молодые хотят компенсировать возможностью карьерного роста или должностями властного характера.

В настоящее время требования работодателей к молодым специалистам несколько завышаются, что создаёт дисбаланс в системе работодатель – работосоискатель, что вследствие причин, которые будут указаны ниже, уменьшает возможность их трудоустройства.

Несмотря на обширные притязания, многие студенты еще до сих пор не имеют представление о своих личностных ресурсах, то есть тех способностях и качествах, с помощью которых они могли бы внести существенный вклад, например, в работу своего отдела.

Неумение ориентироваться в потоке капитала, создает для них практически не решаемую проблему – где и как заработать деньги? Это приводит к тому, что приходится осваивать другие профессиональные сферы: менеджмент, рекламу бухгалтерский учет и т.д., где они теряются на фоне специализирующихся на этом других выпускников.

«Я – духовное» На этом уровне мегаподсистема должна подпитываться такими категориями как самовыражение, полезность себя в качестве специалиста, чувство нужности людям, ощущение причастности к жизни, самосовершенствование; применение своих знаний, умений, способностей; творческий характер труда.

«Я – социальное». Здесь можно выделить ряд следующих трудностей:

Проблема ролевой смены – от статуса ученика к статусу работника, включенного в общественное производство. За 15 лет учебы (ВУЗ + школа) человек привыкает к однотипному методу работы – получает задание, выполняет его и получает положительное подкрепление (оценка; стипендия), если оно выполнено успешно); профессиональная деятельность подразумевает иные способы функционирования. На примере студентов специальности

«социальная работа» можно выделить такую проблему как трудность во включении в общественное производство, обусловленная государственной социальной политикой, которая не обеспечивает ни материального, ни статусного благополучия работников этой сферы. Это, естественно, сказывается и на престижности специальности, создает дискомфорт в осознании своего профессионально-должностного статуса.

Один из самых главных навыков молодого специалиста - это навык структурирования своей собственной реальности, что выражается в умении организовать свою деятельность на рынке труда, детерминируемом жесткой конкуренцией.

К этому можно добавить такие огнихи как неумение преподнести себя как человека с базовым высшим образованием (самопрезентация), неумение использовать свои потенциальные возможности и возможности, которые дает окружающая среда, незнание пространства применения своих сил. Поэтому овладевать навыками и умениями включаться в общественное производство нужно начинать со старших курсов.

Если учесть, что незанятый контингент нового выпуска накладывается на предыдущий, то этот процесс способствует росту негативных социальных явлений. Изучение интегрального статуса индивида на современном этапе развития общества является одной из важнейших задач психологии, особенно социальной; так как процесс определения профессионально-должностного статуса является важнейшей вехой в онтогенезе индивида. Задача современной науки - оказать всестороннюю поддержку в этом.

Драматизм сложившейся ситуации с выпускниками обусловлен не только экономическими коллизиями переходного периода, но и функциями образовательных учреждений, которые далеко не всегда способствуют разрешению противоречий между обучением и работой.

ГРУППОВАЯ ПСИХОКОРРЕКЦИЯ РОДСТВЕННИКОВ НАРКОЗАВИСИМЫХ: ОПЫТ, ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ.

Никифорова О.В., Чернецов В.Ю., (Ярославль)

В данной статье мы предприняли попытку обобщить и проанализировать опыт групповой психокоррекционной работы с родственниками клиентов проекта «Вершина» (российско-голландский проект по реабилитации наркозависимых, работающий на основе модели Jelinec института (*Амстердам*) и Института Психического здоровья и Наркозависимости (*Антверпен*), базой для реализации которого является Ярославская областная клиническая наркологическая больница).

Необходимость работы с родственниками наркозависимых непосредственно вытекает из стратегических задач, стоящих перед специалистами российско-голландского проекта: внедрение в реабилитационный процесс комплексного биopsихосоциального подхода, использование возможностей так называемой мультидисциплинарной бригады (врач, психолог, соц. работник), достижение максимально возможной социально-психологической адаптации клиентов проекта. Последнее, как показывает мировой опыт и наши собственные наблюдения, невозможно без коррекции дисфункциональных семейных взаимоотношений, которые являются мощным дестабилизирующим фактором и зачастую провоцируют возврат наркозависимых к потреблению психоактивных веществ. В связи с этим,

параллельно с индивидуальной и групповой работой с идентифицированными пациентами, мы проводим социально – психологическую работу с членами их семей, в том числе - и в групповой форме.

Группа включает в себя от 8 до 12 участников, гетерогенна по возрасту, полу и образовательному уровню. Частота встреч варьируется в зависимости от ситуации, и этапа группового процесса от 1 до 3 встреч в неделю. Группа является открытой для новых участников, однако имеет сформированное «ядро», состоящее из 3 супружеских пар. Длительность существования группы на настоящий момент – 1,5 года.

В работе используется интегративный психотерапевтический подход, включающий в себя структурированные техники семейной терапии, групповую дискуссию, элементы трансактного анализа и психодрамы, ситуационно – ролевой тренинг, арттерапевтические техники и техники релаксации, приемы социально – психологической поддержки и обязательное обсуждение критических событий в семье. Один раз в месяц проводятся клубные встречи, где за чаем обсуждаются достижения и недоработки, подводятся итоги занятий, дается обратная связь.

В своем развитии описываемая группа проходила через несколько этапов. Для начального были характерны трудности, которые могут быть условно отнесены к 2-м категориям:

универсальные, т.е. сопровождающие начало работы любой психотерапевтической группы (несформированность структуры отношений внутри группы, некоторая пассивность участников, связанная с отсутствием у них опыта психотерапевтического общения с одной стороны, и ожиданием активности от ведущих - с другой и т.п.)

специфичные, т.е. присущие именно данному контингенту участников. К ним можно отнести: гипер - и гипомотивированность родственников наркозависимых на психотерапевтическую работу (часть из них понимает ее необходимость, но ожидает «слишком много и сразу», другие считают, что психотерапия нужна, но только самим наркоманам, а не их родственникам, тем самым, слагая с себя ответственность за происходящее в семье); «размытость» целей; черты созависимости, проявляющиеся, к примеру, в склонности напрямую связывать свое отношение к групповой работе с динамикой состояния своих близких – наркопотребителей (по типу: «у нас все хорошо сейчас и я могу не ходить на занятия», или «он опять колется, все это бесполезно») и т.п.

После 3-4 встреч группы мотивация участия в работе стала более сформированной, определились цели и задачи, стоящие перед ведущими и участниками, начала складываться социальная структура группы, общение в ней стало более свободным и искренним. За это время произошел «отсев» 4-х из 13 участников, гл. образом из разряда гипомотивированных.

В дальнейшем, работа группы стала более целенаправленной, стабилизировался ее состав, были выработаны групповые традиции и нормы, чем и знаменовался переход к следующему, основному этапу ее существования. Задачи, решаемые на этом этапе, разделяются на следующие категории:

Когнитивные (решаются с помощью информационно-просветительских блоков, работы с иррациональными установками и семейными «мифами»).

Эмоциональные (вырабатываются навыки распознавания эмоций и контроля над ними, отреагируются субъективно тягостные чувства: растерянность, обида, беспомощность, отчаяние)

Поведенческие (формируются адаптивные поведенческие навыки, и происходит отказ от неконструктивных поведенческих стереотипов).

Социальные (используются механизмы социальной поддержки, групповой сплоченности, возможности обогащения конструктивным опытом друг друга).

По истечении 6 месяцев работы группа достигла наиболее продуктивного этапа, демонстрируя высокий уровень зрелости и сплоченности. Это сопровождалось перераспределением ответственности между ведущими и «ядром» группы, в связи с чем функции ведущих трансформировались в координционно-поддерживающие. Стала очевидной тенденция к перерастанию родительской психотерапевтической группы в общество самопомощи. Следует отметить, что аналогичные процессы наблюдались и в существующей параллельно терапевтической группе идентифицированных клиентов (наркозависимых), большая часть которых является детьми участников описываемой родительской группы.

В настоящее время группа родственников наркозависимых клиентов работает как самостоятельная структура, которая обращается к помощи специалистов только по необходимости. Более того, наиболее инициативные участники группы стали организаторами общественного движения «Родители против наркотиков».

Наш опыт показывает, что одновременное психотерапевтическое «сопровождение» пациентов и их родителей помогает отследить динамику семейной ситуации, оперативно регулировать кризисные моменты в семье, воздействовать на проявления зависимости и созависимости, которые неразрывно связаны между собой, а также – способно перерасти в «стартовую площадку» для развития самостоятельных социальных инициатив. В результате такой работы семья становится мощным фактором, способствующим продлению ремиссий и повышению уровня социально-психологической адаптации наркозависимых.

АНАЛИЗ СНОВИДЕНИЙ КАК МЕТОД ПСИХОДИАГНОСТИКИ ЛИЧНОСТИ: ИССЛЕДОВАНИЕ ЗАВИСИМОСТИ СОДЕРЖАНИЯ И ТЕМАТИКИ СНОВИДЕНИЙ ОТ АКЦЕНТУАЦИИ ЛИЧНОСТИ.

Парфентьев С., ЯрГУ.

Проблема интерпретации сновидений и первые попытки концептуализации сновидческой реальности возникли довольно давно, когда явления окружающего мира и сущность внутриструктурных процессов понимались в рамках религиозно-мистических традиций (языческие, туземные традиции, шаманизм, эзотерические школы и мировые религии).

Изучение сновидений в рамках психоанализа явилось толчком для развития научного изучения сна и сновидений и создания огромного количества объясняющих моделей. Сновидения, несмотря на свою «метафизичность» с точки зрения академической науки, вполне успешно используются целым комплексом психотерапевтических школ: психоанализ, аналитическая психотерапия, адлерианский подход, психодрама, гештальт-терапия, онтопсихология А.Менегетти, трансперсональное направление психологии и

психотерапии и т.д. При этом каждый из перечисленных подходов закладывает в «работу со сновидениями» свой краеугольный камень, базовый критерий, который, в свою очередь, определяет понимание механики сновидения и его смыслов.

Данная статья посвящена исследованию сновидения как психического явления, определению более четких границ этого феномена, и, самое важное, определению связи между сюжетом сновидения, динамикой его образов и личностными свойствами, личностной направленностью. Исследование состоит из двух этапов: 1 – составление психологического портрета сновидца (ицы), для чего используется многофакторный опросник MMPI (“Мини-Мульт”), выявляющий акцентуации личности, модель поведения, мышления, тип реагирования личности на внешние обстоятельства и конфликты, т.е. позволяющий составить достаточно полное представление о личности сновидца; 2 – анализ сновидений испытуемых.

Базовые цели исследования можно определить следующим образом:
проследить влияние личностных свойств на процессы сновидения;
выявить особенности сновидений у различных типов акцентуаций личности;

выявить степень сохранения привычных паттернов поведения и типа реагирования «дневной личности» в сновидении.

Что касается анализа сновидений, то исходя из целей исследования, выбор подхода к интерпретации сновидений не принципиален. Тем не менее базовые посылки для анализа сновидений следующие: 1) сновидение вносит баланс в пространство личности сновидящего путем коррекции его сознательной установки бессознательной (К.Г.Юнг); 2) Исполнение желаний и реализация влечений в маскированном виде является основной задачей сновидения (З.Фрейд и психоанализ); 3) Сновидение – это имманентно присущий личности способ разрешения проблем; стиль мышления и паттерны поведения сознательной жизни индивида определяют стиль мышления и модель поведения личности в сновидениях (А.Адлер).

В исследовании участвовало 60 испытуемых, мужского и женского полов, в возрасте от 18 до 49 лет. Для каждого испытуемого составлялся «профиль» (характеристика по результатам опросника) и анализировались два сновидения, которые сновидец(ица) посчитал(а) наиболее яркими и впечатляющими за период от недели до полугода до начала исследования. В данной статье каждый тип акцентуации личности будет представлен одним-двумя примерами.

Циклоидный тип личности.

Профиль 1. Пол: женский; Возраст: 22.

Характеристика: Преобладающие черты личности: тревожность сочетающаяся с активной позицией. Характерна чрезмерная гибкость мышления, имеющая тенденцию разбросанности, размытости, и нехватки определенной доли стабильности и устойчивости. Благодаря этому качеству и склонности компенсировать тревожность импульсивным и экспансивным поведением, личность сохраняет некий баланс. Прослеживается внутренний конфликт, выраженный равнозначенной выраженностью таких качеств как тревожность, пессимистичность и импульсивность. Конфликт заключается в следующем: противоречивость реагирования личности: динамичность процессов возбуждения сочетается с неустойчивостью. В поведении личности сталкиваются разнонаправленные тенденции: мотивация достижения успеха – с мотивацией избегания неуспеха, склонность к активности и решительным

действиям – со склонностью к блокировке активности в ситуации стресса, повышенное чувство достоинства и стремление к доминированию – с неуверенностью в себе и избыточной самокритичностью, стеничный регистр эмоций гнева, восхищения, гордости, и презрения – с эмоциями астенического регистра: страхом, чувством вины, тревожностью. Взаимная компенсация разнонаправленных тенденций адаптирует личность, но нагнетает внутреннюю напряженность. Акцентуация: цикloidная, конституционально-возбужденная; тип реагирования – смешанный.

Сновидение: «Спорю со знакомым (синтезированный образ нескольких грубых и узкодумных человек). Далее стою перед аквариумом с золотыми рыбками и маленькими юркими сомиками (пятнистыми). Долгое время я пытаюсь рассадить рыбок по разным аквариумам. Совершенно фантастические впечатления, когда две рыбки решили размножиться (самочка раздулась). Самое страшное, когда к рыбкам доливают грязной воды и они начинают умирать, выпрыгивая из аквариума. Я пытаюсь их спасти, хватаю, и бегу к пруду. Причем появляется мысль, что наиболее благоприятно рыбки перенесут дорогу, если я их понесу во рту. В конце я выпускаю их в пруд, они оживаю. Ощущение рыбки во рту отвратительно».

Это сновидение является хорошей иллюстрацией к профилю личности. Сначала она спорит с неким синтезированным образом человека-оппонента в споре. Собирательность этого образа наталкивает на мысль о том, что у сновидицы заведомо определенное отношение к идеям и потенциальному оппоненту в споре. Здесь имеет место несколько завышенная самооценка, возможно касающаяся интеллектуального компонента личности. Не менее вероятно, что это может быть ситуативный случай, а не правило. Тем не менее, сновидица определенно «выносила» в себе, в своем сознании определенную «модель мира», которая в многом может противоречить мнению большинства. Эту модель мира и систему ценностей иллюстрирует аквариум с красивыми рыбками. Здесь проявляется также такое качество личности как склонность к самолюбованию (скорее, внутренне качество, скрываемое). Конфликт этой красивой модели мира с мнением окружающих воспринимается как «вливание грязи в аквариум», что называется «всю идею опошлили», и субъективно воспринимается болезненно. Упорство личности сновидицы проявляется в стремлении спасти «свою модель мира», сменив футляр, оболочку для идеи. Причем, модель уже очевидна начинает разваливаться, не выдерживает внешнего давления. Лишь опять восстановив герметичность, эта система взглядов «оживает». Тем не менее, на «вкус она отвратительна» - сновидица выстроив эту красивую модель, и долгое время любовавшись ею, сама воспринимала ее отстраненно, с позиций теоретика. Когда обстоятельства заставляют опровергнуть, или доказать окружающим свою правоту, горечь внутренних противоречий дает о себе знать.

Эта интерпретация, в значительной степени умозрительная, тем не менее, обращает внимание на основные качества личности - тревожность, чувство своей уникальности, и отчаянные попытки защитить свое видение мира, часто доводящие ситуации сознательной жизни до абсурда, но с единственной целью – ни в коем случае не дать распасться своей «модели мира». Здесь вполне отражена определенная доля конфликтности, и болезненно заостренное чувство СЕБЯ и СВОЕГО, характерное циклотимикам.

Профиль 2. Пол: мужской; Возраст: 21.

Характеристика: выражено состояние свободноплавающей тревоги. Соотношение шкал подсказывает, что причиной этого возможно была длительная предшествующая невротизация. При этом для личности характерна импульсивность и поведенческая активность – как механизм вытеснения тревоги. Проблемы осознаются личностью, снижая общий фон настроения. В ситуации конфликта данной личности характерно внешнеобвиняющее поведение, импульсивность. Выражена мотивация достижения. Личность достаточно адаптированная, так как тревога как состояние еще не оформилась, и действуют защитные механизмы – эмоциональное отреагирование. Общая картина профиля соответствует циклоидному типу акцентуации. Тип реагирования личности – смешанный.

Сновидение: «*Я прихожу домой к другу, где живет моя бабушка и прошу ее сшить мне кожаную сумку-портфель прямоугольной формы бежевого цвета, объясняя это тем, что на днях прилетит Змей Горыныч и без сумки здесь не обойтись. Бабушка не соглашается и я ухожу расстроенный. Прихожу снова и бабушка дает мне сшитый кожаный портфель. Потом я попадаю на встречу со Змеем Горынычем. Под ногами туман, напротив меня стоят три человека лет 15. Из-за них выходит Змей Горыныч и чем-то мне угрожает. Тогда «Петя Васечкин» выходит из-за меня и достает пистолет. З.Г. достает еще более крутую пушку, тогда рядом с нами появляется «Гусев» и достает четырехствольный пистолет. З.Г. стреляет, и я поднимаю портфель. Потом на весь «экран» бежевый портфель, на нем гильза, а в ней две дробинки и фраза «Гильза может остановить пули».*

В сновидении на первый план выступает борьба сновидца за «сумку», которая может быть символом статуса, позиции социального эго, возможно карьерного роста или учебного статуса. Очевидна важность встречи сновидца с каким-то лицом в дневной жизни, которое при этом вызывает тревогу. Сначала, подготовка к встрече срывается, во второй раз сновидец вступает в конфронтацию с образом-противником, уже во всеоружии. Противостояние разрешается благополучно, тем самым прогнозируя развитие ситуации в дневной жизни, а, возможно, и сценарий своего нереализованного поведения в прошлой ситуации.

Насыщенность сновидения человеческими образами указывает на общительность сновидца, на стремление находиться среди людей. При этом внешний вид этих образов (Змей Горыныч, Петя Васечкин), свидетельствует об инфантильности мышления. Также, это может быть защитный механизм эго, механизм мифологизации, гиперболизации, называние чего-то незнакомого уже знакомым, и не особенно страшным, своего рода снижение уровня воспринимаемой опасности, чем на самом деле, что существенно облегчает разрешение жизненных проблем.

Данное сновидение отличается причудливостью логики, которая во многом противоречива, но тем не менее индивидуальна. Соответствие психологическому портрету выражается в негативным эмоциях и тревожных чувствах, которые, практически мгновенно вытесняются вовне с помощью внешнеобвиняющего поведения, эмоционально-действенного отреагирования. Также характерна склонность самостоятельно принимать решения, при этом утилизируя возможности своего окружения и свои внутренние резервы.

Гипертимный тип личности.

Профиль 1. Пол: мужской; Возраст: 18.

Характеристика: Личность характеризуется гиперактивностью, стеничностью установок, типично «мужским стилем поведения». Ярко выраженная гипертимная акцентуация проявляется оптимизмом и сверхактивностью, которая имеет тенденцию размытости и разбросанности. Практичность, опора на собственный опыт, активная позиция сочетаются с упорством в отстаивании своего мнения. Активность, как правило поведенческая или двигательная, имеет свойство спонтанности и проявляется скорее как потребность, нежели направленное достижение какой-либо цели. Частые эмоциональные вспышки формируют такую черту личности как эксплозивность, а присущее упорство и, в некоторых случаях, самоуверенность проявляются в ущерб гибкости мышления. В целом, данные характеристики соответствуют возрасту, а акцентуированы они благодаря незрелости мышления и эмоциональных реакций. Тип реагирования личности: гиперстенический.

Сновидение: «Я стою на остановке, жду автобуса. Я скорее бегу садиться, и только начал открывать дверь и встал одной ногой на порог, автобус резко тронулся и начал набирать скорость. Меня вместе с дверью толкнуло назад по инерции, но я держусь обеими руками за ручку двери, и краешком ноги стою на пороге. Потом водитель резко затормозил, как будто специально, и у меня соскользнули руки с ручки, меня закрутило в воздухе. Я очень сильно испугался и упал на асфальт. Я начал подниматься, чтобы посмотреть, где я нахожусь. И только поднял голову, вижу, что на меня едет машина с большой скоростью. Я даже не успел что-то предпринять, как она ударила бампером мне поверх головы и проехала надо мной. Я перестал чувствовать свое тело и в голове очень сильно гудело, в глазах стоял туман. Потом я почувствовал как будто мне на голову льют теплую воду. Это оказалась кровь. Я боялся представить, что у меня творится на голове. Потихоньку стал приходить в чувство, но не чувствовал конечностей. Я докатился до бордюра и упал в большую лужу. Один глаз у меня залило кровью. Я лежу в 10 метрах от остановки и никто из людей не смотрит на меня. Я думаю, почему люди не помогают мне, даже не смотрят на меня, как будто я куча мусора. Кровь льется и льется, я постепенно теряю сознание, и в этот момент просыпаюсь».

Это сновидение можно анализировать исходя из нескольких критериев. Во-первых, образ себя проявляется здесь как личность попавшая в «обстоятельства». Отсутствует способность контролировать ситуацию, события происходят со сновидцем в таком контексте, что как он ни старается, все равно ничего не выходит. Это может быть проявлением враждебности к окружающим, т.е. несколько неадекватной оценки того, как окружающие люди воспринимают сновидца. Эмоциональные вспышки, о которых упоминалось в характеристике, находят свое отражение в развитии скорости, тряске сновидца – это происходит неконтролируемо. Во-вторых, в этом сновидении проявляется самая характерная черта гипертимов – постоянное движение, двигательная активность, независимо от качества ситуации. В-третьих, с юнгианской позиции – в этом сновидении можно усмотреть проигрывание бессознательным одного из вариантов хода жизненных событий – не совсем, как мы видим, благоприятного – и явный акцент на том, что поведение сновидца в реальности, его эмоциональные реакции или мировосприятие небезопасно для него самого, оно деструктивно. Следует также обратить внимание на автобус как образ сновидения. Образ автобуса может не символическим, т.е. не означать ничего, кроме автобуса, однако, дальнейшие события сновидения свидетельствуют об

обратном. Автобус присутствует здесь как символ жизни, «судьбы» сновидца: гиперактивность и незрелость поведения сновидца в «дневной жизни», излишняя эмоциональность проявляется в том, что «образ себя» сновидца в сновидении перестает соответствовать нормам и правилам жизни и выбрасывается на асфальт, получает травму и никто ему не хочет помочь. В этой точке сновидения проявляется страх сновидца остаться в изоляции.

Профиль 2. Пол: женский; Возраст: 18.

Характеристика: Ярко выраженная поведенческая активность, высокий уровень жизнелюбия. Стремление подчеркнуть собственную миролюбивость, добродушие, показать себя в лучшем свете, нормативность. Характерна неосторожность, ветреность, большая доля инфантилизма. При этом низкая мотивация достижения и поисковая активность, собственная позиция не выражена, индивидуальность мышления и поведения подавлена. Характерна ограниченность в плане самореализации. Мышление характеризуется инертностью, отсутствием самостоятельности, зависимостью, опорой на нормы и правила, являющиеся важным ориентиром поведения. Поверхностность интересов, тенденция часто переключаться с одной деятельности на другую, неустойчивость внимания.

Сновидение: «*Я сплю. Открываю глаза и вижу ярко оранжевый свет. Сначала не понимаю, где я, и что происходит. Внезапно я чувствую животный страх: все горит, комната объята огнем. Огонь подбирается к моей кровати. Свет слепит глаза. Я вскакиваю с кровати, пробираюсь к двери, пытаюсь открыть ее. Я не чувствую боли от ожогов. Очень страшно и хочется жить. Разворачиваюсь и бегу к окну. Разбиваю его, поранив руки, лицо. Оказавшись на снегу, я ощущаю боль от порезов и ожогов. Не оглядываясь бегу вперед*».

Сновидение можно интерпретировать следующим образом: происходят определенные личностные изменения, влекущие за собой серьезные перемены во всем, в образе жизни, в окружении, в месте проживания, в образе себя. Чувствуя неизбежность этого у личности (у образа себя, у ЭГО) просыпается животный страх смерти (смерти этого), и всеми способами оно бежит от перемен, которые опасны для него как «огонь». Происходит побег от перемен, учитывая возраст сновидицы, побег от взрослости. Обратный этому вариант интерпретации: стремление вырваться за пределы своей «скучной», «старой» жизни. Возможно здесь проявлена неблагоприятная семейная обстановка (в доме все горят), и сновидица, несмотря на раны полученные при прыжке из окна, убегает. В этом сновидении для нас является важным эмоциональность образа «Я» сновидицы в пространстве сновидения и двигательная активность: образы сновидения очень яркие, интенсивно меняющиеся, затрагивающие даже переживания физиологической боли; эмоциональная составляющая несколько экзальтирована, проблема разрешается эмоционально-поведенческим отреагированием сновидицы вовне. Перечисленные черты вполне соответствуют гипертимной акцентуации личности, а негативные эмоции, присутствующие здесь являются вообще гораздо более характерной чертой сновидений как таковых, нежели приятные переживания. Это связано с функциональной направленностью сновидений – проработка внутриличностных конфликтов (разнообразные попытки завершения «дневных гештальтов»), очередное «проживание» дневного опыта, попытка его переструктурирования, планирование дальнейших событий жизни и т.д.

Психастенический тип личности.

Профиль 1. Пол: мужской; Возраст: 21.

Характеристика: выраженная психастеническая акцентуация при общем повышении активности защитных механизмов личности. Выраженные свойства личности: тревожность, склонность к самоанализу и раздумьям, тормозимый тип поведения, неуверенность в себе. Оценка реальности пессимистичная. Нередко поведение приобретает демонстративный характер. Превалирует мотивация избегания неуспеха, установка на конгруэнтные отношения с окружающими. В ситуации стресса – блокировка или ведомая активность вслед за большинством или лидирующей личностью. Наблюдается чувство ответственности, обязательность, скромность, повышенная тревожность, в некотором смысле ритуальные действия. Тип реагирования: гипостенический.

Сновидение: «Я лежу дома на моей кровати, вдруг начинает происходить что-то ужасное. Кровать начинает трястись. С моим телом происходит что-то непонятное, оно начинает вращаться и перемещаться в пространстве с помощью какой-то загадочной силы. Мне становится страшно и во сне я просыпаюсь. Несмотря на это меня продолжает трясти. Мне становится еще страшнее, поскольку я думаю, что проснулся и в реальности такие вещи не должны происходить. Мне кажется, что я схожу с ума. Ужас достигает своего апогея и на этом я просыпаюсь уже окончательно и с облегчением понимаю, что весь этот бред мне приснился». Сновидение – повторяющееся.

Сновидение наполнено тревожными чувствами и ощущениями, страхом, боязнью сойти с ума. Сновидец зафиксирован на мыслях о своем здоровье. Образ тела, процессов, происходящих в нем, является источником тревожных мыслей. Глубокая интровертированность и сложность установления контактов с окружающими являются причинами повышенной склонности к анализу и самоанализу – это состояние, возможно, натолкнуло сновидца на неприятные выводы – поэтому тряска, вращение и страх связаны с непониманием процессов, которые происходят со сновидцем. Естественное для него чувство – тревога, страх сойти с ума (базовый страх, являющийся основой решетки ЭГО) возникает как защитная реакция. Интересен тот факт, что сновидец находится один на один с неодушевленными предметами, проявление его мироощущения через призму своей «инакости», одиночества, несколько метафизическое мировоззрение, допускающее «загадочные силы» больше, чем свою активность. Неустойчивость своего положения, непонятные события вокруг можно экстраполировать на восприятие сновидцем окружающей реальности в сознательной жизни

Профиль 2. Пол: женский; Возраст: 22.

Характеристика: Состояние свободно-плавающей тревоги, характерное морально-физическому истощению. Оценка реальности неопределенная. Поведение тормозимое, выражена склонность к раздумьям. Превалирует мотивация избегания неуспеха, установка на конгруэнтные отношения с окружающими. Мышление инертное, позиция часто пассивная, равнодушная, в ситуации конфликта испытуемая уходит в оборону, ведет себя не агрессивно, но и не капитулирует. Социальное ЭГО достаточно сильно, реактивное состояние свободноплавающей тревоги и пассивность компенсируются необходимостью сознания путем сверхконтроля держать личность в рамках.

Сновидение: «Действие происходит в общежитии, в котором я тогда жила. Я как будто подметаю пол в коридоре. В этом месте в данный момент очень светло, что не характерно для этого помещения. Свет очень приятный, мягкий и солнечный. Я люблю такой свет, мне сразу становится уютно и приятно. Я подметаю. Тут я поднимаю голову и вижу - передо мной стоит

мальчик лет 9-10. Он одет в длинную рубаху такого цвета как бывает выбеленный лен. Она явно не с его плеча. Она похожа на русскую косоворотку. Сам мальчик худоватый и с не свойственным живому человеку цветом лица. Он достаточно миловидный, у него большие карие глаза, но синие круги под ними говорят о нездоровье. И вообще цвет лица с синим оттенком. Он смотрит на меня очень странным взглядом. Я тоже смотрю на него. При этом пытаюсь прогнать его веником. Но внезапно я понимаю, что у этого маленького человека мертвый взгляд. И как озарение, я осознаю, что передо мной стоит утопленник. Тут меня охватывает ледяной ужас, ощущение, холод, бегающий по позвоночнику, и т.д. Я понимаю, что теряю сознание, в глазах вспыхнул белоснежный свет, вся картина пропала. И только где-то на периферии сознания, возникает чувство, что бояться нечего. И тут я просыпаюсь».

Анализировать это сновидение более приемлемо с точки зрения гештальт-подхода – любой элемент сновидения является фрагментом личности сновидца. Итак, сновидение начинается с того, что сновидца подметает в коридоре общежития, где она прожила больше 2 лет. Свет и эмоции, с ним связанные, говорят о теплых чувствах и уюте, который сновидца любит в этом месте. Дальше происходит нечто неожиданное и очень странное, с точки зрения сновидицы: перед ней мальчик (странный этого эпизода можно объяснить символически – мальчик необычного вида в необычной одежде – перемены в жизни; эти перемены воспринимаются личностью настороженно, дает о себе знать ригидность, контроль за собой). Мальчик-утопленник – продукт страха сновидцы перед изменениями, которые он несет. Она выбирает другой путь: остаться там, где она есть сейчас, где светло, уютно и приятно. Изменения воспринимаются Эго сновидицы как смерть, т.е. необходимость Эго перестраиваться и ломаться. Этот конфликт заставляет сновидцу застыть в нерешительности. С одной стороны, объективные обстоятельства несут в себе необходимость меняться, с другой – страх перемен парализует ее. Сновидение разрешается примирением – проблема проработана. Это достаточно умозрительный анализ, тем не менее, он дает определенную информацию о личности сновидицы: оригинальность мышления, абстрактно-образная его наполненность ярко представлены в сновидении; миролюбивость – свет, уют, теплота, спокойствие и т.д.

«Мальчик-утопленник», странный на вид также является манифестиацией истинного «Я» сновидицы (в плане психологических характеристик) – он худой, с болезненным цветом лица и т.п., эти качества – метафоры психологических свойств личности – отрешенность, тревожность, болезненность переживаний, пассивность и т.д. Изначально, ЭГО гонит прочь этого мальчика, затем происходит осознание его и интеграция его свойств в ЭГО. Возраст «мальчика» корректирует его символическое значение – он олицетворяет «Я-ребенок» сновидицы, детскость, непосредственность, которой в данном случае не видно. Сновидица забыла «своего ребенка», она теперь взрослая, однако эта сверхзрелость, серьезность и бесконечная проблематизация реальности не проходит бесследно. Я-ребенок напоминает о себе. Каждый вариант интерпретации этого сновидения можно оспорить, тем не менее, каждый из этих вариантов открывает нам одни и те же черты, соответствующие психастенической акцентуации: тревожность, интровертированность, сверхконтроль сознания, болезненное восприятие перемен и т.д.

Эпилептоидный тип личности.

Профиль 1. Пол: женский; Возраст: 21.

Характеристика: Ярко выражен внутренний конфликт: сочетание разнонаправленных тенденций – высокая поисковая активность, динамичность процессов возбуждения и выраженная инертность и неустойчивость. При присущей раздражительности, нервозности и сильной застrevаемости мышления, а также отсутствии его гибкости это усугубляет состояние, и испытуемая часто страдает оттого, что чувствует свою неловкость, неадекватность своего поведения обстоятельствам. Восприятие окружающего негативно. Вторичный слой характеристик: сильно выраженный контроль сознания, уход в себя из-за трудностей адаптации, демонстративное поведение, выражющееся в незрелых эмоциональных реакциях и поведении, направленном на привлечение внимания любой валентности к своей персоне. Такие качества предполагают скрытое чувство собственной неполноценности и нередко злобно-тосклевые настроения, персеверативное мышление. Имеют место сверхценные идеи.

Сновидение: «*Я бегу на консультацию по курсовой работе к научному руководителю. Я очень боюсь опоздать, ищу ее по всем аудиториям и не могу найти. На этой консультации, за неделю до защиты, она должна была посмотреть черновик курсовой работы. Потом, когда я нашла ее на пятом этаже, там почему-то уже проходила защита: комиссия из 2-х человек и один студент. Я была в таком ужасе, что мне поставят тройку, выбежала, села плакать, откуда-то появился мой сокурсник, стал меня утешать, успокаивать, потом неожиданно целовать. Эмоционально сновидение сопровождалось следующими эмоциями: страх, отчаяние, истерика, невезение и расстерянность, желание иметь хорошую оценку, беспомощность и неожиданное удовольствие».*

Это сновидение достаточно полно отражает интересующие нас свойства личности испытуемой. Во-первых, испытуемая сильно зафиксирована на учебных проблемах и, главное, на том, как ее работу оценят. Здесь проявляются излишняя тревожность и беспокойство личности испытуемой. Ригидность и персеверативность мышления даже в сновидении не оставляют обыденных проблем, продолжается выход тревожных чувств, накопившихся за прошедшее время. Во-вторых, ярко выражен, как в профиле опросника, так и в сновидении, мотив избегания неуспеха и скрытое стремление к конгруэнтности с окружающими.

Ярко выражена сознательная установка личности, основное свойство которой: все должно происходить в соответствии с моими желаниями. ЭГО личности, в силу ригидности, не стремится учитывать то, что происходит в окружающем мире. Возникает желание или импульс, и встраиваясь в социальные нормы, ЭГО требует реализации всего задуманного: если этого не происходит – происходит фиксация на травмирующих событиях и длительная их переработка, не достигающая собственно благоприятного результата. Т.е., капризность в дневной жизни и затруднения в общении, а также негативная оценка окружающего создают серьезные проблемы, влекущие за собой чувство собственной неполноценности и тосклевые настроения. В сновидении личность компенсирует свою неловкость в сознательной жизни и эмоциональную сдержанность, доходящую до степени зажатости, тем, что позволяет себе истерику в Университете и неожиданный эпизод, проявление скрытого желания – утешения сокурсника.

Эпилептоидность сновидицы вполне проявлена в этом сновидении. Об этом свидетельствует нервозность, излишняя тревожность, сверхценная идея успешности в учебе. Далее, сюжет сновидения характеризуется некоторой эмоциональной «разорванностью», экзальтированностью, доходящей до совершенно неожиданного желания сексуального характера.

Профиль 2. Пол: женский; Возраст: 43.

Характеристика: Личность, сильно акцентированная по эпилептоидному типу. Невротические и психопатические механизмы достаточно сильно представлены в ее структуре, а также действует большое количество защитных механизмов, целью этого является достижение хотя бы минимального уровня адаптации. Личность характеризуется слабым контролем сознания, т.е. эмоциональные и поведенческие ее реакции абсолютно спонтанны. Ярко выражены сентиментальность и вспышки враждебности. Способ общения с миром и проявления своей индивидуальности – гиперактивность. Это также является защитным механизмом, скрывающим под собой сильную неуверенность в себе. Личность практична, при принятии решений опирается на реальные факты и собственный опыт. Ярко выражена конфликтность, усугубляющаяся ригидностью личности, гиперактивностью, застrevаемостью мышления. Отличительной чертой является истероидность – лабильность и незрелость эмоциональных реакций – испытуемая в своем поведении требует внимания, постоянно сконцентрированного на ней, не терпит незамеченности. Состояние осложняется тормозимостью мышления и склонности к раздумьям и сомнениям. Акцентуация: эпилептоидная. Тип реагирования: смешанный.

Сновидение: «*Мне снится бабушкин дом в деревне, куда я в детстве всегда приезжала на каникулы. Поздний вечер. Я ложусь спать и вдруг слышу стук в дверь. Бабушка шепчет: «Не открывай». А я почему-то хочу открыть и узнать, кто к нам пришел. Входят два черта. Один рыжий в кудряшках и с маленькими, как у козлика, рожками. Все тело волосатое, пушистое. Он был очень веселый и дружелюбный. Другой был черный и злой. Рыжий черт подошел ко мне, стал мне говорить ласковые и нежные слова. Посадил меня к себе на колени, стал обнимать и намекать на более интимные отношения. Черный черт в это время сидел в другом углу и зло ругался. Требовал, чтобы я подошла к нему. Но мне почему-то понравился рыжий. Я понимала, что это черт, это плохое существо, и что мне надо его прогнать, но сердце требовало ласки и любви. Я очень благодарна была, что этот рыжий черт нашел для меня ласковые слова и ласкал меня именно так, как я всегда мечтала. Более того, я сама начала ласкать этого чертика, гладить его рожки, на ощупь он был такой пушистый и мягкий. Мне было очень приятно его трогать. Я его почему-то совсем не боялась. Я ему сказала, что если я расскажу девочонкам на работе, что была с чертом в интимных отношениях – никто не поверит».*

Сновидение, насыщенное символически, выявляет многие личностные качества сновидицы. Черты, рыжий и черный, могут быть олицетворением разных сторон личности сновидицы. Она сама, как главное действующее лицо сновидения также воплощает одно из состояний, наиболее частое. Рыжий черт, ласковый, умеет подольститься, сказать, что нужно, и где нужно – одна черта личности сновидицы. Второй черт – черный и злой – ее злобная сторона, обычно «сидящая в углу», но тем не менее присутствующая. Сама сновидица отвергает наличие этой второй, злобной стороны, но со всем желанием и страстью принимает вторую. Как мы знаем, обе черты укладываются в смысл понятия эпилептоидности.

Если рассматривать сновидение с позиции проявления сексуальности, на что весьма сильно указывают отношения сновидицы с рыжим чертом, то, опять же сновидца в сознательной жизни характеризуется «слегка замороженной совестью», неуравновешенностью эмоциональных реакций, следовательно и привязанностей и симпатий. В данном случае, рыжий черт олицетворяет собой сексуальность и сексуальные желания сновидицы – он (они) мягок, ласков, но в то же время неудержим. Второй черт – представляет собой воплощение Морали, Совести – однако представлен он злым и неприятным, чтобы не смущать реализацию «бессовестных» с точки зрения морали влечений.

Шизоидный тип личности.

Профиль 1. Пол: женский; Возраст: 22.

Характеристика: Испытуемая характеризуется как личность с весьма богатым воображением и склонностью к фантазированию. Ярко выраженная индивидуальность сочетается с повышенной тревожностью и склонностью к раздумьям. Это сочетание выявляет механизм интеллектуальной переработки и ограничительного поведения, направленного на избегание неуспеха. Выражена пассивно-страдательная позиция испытуемой, интуитивный способ мышления, мышление гибкое. В целях адаптации происходит уход в себя, а в социуме личность отличается сверхконтролем сознания, угнетающим спонтанность. Эмоциональные реакции вполне адекватные, основаны на зрелой и объективной оценке ситуаций. Нередко ощущение своей «инакости». Тип реагирования личности: гипостенический.

Сновидение: «Люди, скорее всего в Африке. Они стоят, что-то рассматривают, что-то вроде экскурсии у реки. В этой толпе я тоже есть. И вдруг из реки выходят крокодилы. Нам экскурсовод говорит, что они пошли то ли обедать, то ли ужинать на соседнее пастище. И все смотрят на них, как будто это вполне естественно, что толпа крокодилов идет на обед. А я смотрю на них и мне страшно, а крокодилы идут между людьми и задевают всех, и меня, они такие противные, такие мерзкие и страшные. И меня возмущает, вернее удивляет реакция людей, вернее полное отсутствие оной...».

Данное сновидение, с большой точностью отражает позицию сновидицы в социуме, ее оценку своего окружения, и ее «Образ себя» в своем окружении. Образы крокодилов можно понять двояко: крокодилы – определенный тип людей – хищники, «эгоманьяки», и т.п.; крокодилы – это те события, которые происходят в сознательной жизни сновидицы, вызывая ее удивление и страх, но не вызывая такой реакции у всех окружающих (в силу того, что душевная организация сновидицы является гораздо более чуткой). Итак, сновидение демонстрирует нам индивидуалистичность мировоззрения и мироощущения испытуемой. Поход крокодилов на соседнее пастище – квинтэссенция абсурдных жизненных событий, не поддающихся логике испытуемой, и, в общем-то не поддающейся любой логике, однако остальные люди просто не обращают на это внимание, эти абсурдные события, действия, идеи и т.п. встроены в их жизненную систему ценностей. Возможно, что абсурдным это кажется по причине несколько изощренного подхода ко всему, свойственного шизоидам.

Это сновидение очень четко демонстрирует нам индивидуалистичность мышления и мировосприятия испытуемой, пассивно-страдательную позицию (так как она не пытается защитить себя от прикосновений крокодилов, а также

никому не высказывает свое мнение по поводу происходящего), «образ себя» основанный на чувстве своей «кинакости».

Профиль 2. Пол: мужской; Возраст: 21.

Характеристика: Личность испытуемого характеризуется легкой степенью дезадаптации. Постоянно сохраняется фоновое напряжение, связанное с необходимостью вписывать себя в социум при наличии затруднений в установке контактов. Выраженная оригинальность, нестандартность мышления нередко затрудняют процесс коммуникации по причине того, что свою позицию нужно отстаивать, а личность занимает скорее пассивно-созерцательную позицию, нежели активную. Тревожность и склонность к раздумьям и самоанализу предполагают наличие сильно развитой интуиции и чувствительности к окружающей реальности. Личности характерна глубокая интровертированность и некоторая отгороженность от социума. Личность имеет устойчивые интересы, интуитивно-синтетический склад ума, и, возможно, некоторое количество сверхценных идей, являющихся своего рода алтарем. Картина личности более всего соответствует словосочетанию «эстетствующий нарцисс», характеризуется гуманистической ориентированностью интересов, «творческостью», склонностью к системным и абстрактно-образным построениям, чувствительностью к происходящим событиям и окружению. Конфликты подвергает интеллектуальной переработке. Акцентуация: сензитивный шизоид. Тип реагирования: гипостенический.

Сновидение: «... Вокруг чернота, мне показалось, что это космос. Я лежу лицом вниз, на животе на покатой поверхности. Оглядываюсь по сторонам и мне становится невыносимо жутко: вокруг чернота космоса, в дали – светящиеся точки звезд. Когда я аккуратно посмотрел вниз, ощущение страха парализовало меня. Я лежал на маленькой «планете». Возможно планета была слишком маленькой, возможно – я слишком большим. Я почувствовал, что соскальзываю – планета висела в вакууме, под ней ничего не было. В самой нижней точке этой планеты я заметил линию, уходящую далеко вниз, в большую планету (похожа на Землю). Присмотревшись, я понял, что эта линия – христианский крест огромной длины, далеко внизу выливающийся в купол церкви. Я понял, что слезть оттуда, где я был, практически невозможно, но все-таки попытался, и чудесным образом оказался на кресте и полез вниз. С огромным трудом, но с легкостью в душе, я слез со своей «планетки» на «Землю». Там какой-то пожилой здоровый мужик предложил поспорить, залезу ли я на большую модель старого космического корабля (по виду – станция МИР), которая стояла рядом с церковью. Я залез, мне стало страшно, но потом я привык. Человек внизу исчез. Потом я узнал, что в прошлом он был заслуженным космонавтом СССР».

Сновидение имеет весьма интересную, религиозно-миистическую символику. Трактовки могут быть разнообразными. Первое, что ярко выделяется на общем фоне – «оторванность сновидца от Земли», указывающую нам на весьма развитую интуицию, воображение и творческие способности, и на отсутствие практичности и слабую уверенность в себе. Предположительно, маленькая планета – это есть тот мир, где властвует только сновидец, это его система, его фантазии, его построения и т.д. Сразу следует заметить нестабильность этой системы в соотношении с «земной». Возможно, бессознательное указывает на некоторую узость взглядов или логическую шаткость «системы» тем, что сновидец не умещается там и все время соскальзывает. Видимо, та система взглядов на жизнь, которую

сконструировал сновидец не вполне соответствует жизненным реалиям, и находится очень высоко – где правит духовность, эстетика, тонкие чувства и воздух слишком разрежен. У сновидца не хватает «личной силы», чтобы жить в своей системе, она слишком высоко, а его затягивает в «земную жизнь». Сновидение это возникло в кризисный период жизни, характеризующийся несколько депрессивными настроениями. Для разрешения кризиса сновидцу приходится покинуть свою «родину», и наиболее близким способом «спуска на Землю» является христианская традиция. Она может быть символом не именно христианской православной веры, но какой-либо духовной системы знания вообще. Просто по культурным причинам (в России церковь – символ духовности) выбирается образ креста и церкви. Сновидец отмечает, что физически становится труднее, но чувствуется моральное облегчение. Спустившись на Землю, почувствовав твердость, опору (стабильность, необходимость мыслить практично и т.д.), сновидец встречается с пожилым человеком, символизирующим жизненный опыт (возможно это некий авторитет в сознательной жизни сновидца), побуждающим его возобновить поиск «своей планеты», «своего, другого бытия», сновидец делает это на основе опыта, на основе реалий, с опорой на твердую поверхность. Этот процесс символизирует снижение социальной интровертированности сновидца и повышение адаптированности испытуемого.

Обсуждение результатов.

Прежде чем начать описание полученных результатов и выявленных тенденций, я думаю, следует заметить такой немаловажный факт, что конкретных типов гипертимных или шизоидных сновидений не существует. Во время сна у любого индивида могут возникать различные образы и сплетаться в различных, самых необычных сочетаниях. Общая картина сновидения и динамика сновидений зависят от множества параметров. Среди них: пол сновидца (ицы), возраст, социальная среда, профессиональный и социальный статус, интеллектуальное и культурное развитие и т.д. Это так называемые социально-демографические параметры, которые практически не затрагиваются настоящим исследованием. Главной целью данного исследования было проследить два основных аспекта, касающихся «функционирования личности в сновидении». Первое – степень проявления личностных свойств в сюжете сновидения и в поведения «Я» сновидца. Второе – зависимость содержания сновидения и динамики его образов от типа акцентуации личности.

Сновидения и его анализ в связке с данными профиля личности каждого испытуемого выявили некоторые тенденции. Основной из них является то, что сновидение не является жестко абстрагированным от сознания и сознательной деятельности сновидца феноменом. Доказательством этому факту служит то, что в каждом сновидении тем или иным способом проявляются личностные качества сновидца, не именно его внутренние конфликты, но присущие ему способы реагирования на те или иные ситуации, способы восприятия и оценки реальности. Это позволяет нам сделать вывод о том, что сознание и ЭГО сновидца достаточно весомо влияют на содержание и фабулу сновидения. Что касается причудливости большинства сновидений, не соответствия их содержания сознательной логике, то это является результатом сильного ослабления решетки ЭГО в сновидном состоянии, и активном функционировании бессознательного. В сознательном состоянии очень активно действует привычный способ восприятия реальности и многочисленные личностные установки. Скопление этих психологических механизмов смещают

баланс восприятия и личность воспринимает ситуацию, окружающих и происходящее под определенным, выбранным углом зрения. В сновидении все меняется в том смысле, что угол зрения бессознательного намного шире, чем угол зрения сознания, поэтому многие ситуации дневного опыта, событий настоящего или прошлого принимают несколько причудливую форму; на самом деле происходит оценка тех или иных событий или внутриличностных процессов и состояний с другой стороны, которая недоступна сознанию в худшем случае, или же обходится сознанием из-за нежелания ЭГО впускать в себя «неправильное», то, что противоречит его решетке.

Что касается причудливости многих сюжетов сновидений и их видимой нелогичности, то это опять же следствие того, что логика сознания – лишь попытка структурировать реальность одним определенным способом, а логика в сновидном состоянии представляет собой гораздо более размытый и свободный феномен. То, что происходит в сновидении можно назвать одним словом – «Правда», истинные стремления и истинные отношения сновидца выступают на первый план, часто заслоняя собой «социализированные способы восприятия реальности».

Акцентуации личности, как и вообще личностные черты, вполне представлены в сновидениях акцентуированных. Это происходит не всегда, и не одинаково, так как акцентуации – это лишь смещение баланса восприятия в ту или иную сторону, и это смещение не строго фиксировано. Тем не менее, нам удалось выявить некоторые тенденции, проявляющиеся в сновидениях лиц с теми или иными акцентуациями или лиц в состоянии повышенной тревожности, свободноплавающей тревоги и с затруднениями в адаптации.

Циклоидная акцентуация характеризуется изначальной противоречивостью, продиктованной частой сменой дистимных и гипертимных фаз. Следует отметить, что общими чертами сновидений циклоидного типа личности являются противоречивое поведение самого сновидца, эмоциональный окрас, меняющий в пределах одного сновидения свой полюс. Так как большинство исследованных циклоидов находятся в дистимной фазе, сновидения обретают оттенки тревожности, раздражительности или же сензитивности и чувства своей «инакости» или непонятности. Наиболее представленным способом реагирования сновидца на события сновидения является деятельность, решительность и двигательная активность. В силу экстравертированности большинства циклоидов, их сновидения нередко берут за основу события «дневной жизни», прошлого или настоящего. Образное пространство сновидения не отличается особым богатством, и часто сновидения циклоидов ориентированы на решение дневных проблем.

Сновидения лиц с гипертимной акцентуацией, можно охарактеризовать следующим образом: преобладает движение – движение сновидца, образов, смена обстановки, нередко яркие эмоциональные проявления. Гипертимы в сознательной жизни сверхактивны, их активность может быть как поведенческой, просто двигательной или речевой, нередко активность эта рассеивается без цели. Благодаря такому стилю жизни личность обрастает большим количеством социальных связей, ритм жизни предполагает интенсивность, как мышления так и эмоций. Сновидения гипертимных личностей отличаются теми же качествами, только в несколько гипертрофированном варианте. Движение еще более интенсивно, смена обстановки тоже. Следует сразу оговориться: у некоторых гипертимов движение и активность редко встречаются в сновидениях. Это свидетельствует

о том, что «гипертимность» как таковая не присуща данной личности, а активная жизненная позиция и сверхактивность в поведении являются защитными механизмами личности (как стены вокруг замка), и способом адаптации к условиям жизни. Сходство сновидений гипертимных личностей со сновидениями циклоидов заключается в их «жизненности», в этих сновидениях частым материалом служат события предшествовавшего времени.

Как показал анализ достаточно немалого количества сновидений, приснившихся лицам с психастенической акцентуацией разной степени выраженности – эти сновидения наполнены скорее негативными эмоциями, нежели позитивом. «Богатая» и «тонкая» душевная организация психастеников или сензитивов, обусловленная их глубокой интровертированностью, продуцирует весьма яркое и выразительное абстрактно-образное пространство сновидений. Сновидения богаты материалом, выявляющим основные эмоции и состояние личности сновидца, богаты более, чем сновидения циклоидов (характеризующиеся инфантильностью и рваным сюжетом) или сновидения гипертимов (отличающиеся гиперактивностью, и постоянным движением).

Специфичность акцентуации, предполагающая более конфликтное сознание и более чувствительный способ рефлексии, определяет «невротическую адаптированность» многих психастеников, и нередко кризисные состояния. Образы сновидений психастеников более «изощренны» в своих внешних проявлениях, внешнем виде и своей деятельности. Сновидец, как правило, занимает пассивную позицию, выявляющую его стиль жизни. Он вынужден убегать от опасности, как и в жизни стремится к интеллектуальной переработке внутриличностных конфликтов, которая имеет своей целью «закрыть» ему глаза на свои недостатки или неадекватные реакции, дабы не нарушить жесткую структуру ЭГО.

Следует также заметить, что между средним уровнем личностного напряжения и содержанием сновидений наблюдается прямая связь. Чем более невротической является личность испытуемого, тем более богатым, ярким и образным будет содержание его сновидений, что свидетельствует о следующем: одной из базовых функций сновидений является проработка внутриличностных конфликтов, противоречивых сценариев, стрессовых событий – т.е. балансировка внутриличностного напряжения.

Что касается образного пространства сновидений психастеников, то оно отличается яркостью, логической обоснованностью переходов между эпизодами сновидения, нестандартностью мышления сновидца. Также характерна слабая «населенность» сновидений психастеников людьми или другими существами. Нередко сновидения имеют мистический характер и наполнены метафизическими явлениями, чему причиной является склонность психастеников к мистификации реальности. Эмоциональная составляющая этих сновидений отличается яркостью, конкретностью и большим диапазоном эмоций, начиная от состояния покоя и умиротворенности и заканчивая состоянием необъяснимого, всепоглощающего страха. В сновидениях психастеников также проявляется их эскапизм в решении проблем и стрессовых ситуаций.

Эпилептоидная акцентуация личности предполагает богатое эмоционально-образное пространство в сновидениях. Основные характеристики, характерные сновидениям эпилептоидов: мрачная атмосфера – место действия как правило связано с мрачными чувствами, эмоциями – старые дома, кладбище, заброшенные места. Сновидец, как правило, одинок в

сновидении, если же не одинок, то резко усиливается эмоциональная насыщенность (сновидения с «чертиками»). Преобладающие настроения: злобные или тосклевые, агрессивные желания (различного характера), сочетаются с пассивно-страдательной позицией сновидца (компенсация эксплозивности и «деятельности» эпилептоида). В сновидениях эпилептоидов очень ярко проявляется персеверативность мышления, их застrevаемость на определенных мыслях, фактах, событиях, как правило тревожных и травматизирующих. Эти мысли и события имеют место в реальной жизни, таким образом, в сновидениях эпилептоида одной из ведущих тенденций является продолжение «проработки», а на самом деле дальнейшая генерация негодования и застrevание на событиях дня. Ведущим мотивом сновидений эпилептоидов является исполнение желаний и влечений. В силу неуравновешенности и истеричности эмоциональных и поведенческих реакций в сознательной жизни, в сновидении открывается необъятный простор для реализации самых необузданных и социально неодобляемых импульсов и побуждений эпилептоидного сновидца. Также, довольно ярко выражено стремление ЭГО к мифологизации и маскировке истинного смысла образов сновидения. Причина этого видится нам в недостаточной степени осознанности своей личности и «капризности» ЭГО эпилептоида.

Наиболее богатый материал для анализа предоставляет сновидения лиц с шизоидной акцентуацией личности. Эта акцентуация стоит особняком и присутствует у людей необычных (по общим меркам), нестандартно мыслящих, в эмоциональных и поведенческих проявлениях также имеющих нестандартный подход. Известный психиатр Кречмер проводил следующее сравнение: ...личность шизоида похожа на римский дом, закрытый ставнями и внешне не примечательный, но внутри этого дома справляются небывалые по роскоши пиры... Сновидения являются тем ключом, который помогает приоткрыть дверь в этот дом. Индивидуалистичность, непредсказуемость и «чудаковатость» шизоидов – качества, всецело проявляющиеся в сновидениях. Основные черты шизоидов, выделяющиеся при анализе их сновидений – это их социальная интроверсия, отгороженность от «мира» и углубленность в себя. Внешне странные и непонятные, многие шизоиды, имеют некоторые общие черты с психастениками. Они также характеризуются тревожностью, отрешенностью, своеобразием образного пространства. В сновидениях шизоид очень четко ощущает границы своего «Я» и волнуется о том, чтобы сквозь них никто не проникал. Индивидуалистичность мышления проявляется нередко в таких действиях сновидения: все идут одним путем, сновидец соверенно противоположным (не назло, а потому что он считает это правильным); удаленность сновидца от людей и мест их жизни; постоянное ощущение своей инакости, чувства «я другой», стремление, но и ощущение невозможности быть со всеми и как все и т.д. Свообразие образного пространства может проявляться необычайными, фантастическими пейзажами, экзотичными и странными переплетениями сюжетной ткани сновидения и т.д.

Что касается неустойчивого и конформного типов личности (сновидения этого типа личности не отличаются образной яркостью и выразительностью, поэтому нам представляется целесообразным не приводить примеры), то сновидения этих типов личности характеризуются выраженной пассивностью сновидца, бездействием, события сновидения происходят без участия «Я» сновидца, оно не стремится повлиять на ход сновидения, но лишь испытывает

внешнее давление и подчиняется из-за слабости своего «Я», своей позиции, своей индивидуальности.

Таким образом, акцентуации личности являются весомым фактором, влияющим на содержание, образную картину и течение сюжета сновидений личности. Проведенное исследование доказывает тот факт, что черты личности, психологический портрет, способ ее поведения, общения, взаимодействия с «миром» оказывают огромное влияние на сновидение. Поэтому при анализе сновидений, в целях самопознания или психотерапии, необходимо учитывать эти факторы.

СТРУКТУРА СОЗНАНИЯ И СТРУКТУРА МУЗЫКИ **Подшивалов В. В., Козлов В.В., ЯрГУ**

Деление мира на Восток и Запад является традиционным в философии и культурологии. Обычно это деление описывают с помощью таких полярных характеристик, как единое – множественное, коллективное – индивидуальное, созерцательное – активное, внутренне – внешнее, природное – техническое, традиционное – инновационное и т. п. Этот список можно продолжить. Данные характеристики отражают принципиальное отличие европейского и восточного типа мышления и психологии. В качестве культурных героев, в образах которых воплощаются эти два направления развития человеческого сознания можно назвать Фауста (вектор – «дифференциация, усложнение») и Будду (вектор – «интеграция, целостность»).

Все это относится к области философии. Нам же представляется интересным проследить, как выражается это различие в музыкальных традициях Востока и Запада. В качестве «полюсов» здесь выступает оппозиция «пентатоника – диатоника».

На наш взгляд диатоническая музыкальная система является адекватным отражением европейского образа мышления и психологии. В чем это выражается?

Рассмотрим структуру семиступенного лада, который является наиболее распространенным в европейской музыке. В данной системе выделяются семь элементов - ступеней, каждая из которых выполняет определенные функции. Основные ступени лада, к которым тяготеют все остальные: тоника (I, T), субдоминанта (IV, S) и доминанта (V, D). Тоника - это центр, который организует и подчиняет себе все музыкальное построение. В классической европейской музыке тема начинается с тоники и заканчивается в ней же. Субдоминанта и доминанта различаются соответственно по остроте звучания и тяготения к тонике. На доминанту приходятся наиболее драматические участки музыкальной темы и, соответственно, она больше всего тяготеет к тонике.

С точки зрения динамики семиступенный лад характеризуется определенными ограничениями, которые диктуются тяготением одних ступеней к другим. Так, например, II и VII ступени (вводные тона) тяготеют к тонике, IV к III, VI к V и т. п.

Эти тяготения обуславливают наличие определенных музыкальных паттернов. Например, довольно типичными и распространенными являются последовательности: T - D - T, T - S - T, T - S - D - T и др.

Нам кажется, что здесь можно проследить определенную аналогию с «европейской структурой сознания», которую описывают различные психологические школы и направления. В рамках данных направлений выделяются определенные «организующие принципы» или «структуры», которые доминируют над другими компонентами сознания личности (жизненные сценарии, различные инстанции типа классических фрейдовских *Id*, *Ego*, *Super-Ego* и т. п.)

Ситуации, противоречащие этим «организующим принципам», порождают «когнитивный диссонанс» (интересно, что в психологии используется музыкальный термин) и запускают в ход защитные механизмы.

В диатонической музыке диссонанс – «незавершенный гештальт» требует разрешения в тонику – «катарсис, инсайт», что соответствует многим психотерапевтическим моделям.

Обратимся теперь к «восточному сознанию» и восточной музыке.

Здесь следует отметить, что в настоящее время оно уже мало где существует «в чистом виде» в связи с экспансией европейской культуры и западного образа мышления по всему миру.

Однако мы возьмем на себя смелость выделить его в качестве «идеального типа» или некой конечной цели трансформации личности. Данный тип сознания можно охарактеризовать такими чертами, как равнотность, цельность, отсутствие жестких функциональных зависимостей.

На наш взгляд удачной метафорой, описывающей восточный тип сознания в современной философии постструктуралаизма является ризома. Ризома (*rhizome*) – это образ постмодернистского сознания, представляющий собой сетевидную структуру, не имеющую центра и растущую вширь (Ж. Делез, Ф. Гваттари, «Ризома»).

В буддизме такой тип сознания называется браhma-вихара. Браhma-вихара - это пространство ничем не ограниченных четырех драгоценных состояний сознания: Любящей доброты (принесящей чистую радость) – Метта; Сострадания (удаляющего страдание) - Каруна; Радость (счастье в счастье других) – Мудита; Равнотность (состояние без рассуждений о потере и приобретении, без хватания за веру как истину, вне отношений, без гнева и горестей) - Упекха.

Такая структура сознания (а в некотором роде даже ее отсутствие – нирвана) находит свое отражение в пентатонической музыке Востока. В отличие от диатонической системы здесь все пять ступеней равноправны, нет жестких тяготений, функций, последовательностей и паттернов.

Если сравнить человеческое существование с импровизацией на музыкальном инструменте, можно заметить, что импровизировать в пентатонике намного легче, как и играть в жизнь в пространстве «пентатонического сознания».

Интересно также отметить, что пентатоническая музыка воспринимается нейтрально, в отличие от диатоники, которая, как правило, всегда оформлена в виде мажора или минора и эмоционально насыщена. Это, на наш взгляд, является подтверждением того, что бинарный характер европейского мышления находит свое отражение в музыке.

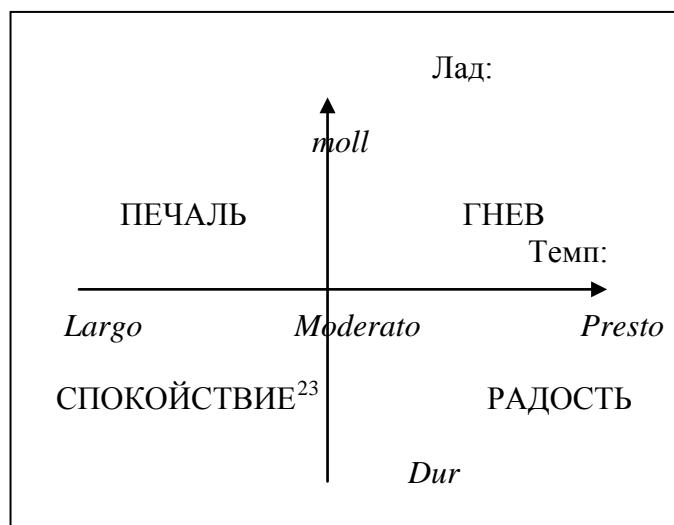
Возникает так же вопрос о связи между структурой сознания и структурой музыки. Нам кажется, что эта связь является двойной. С одной стороны структура сознания воплощается в определенном типе музыки, с другой

стороны – музыка также может определенным образом влиять на состояние сознания.

Это влияние музыки уже достаточно долго используется в различных направлениях психотерапии (танцевально-двигательная терапия, музыкотерапия, психосинтез, холотропное дыхание, различные контекстуальные тренинги).

С позиции вышеотмеченных различий диатонической и пентатонической музыкальных систем мы можем предложить некую схематичную модель использования их в психотерапевтической практике.

Что касается диатоники, то она достаточно широко применяется в различных психотерапевтических направлениях. Мы лишь хотим подчеркнуть, исходя из вышеотмеченных нами аналогий между «европейской структурой сознания» и диатонической системой, что ее целесообразно применять в качестве средства, способствующего отреагированию различных эмоций. В наиболее простой форме это можно представить в виде матрицы (В. И. Петрушин «Музыкальная психология»).



Помимо этого должны также учитываться такие характеристики как громкость, ритм, тональность, жанровые особенности музыки и т. п.

Говоря о возможностях пентатонической музыки в психотерапии, следует отметить, что ее воздействие на сознание, а также восприятие ее представителями западной музыкальной культуры являются малоизученными. Однако исходя из отмеченных нами параллелей: «пентатоника – восточный тип сознания», можно предположить, что в противовес диатонике, которая является эмоционально насыщенной, пентатоника может инициировать «равностное состояние сознания». То есть, в соответствии со структурой музыки может меняться в определенной степени и структура сознания.

Таким образом, весьма целесообразно на наш взгляд применение пентатонической музыки в качестве сопровождения в практике медитации, релаксации, а также для создания необходимого контекста в тех или иных

²³ Спокойствие не следует отождествлять с «равнотостью». Скорее это чувство комфорта, безопасности как оппозиция беспокойству, тревоге. То есть, оно имеет бинарный, оценочный характер, в то время как равнотость предполагает безоценочное отношение к реальности.

тренинговых программах (использующих буддистские, даосские и другие восточные психотехники).

Выше нами уже было отмечено, что музыка применяется в интенсивных интегративных психотехнологиях (ИИПТ), в частности в холотропном дыхании. Можно предположить, что использование пентатонической музыки в ИИПТ является достаточно перспективным. Например, нам представляется целесообразным использовать ее на пятом, заключительном этапе холотропного дыхания как средство «мягкой» интеграции и плавного выхода из процесса.

Еще одним перспективным направлением использования пентатоники в психотерапии является импровизация. Музыкальная импровизация может являться средством выражения глубинных бессознательных структур человеческой психики. Поэтому ее использование в психотерапевтических целях может быть весьма продуктивным. Однако для импровизации в диатонике человек должен обладать высокоразвитыми музыкальными способностями (если не гениальностью). Пентатоника в силу своей меньшей функциональности открывает возможности импровизации для более широких масс. На наш взгляд музыкальная импровизация, как и танец, является «одной из скрытых, невоплощенных ценностей личности и занимает место в ряду других нереализованных ценностей» (В. В. Козлов «Психотехнологии измененных состояний сознания»). Пентатоника может служить средством реализации этой ценности.

Пентатоника является необычной для восприятия ее представителями западной музыкальной культуры. Это также может увеличивать ее психотерапевтический потенциал. «*В нашем микротональном, полихроматическом мире пентатоника - это глубокое, основополагающее средство выражения, которое мы до сих пор не оценили и не поняли до конца*» (Рик Эмметт).

Мы не хотим дискредитировать значение диатонической музыки, но хотим лишь отметить, исходя из особенностей структуры данной музыкальной системы, что возможности ее психотерапевтического применения отличаются от возможностей пентатонической музыки.

Нам представляется логичным использование пентатонической и диатонической музыки в системе. Схематично это можно представить следующим образом:

диатоника: «вход» - катализация эмоциональных переживаний;
пентатоника: «выход» - интеграция.

Изложенные в данной статье идеи не претендуют на абсолютную истинность, поскольку носят в основном спекулятивный характер. Тем не менее на наш взгляд представляется бесспорным тот факт, что та или иная структура музыки (интервальные соотношения как в мелодии, так и в гармонии и т. п.) оказывает определенное воздействие на состояние сознания. Поэтому можно сначала теоретически, а затем и эмпирически выделить определенные типы музыки с точки зрения ее структуры, которые вызывают определенные характерные только для данного типа структур состояния сознания. Вследствие этого, знание теории музыки является важным аспектом в психотерапевтической практике, использующей музыку как метод воздействия на психическое. Вопрос же о указанном нами влиянии пентатоники на состояние сознания остается открытым и требует экспериментального и практического подтверждения.

СПОСОБЫ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ БЕЗРАБОТНЫХ ГРАЖДАН

Подшивалов В.В., ЯрГУ

Под социальной адаптацией в широком смысле следует понимать приспособление индивидов и групп к окружающей их социальной среде (ее условиям, нормам, ценностям).

Наиболее важное значение для безработного имеет социальная адаптация на рынке труда. Социальная адаптация на рынке труда предполагает: познание и внедрение в эту среду, принятие и усвоение ее норм и ценностей, активное отношение субъекта к данной среде.

С понятием социальной адаптации связано понятие дезинтеграции. Оно означает особо острое нарушение механизмов адаптации, которое может привести к личностному кризису. Личностный кризис можно обозначить как некую прерывность в линейной области эволюции личности. При этом существует бинарность векторов дезинтеграции:

1) *позитивная дезинтеграция*, когда кризис является неким условием перехода в новое качество, новый уровень целостности.

2) *негативная дезинтеграция* сопровождается деструктивными изменениями личности, снижением уровня сбалансированности и тенденцией к социальной аутализации.

Специфика социальной адаптации безработных заключается в разнообразных способах приспособления, которых придерживаются безработные разных типов.

Способы социальной адаптации безработных можно условно разбить на две группы: конструктивные и неконструктивные. Критерием конструктивности является направленность на реальное и позитивное в социальном и психологическом аспектах разрешения жизненной проблемы.

Рассмотрим неконструктивные способы, которые блокируют выход человека из трудной жизненной ситуации или обеспечивают такой выход, который не приносит ему удовлетворения.

Рентные отношения

Человек не торопится предпринимать какие-то активные действия, пока получает пособие по безработице в достаточном для жизни размере. В своих планах он напрямую связывает начало поисков работы с уменьшением пособия до неприемлемого для себя уровня.

Альтернативный стиль жизни

Человек «уходит» в семейные заботы или натуральное хозяйство. Чем глубже этот уход, тем сложнее затем вернуться в состояние оплачиваемой занятости - прежде всего психологически.

Защитное, избегающее поведение

Человек старается либо не замечать тех проблем, с которыми он столкнулся, уходит в воспоминания о том, как было хорошо на прежнем месте работы, не пытается реалистично посмотреть на ситуацию, либо всячески уходит от предложений, которые требуют от него усилий, нового взгляда.

Хаотический поиск

Поведение без осмыслиения вариантов и последствий принимаемых решений. Как показывают наблюдения, если оно сопряжено с резким падением заработной платы на новом месте работы, понижением социального статуса, у людей со временем возникают тяжелые психологические состояния,

аккумуляция которых может приводить к общей неудовлетворенности и агрессивности.

Поиск в условиях ограниченной информированности

Обладатели этой формы поведения готовы действовать в направлении решения своих профессионально - трудовых и жизненных проблем, но ощущают дефицит информации. В одних случаях это объясняется неразвитостью социальных связей, в других - низким качеством имеющихся источников информации.

Продуктивное иждивенчество

Здесь имеет место особый вариант отношений с ближайшим окружением. Человек не просто делегирует ответственность за свою судьбу близким, он использует их ресурсы, синхронно следя за ними. В роли близких часто оказываются родители, поскольку этот способ адаптации характерен, прежде всего, для выпускников, попадающих в зону неопределенности между окончанием обучения и работой.

Таким образом, мы подошли к конструктивным способам социальной адаптации безработных.

Целенаправленное использование ресурсов межличностной сети

К нему относятся:

Активная «инвентаризация» связей своих родственников, старых друзей, знакомых, обращение к ним за помощью.

Внутрисемейная консолидация (семейные советы и взаимная поддержка членов семьи).

Создание референтного круга общения, в котором культивируется взаимопомощь и разного рода обмены; использование окружения в качестве потребителей своих услуг и продукции.

Репутационная стратегия трудоустройства. Человек находит работу, зарекомендовав себя на одном из прежних мест.

Действенная конкретизация образа самого себя и своих планов

Сюда входят:

Осознание и активное использование индивидуальных ресурсов. Суть механизма заключается в осознании своих индивидуальных свойств. Человека поддерживает уверенность в том, что определенная индивидуальная характеристика является его сильной стороной. Это сопровождается готовностью использовать данные индивидуальные свойства в разнообразных начинаниях.

Предметность оценок, намерений, планов. Способность определить, конкретизировать свои планы и умения в той или иной области - важный элемент в преодолении трудностей. Умение сфокусировать профессиональный опыт на конкретной проблеме является тем механизмом, который переводит его в эффективное поведение.

Накопление опыта поведения на свободном рынке труда. Опробование различных вариантов помогает человеку выработать конструктивную позицию по отношению к неудачам, осознать свои слабые и сильные стороны, ожидания и требования к себе и выработать в итоге эффективную стратегию поведения на рынке труда.

Достраивание контекста текущей жизненной ситуации

Здесь можно выделить два механизма.

Отношение к трудной ситуации как совокупности шансов. Человек рассматривает сложившиеся и складывающиеся обстоятельства как источник новых или дополнительных шансов. Например, работа рассматривается как возможность установить новые социальные связи, получить новую информацию и прочее.

Способность видеть множество сфер приложения своих сил. Умение видеть множество сфер приложения своих сил позволяет человеку легче пережить кризис, который не воспринимается как катастрофа, не возникает ощущения завершенного пути.

Итак, мы выяснили, что различные типы безработных проявляют склонность к различным способам социальной адаптации, как к конструктивным, так и к неконструктивным. Задача социальной работы с безработными состоит в том, чтобы стимулировать конструктивные способы адаптации с помощью различных методов и увеличивать адаптационный потенциал безработного. Адаптационный потенциал можно определить как степень скрытых возможностей субъекта оптимально включаться в новые или изменяющиеся условия окружающей его социальной среды.

Адаптационный потенциал безработного можно оценить с помощью системы показателей. Она включает в себя две группы показателей:

1. Статические:

- а) физиологические (состояние здоровья, уровень витальности);
- б) психофизиологические (уровень тревожности, работоспособности);
- в) психологические (уровень самооценки, самоконтроля);
- г) социально-психологические (количество и стабильность социальных связей, коммуникативность, социально-психологический климат в семье).

2. Динамические:

- а) информационные (информированность о состоянии рынка труда, наличии вакансий, требованиях профессий, своих способностях);
- б) операциональные (владение навыками поиска работы, ведения переговоров с работодателями, принятия решений);
- в) мотивационные (мотивация к трудуоустройству).

Первая группа показателей отражает статический аспект адаптации - насколько «комфортно» чувствует себя человек в роли безработного. В целом эти показатели зависят от того насколько значимой является ситуация потери работы и профессиональная самореализация личности для безработного. Если потеря работы является достаточно сильным стрессом, как правило, наблюдается снижение адаптационного потенциала по данным показателям. В случае сильно идентификации возможны два варианта развития событий:

- 1) позитивная дезинтеграция - активный поиск работы;
- 2) негативная дезинтеграция - углубление личностного кризиса.

Возможен так же вариант «застревания» – форма адаптации, при которой человек в силу тех или иных обстоятельств не может трудоустроится и становится «профессиональным безработным». Источником существования становится не профессиональная деятельность, а всевозможные льготы, натуральное хозяйство и т. п.

Вторая группа показателей говорит о том, насколько успешным будет поиск работы. Она отражает направленность личности в будущее, поэтому мы обозначили эти показатели как динамические. Они отражают то, насколько человек владеет навыками эффективного трудоустройства.

Данную систему показателей целесообразно использовать при определении объема и характера помощи, необходимой безработному для восстановления способности эффективного социального функционирования на рынке труда и в других сферах жизнедеятельности.

НЕКОТОРЫЕ ДОПОЛНЕНИЯ К ЭВРИСТИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ.

Шишлова Е.А. (Казань), Козлов В.В. (Ярославль)

Психология творчества - составная часть глобальных знаний о человеке, изучения всех многообразных форм его деятельности, принципов освоения мира, словом одно из важнейших звеньев истории и закономерностей развития духовной культуры.

Творчество - созидание нового, оригинального - далеко не новый предмет исследования, привлекавший внимание мыслителей всех эпох. О глубоком интересе к нему можно судить по уходящему в глубь веков неугасающему стремлению создать теорию творчества. Но общество еще не имело потребности в овладении механизмами творчества людей: таланты появлялись, стихийно создавались шедевры литературы и искусства, делали научные открытия, изобретали, удовлетворяя тем самым потребности развивающейся культуры. В большинстве случаев в творчестве видели свободу проявления человеческого духа, не связанную объективными законами и не поддающуюся научному анализу. И все-таки психология творчества привлекала внимание мыслителей всех эпох мировой культуры и развивалась по разным направлениям. В философии проблемами творчества занимались Платон, Шопенгауэр, Мен ди Биран, Берксон. Для этого направления характерно сближение с гносеологией, главная задача - познание мира в процессе художественной интуиции. Раскрытием метафизической сущности процесса творчества в религиозной этической интуиции занимались Ксенофант, Сократ, Платон, Аквинский, Августин, Шеллинг, В.С. Соловьев.

Но только на рубеже XIX-XX столетий начала складываться специальная область исследования, которая стала именоваться «психология творчества». Она вырастала из «теорий творчества», не будучи еще сферой знания, систематически рассматривающей определенную сторону творчества с точки зрения изучения специфической для данной стороны закономерности. К психологии относился в нерасчененном виде весь сгусток событий, связанных с созиданием чего либо нового, оригинального. Эта психология живописала обстоятельства созидания великих творений во всей их непосредственности, целостности. Источниками исходных данных были биографии, автобиографии, мемуары и другие литературные произведения, содержащие самопризнание выдающихся людей - творцов. Т.е. долгое время вес попытки исследования творческого акта сводились по сути дела к различным модификациям биографического метода. Разумеется, проблема творческой личности, субъекта творчества - центральная в этой научной области, она является актуальной и сегодня. Весь вопрос заключается в том, как понимать задачи изучения личности и обусловленности его деятельности. Родоначальником биографического метода был Сент - Бёв. Попытки понять творческую деятельность «сквозь личность писателя», изолированную от широкого социально-исторического фона, продемонстрировали полную бесперспективность этого направления.

В последствии появилась как реакция на это направление, тенденция полного пренебрежения к субъекту творчества. Так, например, Д. Штольниц считал, что познание личности ничего не прибавляет к нашему пониманию искусства. Модными были, и сейчас находят своих сторонников, теории психопатологические, включающие проблемы маниакальности, помешательства, болезненной наследственности и т.п., претендовавшие на объяснение гениальности и истоков творчества (Моро де Тур, Ломброзо, Макс Нардау, Перти, Тулуз, Перэ).

Особой популярностью пользовалась теория Фрейда. Размышляя над психологической структурой личностью, основоположник психоанализа З. Фрейд в начале построил «топографическую модель» психики человека, в которой он выделил три сферы : сознательную, подсознательную и сферу сознания. Отдавая бессознательному в психике решающую роль, преувеличив значение сексуального инстинкта, психоанализ генерализовал эту трехслойность психики на всю психологическую и даже общественную жизнь человека. В области подсознания по Фрейду господствует агрессивные и сексуальные инстинкты, которые пытаются навязать «я» свою активность и овладеть сознанием. Тогда пробуждается совесть «сверх -я», что может проявляться «комплексами» и «я», пытаясь удалить импульсивные влечения из сферы сознания, старается подавить первичное влечение. В полной мере это личности не удается, в связи с чем появляются «скользкие пути к удовольствию», характеризующиеся сублимацией их в художественном творчестве. Таким образом, механизмы искусства понимаются психоанализом как своего рода «заместители», в которых первичное влечение и эмоции путем сублимации находят частичное удовлетворение в замаскированной символической форме. По этой энергетической модели бессознательное находит в образах искусства приемлемые для цензуры сознания символические формы проявления либидинозных тенденций личности. Объективная реальность в акте творчества понимается как негативная сила, а художественное творчество, возникающее в результате сублимации (возвышение или переключение от либидо в иные социокультурные сферы деятельности) трактуется как замещения, проявляющиеся в акте творчества. В конечном счете вся духовная сфера деятельности человека является тщетной, ибо общественные санкции препятствуют свободному соблюдению «принципа удовольствия» и приводят к «реакционированию», т.е. в нервно-психическим расстройствам. Анализируя творчество Софокла, Шекспира, Достоевского, Фрейд приходит к выводу: «Влечения и их превращения - суть конечный пункт, доступный психоаналитическому познанию. С этого момента оно уступает место биологии. Как наклонность к вытеснению, так и способность сублимирования мы должны отнести за счет органических основ характера».

В контрапункте с теорией Фрейда представлена концепция его ученика и критика К.Г. Юнга - известного швейцарского психолога, основоположника собственного направления - так называемая аналитическая психология, придающей решающее значение в регуляции поведения человека не индивидуальному, а коллективному бессознательному, образующему автономный психический комплекс с первичными образованиями (архетипами), лежащими в основе символики творчества, ритуалов, сновидений и комплексов. Критикуя подход Фрейда , Юнг справедливо указывает : «Чтобы отдать должное художественному творчеству, аналитическая психология должна совершенно покончить с медицинским предрассудком, потому что

художественное творчество не болезнь, и тем самым требует не врачебно-медицинской ориентации».(73)

Рассуждая об отношении аналитической психологии к поэтико-художественному творчеству Юнг писал: «Творческий процесс складывается из бессознательного одухотворения архетипа, из его развертывания и пластического оформления вплоть до завершенности произведения искусства. Художественное развертывание праобраза есть его перевод на язык современности, после чего каждый получает возможность снова обрести доступ к глубочайшим источникам жизни, которые иначе остались бы для него за семью замками. Здесь кроется социальная значимость искусства: оно неустанно работает над воспитанием духа времени, потому что дает жизнь тем фигурам и образам, которых духу времени более всего не доставало. От неудовлетворенности современностью творческая тоска уводит художника вглубь, пока он не нашупает в своем бессознательном того праобраза, который способен наиболее действенно компенсировать ущербность и однобокость современного духа. Он прилепляется к этому образу и, по мере извлечения из глубин бессознательного и приближения к сознанию, образ изменяет и свой облик, пока не раскроется для восприятия человека современности. Вид художественного произведения позволяет нам делать выводы о характере эпохи его возникновения. Различные направления искусства несут с собой то, в чем всего больше нуждается современная им духовная атмосфера. Художник - воспитатель своего века, а искусство - процесс саморегулирования в жизни наций и эпох».

Итак, еще в начале века - психология творчества была наукой созерцательного типа психологического знания. Ядром творчества признавалась бессознательная работа, но ее природа считалась мировой загадкой.

Постепенно психология творчества стала исследовать явления с разных сторон. Появилась эмпирическая многоаспектность. Психология творчества превратилась в конгломерат знаний. Он включал в себя философские, социологические, эстетические и пр. идеи. Это была наука промежуточного эмпирического типа психологического знания.

В середине XX века в связи с НТР возникла резко выраженная потребность в систематическом, сознательном, преднамеренном управлении творческой деятельностью : необходимо стало выращивать творческих работников, отбирать кадры, мотивировать творческую деятельность, стимулировать успех творческого акта, формировать творческие коллективы. Т.е. тип социального заказа изменился. Закончился и этап истории изучения процессов творчества, когда столь значительное место занимали доказательства принципиальной возможности познания творческого акта и его закономерностей. Наступил новый этап - всесторонней разработки принципов исследования и освобождения от эмпиризма.

Становление и развитие любой из наук связаны с определением предмета изучения. Этот важнейший вопрос долго оставался открытым. По мнению Б.С. Мейлаха центральным, исходным является понятие творчества как процесса. Предмет психологии и творчества - это исследование в динамике процессов создания произведений искусства, общих и частных закономерностей переработки художниками жизненных впечатлений в ходе этого процесса. Процессы творчества исследуются в динамике, начиная от первой фазы (возникновение объективных и субъективных импульсов, зарождение идей и образов и их кристаллизация) до фаз промежуточных и завершающих.

При этом творческий труд рассматривается в качестве детерминированного мировоззрением автора, социально-историческими условиями и индивидуальными качествами личности автора.

Психология художественного творчества призвано выяснить внутреннюю целостную концептуальную направленность поисков и вариативности в процессе воплощения замысла, «стратегию творчества».

Каковы пути исследования этого процесса, его приемы? Сюда относится системный подход, который, как известно, является универсальным. В применении к психологии художественного творчества системный подход открывает возможность воссоздания целостной картины процессов творчества, их исследования в определенной иерархии уровней.

Первый уровень - исследование процессов создания отдельно взятого произведения с точки зрения, которая раскрывает целеустремленность процесса к разрешению проблемной ситуации, находящейся в основе творческого замысла.

Второй уровень - изучение процесса создания произведений данного автора в их единстве. Дает возможность судить о характере творческого процесса определенного художника в целом.

Третий уровень - сравнительный анализ процессов творчества различных художников по определенным признакам, т.е. анализ типологии творческих процессов, ибо эти процессы при всей их индивидуализированности могут иметь общие черты. Проблема типологии творческих процессов новая и весьма перспективная для психологии творчества.

Сложившееся положение дает основание к выделению нового ядра психологии творчества – творчества как особого состояния сознания.

На наш взгляд, мы еще тысячелетиями можем исследовать детерминанты творчества. Но цель заключается в том, чтобы исследовать само состояния творчества, описать его процессуально и научиться вызывать целенаправленно. Как показывают наши исследования, по своей энцефалографической картине, деятельность в состоянии творчества, имеет весьма большое сходство с неглубокими медитативными состояниями. В контексте данной статьи следует отметить происходящее завоевание западного рынка электронными приборами для биологической обратной связи и подпорогового программирования.

Предыстория вопроса такова. После цикла исследований медитации дзенских монахов было установлено, что в состоянии "дза-дзен" резко возрастает интенсивность альфа ритма и происходит синхронизация частот биоритмов мозга обоих полушарий /обычно эти частоты несколько различны/. Вскоре после этих исследований в русле идей биологической обратной связи были разработаны портативные приборы, осуществляющие стимуляцию мозга через электрические датчики, наушники и светодиоды. Оказалось возможным навязывание мозгу человека ритмов, характерных для разных состояний сознания. Например, низкий бета-ритмы частотой 15 Гц интенсифицирует нормальное состояние бодрствующего сознания. Высокий бета-ритм частотой в 30 Гц вызывает состояние, сходное о тем, которое возникает после употребления кокаина. Альфа-ритм частотой в 10,5 Гц вызывает состояние глубокой релаксации. По ряду предварительных данных в этом состоянии мозг производит большое количество нейропептидов, повышающих иммунитет. Тета-ритм частотой в 7,5 Гц способствует возникновению состояния, характерного для глубокой медитации. При низком тета-ритме частотой в 4 Гц возникает иногда переживание, получившее в литературе название

"путешествие вне тела" При частотах ниже 4 Гц возникает сильное стремление заснуть, трудность сохранения бодрствующего сознания. С помощью современных портативных приборов легко вызывается состояние "сверхобучения" или "подпорогового программирования". Оказывается, в этом состоянии человек является чрезвычайно восприимчивым к запоминанию новой информации.

На современном рынке имеются тысячи всевозможных разновидностей аудио-кассет для подпорогового программирования (для изучения языков, отучения от курения, снятия стресса, избавления от лишнего веса, настройки на различные жизненные ситуации).

Наши исследования нейропсихологических механизмов индукции расширенных состояний сознания при помощи связного (циклического) дыхания показывают, что в качестве детерминанты, триггера или системного фактора может быть связное дыхание, который может быть использован сознательно для вызывания состояния «потока».

Используя терминологию нейролингвистического программирования, можно сказать, что связное дыхание служит при этом для «якорения» эвристических состояний сознания. Более того, существует реальная возможность создавать физиологические и нейропсихологические предпосылки для вызывания ресурсных, творческих состояний личности – процессы осознанного связного дыхания.

Более глубокая разработка указанной концепции, которую мы собираемся реализовать в ближайшей перспективе, может потребовать коренного пересмотра фундаментальных положений психофизиологии труда, образования, эвристической психологии. Формирование психотехнических моделей индукции эвристических состояний сознания может приносить не только большое наслаждение, но и наполнить человеческую жизнь большим смыслом, повысить его эффективность. Самое важное – помочь реализоваться личности, самоактуализироваться при помощи самого простого и доступного для человека – связного дыхания.

ПСИХОКОРРЕКЦИЯ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.

Янченко Л.Н., Иркутск

Существует большое количество различных теорий агрессивного поведения, значительно меньше исследований по коррекции агрессии. Чаще исследуется подростковая агрессивность, и меньшее внимание уделяется детям дошкольного возраста. Поэтому остро стоит вопрос о возможности психокоррекции и профилактики агрессивности на тех стадиях развития личности, когда она еще не стала серьезной проблемой, то есть в дошкольном возрасте.

Поведение в детстве позволяет, по мнению многих исследователей, достаточно надежно предсказывать поведение в зрелые годы. Следовательно, коррекция ранних проявлений агрессивности, обучение адекватным социальным навыкам межличностного общения является одной из важнейших задач практической психологии.

На основе теоретического анализа литературы по данной проблеме, мы предположили, что в старшем дошкольном возрасте существует ряд

предпосылок для появления, развития и закрепления агрессивности как черты личности, что обуславливает реальную необходимость в ранней диагностике и коррекции.

В период 3-4 лет, предшествующих школьному периоду, происходит многое. Почти в равной мере этот период можно рассматривать как фазу развития речи, становление игровой деятельности, идентификации и возникновения чувства вины, половой идентификации. Основные изменения в личности ребенка с середины дошкольного возраста группируются в сфере социальных отношений, и основной причиной этого является расширение социальных связей ребенка с миром, обогащение опыта его общения с близкими взрослыми за счет контактов с ровесниками и посторонними людьми. Социальная сфера ребенка становится объектом его целенаправленного познания. Это ставит его перед необходимостью адекватного отражения этой сферы, ориентация в ней и вызывает к жизни такого рода деятельность, в которой ребенок может реализовать свою общественную сущность – это реальное ролевое поведение. Именно в роли объективируется социальная цель, а принятие на себя роли означает заявку ребенка на определенную позицию в социуме.

Агрессивное поведение может появиться, и закрепиться как черта характера на фоне данных изменений.

Гипотеза исследования. Психокоррекция и профилактика агрессивного поведения снижает интенсивность и частоту возникновения и концентрации переживания агрессивности.

Объект исследования. Агрессивное поведение у детей дошкольного возраста.

Предмет исследования. Психокоррекция и профилактика агрессивного поведения.

Цель исследования. Разработка психокоррекционных и профилактических мероприятий.

Задачи исследования.

выявить возрастные особенности проявления агрессивного поведения в дошкольном возрасте;

подобрать и опробовать методики психодиагностического исследования агрессивного поведения у детей-дошкольников.

Для проверки данной гипотезы нами были использованы проективные методики, что обусловлено возрастными особенностями исследуемых детей.

Исследование проводилось на базе детского сада № 127 г. Иркутска. Количество испытуемых составило 27 человек, среди них мальчиков 56%, девочек 44%.

Этапы исследования.

1. Выявление детей с выраженными проявлениями агрессивного поведения.

По результатам теста «Несуществующее животное» выявлено 10 детей с тенденциями к агрессивному поведению, что составляет 37% от общего количества. У испытуемых выявлены следующие формы агрессии:

вербальная агрессия - 90% испытуемых;

защитно-ответная - 50%;

агрессивная защита от людей, обладающих властью, авторитетом, выявлено у 80% испытуемых;

пониженный эмоциональный фон – 70% испытуемых.

Преобладает вербальная форма агрессии, наименее выражена защитно-ответная.

2. Для уточнения и расширения представлений об особенностях личностных качеств, сопутствующих агрессивному поведению детей мы использовали тест «Руки Вагнера». Полученные результаты позволили нам сделать следующие выводы:

значительное превышение агрессивных ответов при снижении ответов типа социальной кооперации, позволяет предположить наличие агрессивных тенденций в поведении испытуемых;

высокий балл по категории «Зависимость» свидетельствует о неумении самостоятельно разрешить конфликтную ситуацию, о потребности в заботе и защите, неспособности к эффективному взаимодействию;

снижение ответов по категории «Коммуникативность» позволяет предположить о несформированности коммуникативных навыков и трудностях в сфере социальных контактов;

отсутствие ответов по категории «Эмоциональность» можно интерпретировать, как неумении рефлексировать и распознавать эмоции в себе и в других, несформированность позитивного эмоционального самоотношения, трудности межличностных контактах;

повышение ответов по категории «Демонстративность» может свидетельствовать о потребности в привлечении внимания;

отсутствие ответов по категории «Пассивная безличность» дает основания полагать, что лишь немногие внешние стимулы являются нейтральными, а повышенная чувствительность к внешним стимулам может выражаться в неадекватных агрессивных реакциях.

Таким образом, дети из данной выборки отличаются плохой приспособляемостью, низкой адекватностью, неуверенностью в себе, заниженной самооценкой, пониженным эмоциональным фоном.

3. Для выявления направленности агрессии был использован фрустрационный тест Розенцвейга. Получены следующие результаты:

- уровень внешнеобвинительных реакций повышен за счет снижения самообвинительных реакций и дефицита безобвинительных «нейтрализующих» реакций;

- соотношение реакций различного типа НР < ОД < ЕД. Уровень НР (фиксация на удовлетворении потребности) повышен, что позволяет предположить у испытуемых повышенную поведенческую активность с ориентацией на удовлетворение потребностей. Повышение ОД (фиксация на препятствии) за счет снижения ЕД (фиксация на самозащите) дает основания полагать, что у испытуемых преобладает осознание непреодолимости препятствия на пути удовлетворения потребности, вызывающее переживание недовольства, досады, низкую самооценку;

- уровень самообвинительных реакций превышает уровень реакций, направленных на удовлетворение потребностей за чужой счет, который в свою очередь выше фиксации на препятствии.

Следовательно, что во фрустрирующей ситуации поведение испытуемых недостаточно конструктивно; преобладают тенденции к внешнему обвинению, разрешение ситуации ожидается от окружающих; попытки принять на себя ответственность не дают разрешающего эффекта, не приводят к «исправляющему» ситуацию поведению. Одновременное повышение реакций внешнего обвинения и реакций самообвинения, позволяет рассматривать

внешнеобвинительные реакции как следствие психологической защиты и повышение уровня агрессии. Низкий уровень социальной адаптации ($gcr < 50\%$) позволяет предположить несформированность навыков конструктивного поведения.

Сравнительный анализ, проведенный нами по результатам исследования, выявил у испытуемых высокий уровень агрессивных тенденций, который сопряжен с рядом факторов: несформированность сферы общения; неадекватное эмоциональное отреагирование; неспособность к конструктивному взаимодействию. Следовательно, для данной группы испытуемых характерным является неумение решать конфликтные ситуации.

Данные, полученные в ходе исследования, позволили нам определить основные направления для коррекционной работы.

эмоциональное отреагирование;

отреагирование агрессивных реакций, приемлемыми способами;

обучение конструктивному решению конфликтов.

На основе данных направлений нами была разработана, и проведена коррекционная программа. Программа состоит из 3-х этапов.

Этап I. Эмоционально-ориентировочный.

Для того чтобы научить детей адекватным формам поведения в конфликтных ситуациях, для начала необходимо сформировать у них умение распознавать эмоции в себе и в других и научиться управлять ими. Для того чтобы дети осознавали свои эмоциональные состояния (гнев, обиду, печаль, радость и т.д.), нужно не только научить их видеть, называть, сравнивать эмоции в себе и в других, но и понимать причину их появления. Переживание эмоций является первой ступенью, ведущей к рефлексии.

Этап II. Поведенческий.

Задачами, которые решаются на этом этапе, являются следующие: снятие эмоционального напряжения; возможность в приемлемой форме отреагировать агрессивные реакции; дать возможность сравнить отрицательные и положительные черты поведения.

Этап III. Обучение конструктивному решению конфликтов.

Заключительный этап включает в себя: развитие навыков конструктивного поведения; развитие наблюдательности; внутренней свободы; способности к самовыражению приемлемыми способами; возможности посмотреть на себя со стороны.

Анализ результатов коррекционной программы.

Диагностические исследования, после проведения коррекционной работы, проводились по методам тест «руки Вагнера» и фruстрационный тест Розенцвейга». Сопоставление результатов до и после коррекции представлены на рис. 1, 2.

	Агрессия	Указания	Утрах	Сообщения	Коммуникация	Эмоции	Зависимость	Демонстративность	Активная безличность	Пассивная безличность	Вечье
До коррекции	4 9%	4 5%	1 %	4 %	7 %	0 %	2 8%	26 %	22 %	0% %	

По сле коррекц ии	2 5%	0% 1%	4 %	0% 2%	2 4%	2 4%	2 4%	15 %	38 %	9% %	%
----------------------------	---------	----------	--------	----------	---------	---------	---------	---------	---------	---------	---

Рис. 1 Проявление частоты активности испытуемых.

	E	I	M	OD	ED	NP
До коррекции	16,6	6,7	2,3	8,4	5,5	9,9
После коррекции	14,8	5,6	4,4	6,2	7,2	9,8

Рис.2 Сравнительный анализ средних показателей преобладающих реакций в ситуации фрустрации.

На основании результатов, представленных в таблице (рис.1), можно предположить, об овладении испытуемыми навыками конструктивного поведения, повышению уровня адаптивности, что способствует снижению проявления агрессивного поведения.

Сравнительный анализ данных по тесту Розенцвейга (рис.2), выявил повышение социально-позитивных реакций, это значит, что в ситуации фрустрации у испытуемых будут чаще проявляться безобвинительные реакции. Данные изменения, если описать их качественно, фиксируют у испытуемых повышение уровня фрустрионной толерантности.

Касаясь динамики изменений, мы можем сказать, что в целом, коррекционная работа привела к положительным результатам. Данные изменения в поведении, характеризуются тем, что у испытуемых чаще встречаются реакции, когда ребенок берет на себя ответственность за исправление ситуации, и рассматривает ее как малозначащую, поэтому дети способны действовать более гибко и адаптивно; расширился репертуар социальных умений; появилась готовность к эмоциональному общению и сочувствию.

Таким образом, обучение адекватным социальным умениям способствует снижению интенсивности и уменьшению количества случаев агрессивного поведения у детей, что подтверждает нашу гипотезу.

Следует отметить, что материалы данного исследования могут быть использованы в работе детского практического психолога.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.

1. Аллан Д. Ландшафт детской души. - Москва, 1997
2. Бютнер К. Жить с агрессивными детьми. - Москва, 1997
3. Ениколов С.Н. Дети и психология агрессии. - Школа здоровья. 1995
4. Завражин С.А. Агрессивные фантазии в детском возрасте.
-Вопросы психологии, 1993
5. Захаров А.И. Как предупредить отклонение в поведении ребенка. -
Москва, 1986.
6. Игумнов С.А. Психотерапия и психокоррекция детей и подростков. -
Москва, 2000

7. Обухов Я.Л. Детская агрессивность и проблема анального характера в концепции А. Фрейд. - Российский психоаналитический вестник, 1993-94 № 3-4
8. Осницкий А.К. Психологический анализ агрессивных проявлений уч-ся. - Вопросы психологии, 1994
9. Паренс Г. Агрессия наших детей. - Москва, 1997
10. Психосинтез и др. интегративные техники психотерапии.
- Москва, 1997
11. Раттер М. Помощь трудным детям. - Москва, 1999
12. Реан А.А. Агрессия личности. - Психологический журнал 1996
13. Семенюк Л.М. Психологические особенности поведения подростков и условия их коррекции. - Вопросы психологии, 1996
14. Фурманов И.А. Детская агрессивность. - Москва, 1996

Кто есть кто.

Агапова М.В. – преподаватель Института Психотерапии, Москва.

Албегова И. Ф. – кандидат философских наук, доцент, заведующая кафедрой социальных технологий ЯрГУ

Артемьева О.А. – аспирант Иркутского государственного университета

Боклина А. - аспирант Ярославского государственного университета

Борисова А.А. - кандидат психологических наук, доцент, докторант Ярославского государственного университета

Бубенко В.Ю. - аспирант кафедры специальной психологии Московского городского Психолого-Педагогического Университета.

Гордеева Е.Г. – кандидат медицинских наук, доцент, ректор Института психотерапии, Москва.

Гордеева Л. – студентка факультета социально-политических наук ЯрГУ

Горячева М. – магистрант Латвийского университета

Демчук И.В. - студентка факультета социально-политических наук ЯрГУ

Дерючева В.А. – преподаватель, Москва

Ефимкина Р. – ведущий тренер, психотерапевт, Новосибирск

Жукова Н. - студентка факультета социально-политических наук ЯрГУ

Искандирова А.Б. - преподаватель Института Психотерапии, Москва

Качанова Н.А.– психолог-практик, докторантка ЯрГУ, Минск

Киселев Ю. - аспирант Ярославского государственного университета

Клименко Т. - студентка факультета социально-политических наук ЯрГУ

Козин Д. - студент факультета социально-политических наук ЯрГУ

Козлов В.В. – доктор психологических наук, профессор ЯрГУ

Корнилов П. – менеджер, ведущий тренингов по ИИПТ

Мазур Е.С. - кандидат психологических наук. Сотрудник кафедры специальной психологии МГППУ, сотрудник кафедры Клинической психологии МГУ, старший научный сотрудник отделения проблем реабилитации ГНИЦ СП им. В.В. Сербского (Клиника неврозов им. Соловьева).

Мелешенкова И.П. - кандидат психологических наук, доцент ЮУрГУ, Челябинск

Морозова С. В. – преподаватель ЮУрГУ, Челябинск
Нелидова А.А. - аспирант Ярославского государственного университета
Никифорова О.В. – психолог, начальник центра реабилитации,
Ярославль.

Парфентьев С. - студент факультета социально-политических наук ЯрГУ
Пахтусова Е.Е.– преподаватель Института психотерапии, Москва
Подшивалов В.В. - студент факультета социально-политических наук
ЯрГУ

Савюк Е.– кандидат психологических наук, психолог кризисного центра,
Москва.

Тарасенко П. – врач-психотерапевт, ведущий тренингов по ИИПТ,
Новосибирск

Фаерман М.И. - докторант ЯрГУ
Федосеева Т.В.– психолог-практик, Волгоград
Чернецов В. Ю. – психолог центра реабилитации, Ярославль
Шевчук В.Ф. - доктор педагогических наук, профессор ЯрГТУ
Шишлова Е.А.– психолог-практик, Казань
Язовских А.В. - психолог-практик, Екатеринбург
Янченко Л.Н. - психолог-практик, Иркутск.