

ISSN 1812-1985

*«Придумать можно все,
кроме психологии»
Л.Н.Толстой*



Человеческий фактор

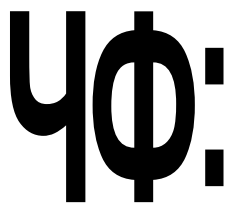
СОЦИАЛЬНЫЙ ПСИХОЛОГ

ЖУРНАЛ ДЛЯ ПСИХОЛОГОВ

Основан в 2000 году в Ярославле

2008

№ 1 (15)



ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ ФАКТОР

Свидетельство о регистрации — ПИ № 77–15751

Подписной индекс Агентства «Роспечать» — **36053**

СОЦИАЛЬНЫЙ ПСИХОЛОГ

Выпуск № 1(15) 2008

ЖУРНАЛ
ДЛЯ ПСИХОЛОГОВ

Основан в 2000 году

УЧРЕДИТЕЛИ ЖУРНАЛА:

МЕЖДУНАРОДНАЯ АКАДЕМИЯ
ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ НАУК

МЕЖРЕГИОНАЛЬНАЯ
ЭРГОНОМИЧЕСКАЯ АССОЦИАЦИЯ

МЕЖОТРАСЛЕВОЙ ЦЕНТР
ЭРГОНОМИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ
И РАЗРАБОТОК МИНПРОМНАУКИ
РОССИИ

ИНСТИТУТ ИННОВАЦИОННЫХ
ТЕХНОЛОГИЙ

Главный редактор журнала «ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ ФАКТОР»

В.В.Новиков

Главный редактор серии
«Социальный психолог»

В.В.Козлов

Главный редактор серии
«Проблемы психологии и эргономики»

В.М.Львов

Главный редактор серии
«Общество и власть»

Д.П.Пискарев

Редакционная коллегия серии «Социальный психолог»

*А.В.Карпов, В.В.Козлов, В.М.Львов,
В.А.Мазилев, Н.В.Клюева,
И.Н.Карицкий, Н.П.Фетискин*

Редакционный совет серии «Социальный психолог»

*Г.В.Акопов, И.П.Волков,
А.Л.Журавлев, Т.П.Емельянова,
М.М.Кашапов, Ю.А.Клейберг,
Г.М.Мануйлов, В.В.Марченко,
В.И.Назаров, Р.С.Немов, Н.Н.Обозов,
Б.Д.Парыгин, Ю.П.Поваренков,
А.Л.Свенцицкий, В.Е.Семенов,
В.А.Урываев, А.В.Филиппов*

Оригинал-макет: М.Н.Федоров

Адрес редакции:

150057, г. Ярославль,
ул. Матросова, дом 9, офис 206
Тел.: (4852) 728–394;
факс (4852) 478–666.

Адрес издателя и распространителя:

ООО «Исследовательская группа
“Социальные науки”»
249031, г. Обнинск, а/я 1023
Тел.: (48439) 74–126. E-mail: ig_socin@mail.ru

Отпечатано на Фабрике офсетной печати. 249039, г. Обнинск, ул. Королева, 6
Формат 70x100/16. Тираж . Заказ №

ЧФ: СОЦИАЛЬНЫЙ ПСИХОЛОГ

2008 выпуск № 1 (15)

СОДЕРЖАНИЕ

ТЕОРИЯ И МЕТОДОЛОГИЯ

Новиков В.В. Социальная психология — феномен и наука трансцендентные	5
Козлов В.В. Расширенные состояния сознания: творчество и игра	10
Морогин В.Г. Теория и методология экспериментально-психологического исследования ценностно-потребностной сферы личности	19

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ОБЩЕСТВЕННОГО РАЗВИТИЯ

Агеева Д.А., Лепехин Н.Н. Переговорное взаимодействие как инструмент принятия управленческих решений	30
Андронов Д.А. Особенности трудных жизненных ситуаций, переживаемых представителями гей-субкультуры	41
Верещагина А.А. Личностные детерминанты понимания делового текста	52
Козлов В.В., Прокушенков П.Н. Социально-психологические аспекты кинематографа	58
Лазарянц О.В. Одиночество как психологический феномен пожилых	62
Радина Н.К. Влияние ксенофобии российского общества на проблемы межкультурного взаимодействия российских университетов	65
Тамбовцева О.Б. Социально-психологические механизмы и целевая аудитория британских радио- и телерекламных текстов	73

ЭКСПЕРИМЕНТ И ТЕХНОЛОГИЯ

Балгимбаева З.М.

Экспериментально-психологическое исследование социогенеза этнических гендерных предубеждений 80

Богомолова М.А., Лидерс А.Г.

Практическое исследование влияния группового психологического тренинга на развитие самосознания подростков 87

Дорофеева Н.В.

Семейная психологическая среда в развитии личности ребенка 113

Назаров Е.А., Нелюбов С.Д., Нелюбова Е.С.,

Почанина Т.Г., Русских Ю.С.

Формирование зависимого поведения как механизм разрушения личности 122

Пальчик М.

Современная версия древних энергетических практик 128

Фабрикант М.С.

Объяснительные ресурсы имплицитных теорий национальной идентичности у белорусских студентов 145

Сведения об авторах 155

ТЕОРИЯ И МЕТОДОЛОГИЯ

Новиков В.В.

СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ — ФЕНОМЕН И НАУКА ТРАНСЦЕНДЕНТНЫЕ

Плаывая по семи волнам психологии, вслед за профессором В.В.Козловым, автор сам для себя, прежде всего, попытался разобраться с так называемыми дуалистами — теми великими психологами, которые с одинаковой настойчивостью исследовали и материалистические, и духовные стороны жизни человечества. Именно они и были первыми истинными интегративистами в психологии.

И В.И.Вернадский, и А.А.Ухтомский, а вслед за ними Б.Г.Ананьев, В.Н.Мясищев, А.А.Бодалев, Б.Ф.Ломов, К.К.Платонов, И.П.Волков, Н.Н.Обозов, В.Е.Семенов, и тысячи других психологов в России, Австралии, Англии, Америки, Европы и Азии, чаще всего, независимо друг от друга, шли по пути интегративной психологии в науке и практике. Их уже нельзя называть дуалистами. Все они интегративисты...

Именно на гребне седьмой волны в психологии возникла и развивается независимая от «официоза» Общественная Международная Академия психологических наук (МАПН), издающая свои журналы «Социальный психолог», «Вестник интегративной психологии», многочисленные тома сборников «Психология XX и XXI столетия», устраивающая представительные психологические конгрессы, съезды, конференции и симпозиумы, тренинги, семинары и встречи в разных городах мира. Мы не смотрели на то, кто приезжает и как: материалисты, идеали-

сты или дуалисты, каково их отношение к кризису в психологии, философии или прогрессу в физиологии. Нам интересен их опыт, избранные пути в науке.

Пресловутый перманентный кризис в психологической науке, который признанный современный методолог В.А.Мазилев называет «кризисом, который всегда с тобой» [2, с. 9], по существу, вскрывает когнитивный консерватизм вульгарных материалистов, к которым относит себя и автор этих строк. Однако я все чаще и чаще наблюдаю, что некоторым психологам идеалистического плана хочется, чтобы люди вообще забыли о возможности толкования психического с материалистических позиций. Соглашаясь с тем, что психика идеальна, что она не является продуктом материального мозга, все-таки, я задаю всегда одни и те же вопросы: А разум? А ум человека вообще?

Согласно А.А.Ухтомскому, ум или разум — явления физиологические. Человек рождается с мозгом — материальным продуктом — частью Homo Sapiens — Человека разумного. Развиваясь, мозг человека тренирует и совершенствует свое орудие и функцию разума. Но, видимо, разум — это еще не сознание... Сознание приходит со стороны (оно, по В.И.Вернадскому, является из биосферы и развивается ноосферой). Как это происходит? Загадка... Пока загадка... По нашему малознанию... И лишь один, известнейший миру ученый физиолог сэ-

Чарльз Шеррингтон открыто признавался, что рад этому. Будучи прекрасным нейрохирургом, он искренне считал работу мозга таинством, доступным только Богу. Сегодня критики этого дуализма в России помалкивают.

Как справедливо замечает чешский психотерапевт Анжей Драгомирецкий, «сейчас фундаменталисты в российской психологии пока еще дремлют, так как они отучились спорить, дискутировать, доказывать, что именно они всегда правы. Но, проснувшись, по привычке они будут просто атаковать или замалчивать новые идеи. За ними тайком будут прятаться те, кому современная ситуация «мутной воды» в научной психологии приносит выгоду — власть и деньги, в том числе и криминальную власть, которая не любит «умников» вроде Джордано Бруно и пр.» [6, с. 17–18].

И далее он пишет: «Может быть, нужно договориться в отношении новых идей в психологии с проф. В.В.Козловым из Ярославля, ... ибо он видит необходимость в том, чтобы согласовать позицию и форму... для развития современной психологической теории в рамках интегративной парадигмы, заявленной и развиваемой Ярославской психологической школой [там же, с. 18]. Не правда ли, отрядное признание места и роли ярославских психологов в современном мире?»

Действительно, устраивая регулярные методологические семинары на базе МАПН, располагающейся на факультете психологии Ярославского государственного университета им. П.Г.Демидова, мы пропагандируем новую парадигму в психологии. Заявленный на этих интернациональных встречах психологов интегративизм, по словам профессора И.П.Волкова из Санкт-Петербурга, «развернул советскую методологию на 180 градусов» [7, т. 2].

Опираясь на материалистический подход к психологическим наукам, мы

отдаем должное заслугам идеализма и дуализма в изучении чувственных проявлений в традициях не только Европейской, но и Восточной и Американской культуры. Наши связи с австралийскими, израильскими, индийскими, малазийскими, тайландскими психологами, бесспорно, взаимно обогащают ученых, в особенности, тех, кто изучает общественные настроения, отношения и чувства...

Например, согласно В.Гегелю, истинной любовью владеет Бог, то есть Абсолютный Дух (АД), а земными удовольствиями — социальный дух (СД), попросту, Сатана, но в этом СД много человеческого, что просто мало изучено.

Рано или поздно душа, увлекаемая АД, вырывается из тела и переходит в мир архетипов Карла Юнга — в коллективное бессознательное. С этим нельзя не согласиться. Однако...

Автор статьи давно и много размышлявший над терминами «коллектив, группа, коллективный, групповой...», всегда шел вслед за своими учителями К.К.Платоновым и Е.В.Шороховой в трактовке этих слов.

Группа — это неопределенное число людей, чисто реально ничем не связанных, кроме какого-то места нахождения или социальной однородности, самой разной направленности: группа людей, болельщиков, преступников всякого сорта.

Коллектив — группа позитивно направленных личностей. Поэтому не случайно юристы четко разделяют эти термины при оценке деяний нескольких лиц. Так, преступление бывает только групповым: кража, убийство, изнасилование; а достижения в творчестве, работе, воинском подвиге — коллективным, осознанным...

В этой связи, вошедшее в литературу «коллективное бессознательное» я изменяю на «групповое бессознательное»,

противопоставляя ему сознание коллектива. Но это так, по ходу субъективного размышления над трансцендентностью социально-психологического...

Позволю себе обсудить еще один пример.

Согласно Ивану Михайловичу Сеченову (рефлексы головного мозга, 1863) и Ивану же, но Петровичу Павлову, дух в нашем теле действует с помощью условных рефлексов. Иван Михайлович объяснял человеческое поведение (в моменты преодоления трудностей) волей. «Воля же, по Сеченову, не есть какой-то безличный агент, — это деятельная сторона разума и морального чувства, управляющая человеческими движениями... часто наперекор даже чувству самосохранения...» (Сеченов И.М. Избр. философ. соч. — М., 1947. С. 298, 302).

Автор признается, что до сих пор не знает, что такое Психика. Но он соглашается с А.Драгомирецким, который считает, что психика — это природная система связи, обмена жизненно важной информацией и реагирования живых существ друг на друга (издревле называемая «душой»). Это посредник между телом и смыслом жизни.

Согласно тому же Драгомирецкому, с кибернетической точки зрения, психика — конечный адаптивный автомат, цель которого — служить духу человека для управления деятельностью его организма. Все это относится к индивидууму, его индивидуальному сознанию. И это же интегративизм!

Массовые толпообразные формы сознания людей, по мнению того же Драгомирецкого, — это стереотипно организованное групповое сознание или стереотипное, стандартизованное бессознательное, нормативно функционирующее в государственной оболочке... Разве это не материалистическое познание психики?!

«Физики, — пишет И.П.Волков, — без основания утверждают, что космический вакуум и есть «ничто», что порождает «все», то есть все сущее и все несущее в воспринимаемом нами мире... С позиции физики, наше тело — корпус..., а мозг — это биокomпьютер, несущий наше сознание и самое знание, то есть наше сущее «Я» [3; с. 28]. Кто осмелится обвинить глубоко верующего Игоря Павловича в отступлении от его чувственного идеализма?

Обладая массой, энергией и формой, физическое тело человека имеет и свойства голограммы. Голограмма тела — это стоячая электромагнитная волна, то есть она является овеществленным голограммным «образом себя». По канонам эзотерической науки, психика и физическое тело человека есть единый организм, в сущности, нерасторжимое их единство [2; с. 30]. И это заявление того же И.П.Волкова!

Повторяю с огромным уважением и сердечным отношением к своему давнему другу: он глубоко верующий человек, но не догматик, а современно мыслящий ученый, заслуженный деятель науки РФ. Я искренне горжусь им и восхищаюсь его неординарностью бытия и мышления! У нас с ним много общего: мы ровесники, в молодые годы увлекались спортом, оба имеем высшие спортивные и профессиональные научные звания, но совершенно различные «вероисповедания». Но это не мешает нам по-прежнему шагать рядом и вести своих учеников к единой цели — более глубокому и разностороннему познанию человеческой психики через посредство интегративизма...

Любопытно, что многие гениальные математики и физики, в их числе и К.Э.Циолковский, и Л.А.Чижевский, и А.Эйнштейн, и Норберт Винер, и многие другие, полагали, что человек — лишь одна из блуждающих частиц

безусловно материальной Вселенной. Космос же антропоцентричен. Человек как часть и даже в некоторой степени — центр его, постоянно страдающее создание. В бесконечном космосе царствует совершенство, разум и счастье всего сущего. Все характеристики космического совершенства — суть этические и познавательные ценности человека, но они проявляются только на планетарном уровне. Будущее человечество, совершенное и разумное, превратится в единый вид лучевой энергии, которое заполнит в виде единой идеи все космическое пространство, и космос превратится в великое совершенство. Там человек обретет бессмертие и само пространство станет светски реальной действительностью, которая, в свою очередь, станет пригодным поприщем для будущего, как биологического, так и сознательного существования землян, их постоянного развития.

Подобную идею единства космоса и человека развивал и ближайший ученик Циолковского — Л.А.Чижевский. Более того, Чижевский «вскрыл» механизм развития современного человечества под мощным воздействием энергии Солнца, которое возбуждает умы светлым гением, обогащает их культурным опытом предков. Творчество его толкает представителей самых разных областей науки и культуры на поиск путей гармонизации жизни сегодняшнего человечества с помощью космических процессов.

Спрашивается, разве это все не трансцендентально? И там, и там думы о сущности, и о существовании Вселенной, ее материальном и духовном строении, о бытии и культуре человечества, его благосостоянии и духовности.

Развивая мысль о трансцендентности социальной психологии как общественном (если хотите, групповом) явлении и

о науке, которая изучает эти многогранные и многослойные, быстро развивающиеся и трансформирующиеся образования, следует признать, что они сегодня остро нуждаются в синтезе разнонаправленных знаний и взглядов. Наша наука еще далеко не перенасыщена идеями, мыслями и фактами, сопровождающими человеческое существование. Мы осмысливаем и «эксплуатируем» всего лишь относительно небольшой круг давно ставших традиционными явлений, и пытаемся «выжать» из них «бессмертные истины», пригодные на все случаи жизни. Бесперспективно и грустно...

И тут огромное поле деятельности для «физиков» и «лириков». Нам, в принципе, нечего делить и, тем более, противостоять и ссориться друг с другом. Я лично знаю очень многих «жестких» материалистов и, наоборот, «мягких» верующих в бога ученых (некоторые из них названы в этой статье), которые плодотворно и вдохновенно трудятся над общими проблемами облегчения той сложной жизни, которая еще очень во многом не устраивает человечество, в целом, и почти каждого его индивида в отдельности. Наука наша трансцендентальна, она не только позволяет нам переходить с одной позиции на другую, но и делать ее более мощной и результативной на пользу всех людей и социальных психологов в том числе!

Термин «Человек» применяется обычно и для обозначения отдельного индивида, представителя любого человеческого сообщества, и для обозначения всего рода человеческого... И уже этот лингвистический факт отражает тесную, неразрывную взаимозависимость и взаимодействие человека и общества, их нерасчлененность, невозможность выделить «начало», «первичное и вторичное» в этом единстве... Я полностью разделяю мнение своего

французского коллеги Жоржа Герина с его четко отглаженными обозначениями человеческих инстинктов: жить (то есть существовать), развиваться (расти), обогащаться (утверждаться) и взаимодействовать [10, с. 87].

Согласно Б.Д.Парыгину, преломляясь через призму человеческой психики в общении и в совместной деятельности людей в группах и коллективах, личностные особенности людей эмоционально окрашиваются, «кристаллизуются» в оценках и поведенческих стереотипах, обретают функции и свойства социальных чувств, а применительно к обществу это проявляется в массовидных социальных, идеологических, политических явлениях, в общественных течениях и настроениях, социальной моде, действиях и публичном поведении лидеров и руководителей социальных групп и пр. [5; с. 40–41].

Так давайте же совместно с разных отправных позиций материализма и идеализма, системно и непрерывно заниматься этими проблемами, не обижая, и, тем более, не отрицая друг друга. Давайте помнить, что материализм и идеализм, с переменным успехом сосуществуют тысячелетия. Никто из них не победил и не победит окончательно. Иначе мир умрет, и никакая наука ему уже не поможет. Ее попросту не будет.

Литература

1. *Ананьев Б.Г.* Человек как предмет познания. — Л.: Изд-во ЛГУ, 1969. 338 с.
2. Вестник Балтийской педагогической академии. — СПб., 2006. № 70. 125 с.
3. *Волков И.П.* Экстрасенсорный обмен информацией. — СПб.: Изд-во БПА, 2000. 217 с.
4. *Гроф С.* Величайшее путешествие. — М.: АСТ, 2007. 475 с.
5. *Зацепин В.И.* Социальные чувства в психологической структуре общества // Вестник БПА. № 70. С. 38–49.
6. *Драгомирецкий А.* Новая духовно ориентированная концепция личности человека // Вестник БПА. № 70. С. 16–27.
7. Труды ярославского методологического семинара. — Москва—Ярославль: МАПН. Выпуски с 2003 по 2005 гг. по 450 с.
8. *Козлов В.В.* Истоки осознания. — Мн.: МАПН, 1995. 304 с.
9. *Мазюков В.А.* Теория и метод в психологии. — Ярославль: МАПН, 1998. 356 с.
10. *Новиков В.В.* Социальная психология: жрецы и искусники. — СПб.: Эрудит, 1998. 320 с.
11. Трансперсональный проект. Том II. — М.: МАПН., 2007. 424 с.
12. *Юнг К.Г.* Психология бессознательного. — М.: Камон, 1994. 320 с.

Козлов В.В.

РАСШИРЕННЫЕ СОСТОЯНИЯ СОЗНАНИЯ: ТВОРЧЕСТВО И ИГРА

В процессе формирования интегративной психологии (Козлов, 1999) мы заявили, что ее прагматическая цель — изменение структуры и формы сознания человека, обретающего в результате способность мыслить, рефлексировать, действовать адекватно в соответствующей социокультурной среде и на существенном уровне трансформировать *homo sapiens* и *homo habilis* (человека разумного и умелого) в *homo ludens* и *homo creascificus* (человека играющего и творящего мудрость).

Сегодня, после семилетних усилий по реализации «Проекта Сознание», приходится признать, что в современном обществе *homo sapiens* и *homo habilis* является предельной целью образования, социализации и трансформации, *homo ludens* стал аддиктом (игровая зависимость), а *homo creascificus* встречается в предельном смысле настолько же часто в человеческом виде, насколько одиноко в сибирских просторах.

Вне сомнения, мы не отказываемся от целей, которые были поставлены в конце XX столетия. Эта цель является идеальной и предельной — вызовом жизни не только для психолога, но и любого человека.

Но фокус наших усилий сменился. В настоящий момент мы четко понимаем — что цель человеческого существования — самореализация, самопроявление. Самопроявление — это реализация в жизни существенных сил человека — витальных, интеллектуальных, эмоциональных. В пиковом выражении — это полное проявление Самости.

Качественно отличительным признаком такой личности является способ-

ность и интенция творить. Именно нахождение, присутствие человека-демиурга в творческих, эвристических (расширенных, потоковых, ресурсных) состояниях выделяет его из основной массы людей.

В современной психологии в основном к творчеству относятся как состоянию исключительному и уникальному.

Мы должны развеять этот миф.

Мы должны констатировать, что человек экзистенциально предопределен творить и любой миг его жизни — это творчество реальности, ее семантическое реконструирование.

И человеческое пребывание, «бытие в мире», главным и определяющим образом связано с творчеством его сознания: творения реальности.

Не **тварность** — базовая характеристика человека, а **«творность»** — творчество в мышлении, эмоциях, поведении — в игре, учебе, труде — в спорте, искусстве, научном познании, языковой практике.

Мы согласны с точкой зрения А.В.Брушлинского, который не выделяет креативность как особое психическое образование и считает ее основным признаком всякого мышления. Мышлению, обусловленному предметной деятельностью, он отводит доминирующую роль в творческом процессе. «Всякое мышление хотя бы в минимальной степени всегда есть искание и открытие существенного, нового (нового для данных конкретных индивидов), и, поэтому оно всегда является в той или иной мере продуктивным, творческим, самостоятельным» [2, с. 32].

Человек экзистенциально обречен на свою «творность» — процессуальное творение реальности в ощущениях, эмо-

циях, образах, символах, знаковых системах.

Самая главная игра — это игра сознания и реальности.

И человеческое сознание входит в структуру мира (в сферу бытия человека), и объективированное бытие вливается во внутренний мир человека.

Вне сомнения, реальность всегда субъективна и рождается из взаимодействия человека с опредмеченной (предметной) средой на уровне когнитивном (познание, интроспекция, рефлексия), эмоциональном (вчувствование, олицетворение, анимация) и моторно-поведенческом (освоение мира и себя самого через двигательные действия).

Наши эксперименты гипостимуляционными и гиперстимуляционными методами, индуцирующими измененные состояния сознания, показывают, что демиургово качество человека может быть достаточно индифферентно к самой предметной реальности, даже к таким базовым характеристикам, как пространство и время [8].

Сознание как активное, открытое, целостное, саморазвивающееся неструктурированное пространство энергии, способно наполнять внутреннюю и внешнюю реальность смыслом, отношением, переживанием и действием.

Сознание «рожает» факт нашего существования в каждый момент жизни.

В конце — концов — неважно, присутствует реальная предметная реальность или нет.

Актуальность исследования «поточных состояний сознания» (ПСС) формируется несколькими причинами.

– Во-первых, возникла необходимость теоретического осмысления психологии и феноменологии пиковых творческих состояний сознания;

– Во-вторых, в настоящее время требуется определить условия продуктивности активного творчества;

– В-третьих, в психологии существует необходимость исследования такого состояния, которое, безусловно, являлось бы оптимальным при выполнении человеком различного рода деятельностей.

Необходимо всестороннее исследование потокового, ресурсного состояния сознания и его влияние на продуктивность деятельности, так как до настоящего времени тема была мало изучена, несмотря на ее актуальность.

Теоретическое значение выбора темы исследования заключается в том, что при изучении внутренних механизмов, содержания и феноменологии «поточного состояния сознания», выявляется воздействие этого состояния на психику, личность. Практическое же значение работы — на основе ее результатов наступает возможность внедрение феномена ПСС в каждодневную деятельность для повышения эффективности ее результатов.

Наиболее яркий пример того, сколько радости, подъема чувств, глубокого удовлетворения приносит само совершенное действие, а не их результат, является собою игра.

Существует целый ряд разнообразных форм трудовой деятельности, которые ориентированы в первую очередь на процесс, а не на результат: художники, скульпторы, поэты, композиторы, писатели нередко проводят дни и ночи напролет за работой, ничего не замечая вокруг себя; но, завершив произведение, могут тотчас потерять всякий интерес к нему. Процесс созидания настолько привлекает и поглощает их, что ради него самого они готовы жертвовать многим: не спать, голодать, не иметь гарантии в обязательном признании своего продукта, ни в материальной организации. Страницы истории искусства изобилуют примерами поистине трагической судьбы и действующих лиц. То же самое можно сказать о труде ученых, архитекторов, режиссеров, менеджеров, руководителей произ-

водства и представителей других профессий, неустанно бьющихся над решением поставленных задач; об актерах, о спортсменах и танцорах, которые действуют, прежде всего, ради самого процесса и глубоко переживают его.

На мой взгляд, «захваченность» самим процессом деятельности наблюдается не только в так называемых творческих профессиях. «Упоение» процессом труда может наблюдаться в деятельности оператора, токаря, маляра, плотника.

Но возможность отделения мотива от цели и перемещение на саму деятельность указывал еще С.Л.Рубинштейн [10, с. 176]. В его работах в рамках его школы разрабатывается теория «психического как процесса». Эта теория, с одной стороны, специально указывает на дифференциацию психики на процесс и его продукт; а с другой — исходит из отношения единства этих составляющих, изучая тем самым продукт только в соотношении с психическим процессом. «Психическое существует, прежде всего, как процесс — живой, предельно пластичный и гибкий, непрерывный, никогда изначально полностью не заданный, а потому формирующийся и развивающийся... только в ходе непрерывно изменяющегося взаимодействия индивида с внешним миром» (Брушлинский, 1983).

«В ходе непрерывного и изменяющегося взаимодействия внешнего и внутреннего возникают все новые, ранее не существовавшие продукты, средства, способы осуществления процесса и другие детерминанты, которые сразу же включаются в дальнейшее протекание процесса в качестве его новых внутренних условий» (Брушлинский, 1979). Эту непрерывную взаимосвязь процесса и продукта, когда продукт, предшествующий деятельности выступает одновременно и как внутреннее условие последующей, А.В.Брушлинский считает главной характеристики психического

как процесса и видит в ней основу действительного психического развития, то есть развитие характера и способностей человека [1, 2].

Работы американского психолога М.Чиксентмихали от понятия той же научной парадигме, так как они прямо нацелены на экспериментальное изучение деятельности, мотив в первую очередь ориентирован на процесс, а не на результат (Csikszentmihalyi, 1990). Продукт такой деятельности автор видит в развитии навыков и способностей человека, в росте и становлении его личности. Анализ его работ позволяет выявить главные свойства и механизмы деятельности, ориентированной на процесс [3].

Три последние парадигмы психологии — гуманистическую, трансперсональную и интегративную объединяет одинаковое понимание цели человеческого существования на земле — самореализация, самоактуализация, самопроявление. Самопроявление — это реализация в жизни сущностных сил человека — витальных, интеллектуальных, эмоциональных, полное проявление его Самости, потенциальности. На наш взгляд, самоактуализация не обязательно должна принимать форму творческих усилий, выражающихся в создании произведений искусства. Родитель, спортсмен, студент, преподаватель или рабочий у станка — все могут актуализировать свой потенциал, выполняя наилучшим образом то, что они делают; специфические формы самоактуализации очень разнообразны. Именно на этом высшем уровне иерархии потребностей люди сильнее всего отличаются друг от друга.

Качественно отличительным признаком такой личности является способность и интенция творить. Именно нахождение, присутствие человека-демиурга в творческих, эвристических (расширенных, потоковых, ресурсных) со-

стояниях сознания выделяет его из основной массы людей.

Наши многолетние исследования показывают, что притягательная сила творческих (ресурсных, эвристических, потоковых, расширенных) состояний сознания обеспечивается рядом важных признаков. Как показывают нейропсихологические, психологические и социально-психологические эксперименты, они сводятся к следующим качественным отличиям (признакам, свойствам):

1. Трансценденция Эго. В эвристическом акте сам действующий субъект исчезает, то есть «чувство себя», «Я-ковость», самосознание и самоидентичность теряется.

Отсутствие Эго в сознании не означает, что человек теряет контроль над своей психикой или над своим телом. Эго растворяется на высшей точке управления ситуацией, действия человека становятся средством выражения и реализации своего «Я» как системы взаимодействия с действительностью.

В творческом процессе человек настолько вовлекается, погружается в то, что он делает, что у него исчезает осознание себя как чего-то отделенного от совершаемых им действий.

В процессе творчества возникает единая когнитивно-ментальная структура сознания человека, которая, растворяя «Я» в деятельности, растворяет деятельность в «Я».

В некотором смысле — творчество — всегда забывание себя, некое заклатие, жертвоприношение «Я».

В результате трансцендирования (выхода за пределы своего «Я») происходят существенные изменения в ценностно-смысловой сфере личности, начинают действовать механизмы сверхсознания. Здесь человек испытывает дистанцированность от других людей, погружается в собственное интеллектуальное пере-

живание. Уединение становится сродни самотворчеству, выступает как необходимое условие для «труда души». В этом аспекте мы можем вспомнить мысль А. Маслоу о творческом аспекте состояния одиночества и что одиночество является одним из отличительных признаков самоактуализирующейся личности. Человек в таком состоянии представляет собой своеобразный телесно-духовный континуум. Он осмысливает себя метафизически.

В творческом состоянии человек может приносить трансцендентный смысл во внешнюю реальность, и может извлекать его оттуда.

Наше понимание творческого акта как расширенного состояния сознания имеет несколько значимых аргументов:

– Эго перестает быть «кожным». Личность не идентифицирует себя только тем, что находится под кожей, она расширяет свои границы, растворяется в знаковых системах (научное, литературное, поэтическое творчество), в других людях (коммуникативное взаимодействие — «упоение общением»), в природе (в эстетическом восприятии, медитации, экстремальных видах спорта), технических объектах (гонщика с автомобилем, токаря со станком, программиста с компьютером и др.).

– Личность становится частью действующей системы, большей, чем его индивидуальное «Я». За счет интроецирования деятельностной среды, пространства ее реализации, само Эго становится «расширенным» в аспекте идентичности.

– возникает интеграция всех языков сознания (ощущения, эмоций, образов, символов, знаков) и чувственного отражения опредмеченной реальности в мышлении личности, синтетические способы познания и интерпретации мира, при которых задействованы всевозможные виды чувственно-логического опыта.

– В творческом акте человек действует как источник своих сущностных сил. Осваиваемая и порождаемая деятельностью среда предстает как адекватное, истинное отражение глубинных интенций личности, его потенциальности. Человек существует в опредмеченной деятельностью среде как Демиург, создатель, который и творит ее, и отображает себя в ней наиболее полно и целостно.

– творчество дает возможность проявить ресурс витальности человека, его энергии, жизненных сил. Не только воодушевление, прилив сил ассоциированы с творческим процессом, но и возможность почти невероятной интенсивности усилий в длительное время: без пищи, без сна, без отдыха.

2. Трансценденция времени. Мы еще в начале 90-х годов экспериментально доказали искажение восприятия времени в расширенных состояниях сознания [7]. Вне сомнения, такого рода искажения существуют и в «потоке». В творческом состоянии сознания человек теряет адекватное чувство времени. В основном возникает феномен искажения временных промежутков в сторону их сокращения (час как несколько минут, день как час) или возникает аутизация такого уровня, когда восприятие времени полностью исчезает и личность «обнаруживает себя» во временном промежутке — «уже утро оказывается».

Искажение восприятия времени связано с аутизацией сенсорных систем (в том числе кинестетической и слуховой), которые играют самую важную роль при точном различении промежутков времени). Феномен также связан с подавлением таких психофизиологических механизмов восприятия времени, каковыми являются разноуровневые биологические ритмы, связанные с удовлетворением биологических потребностей.

Человек «забывает» не только привычно дышать с характерным личностным паттерном, переходя на биологическое (животное) связанное дыхание.

У человека меняется режим питания. Часто в творческом процессе человек «постится», «забывая» покушать, может длительное время не пить, меняется ритм удовлетворения выделительных функций.

Трансценденция времени, искажение базовых его переменных (длительность, скорость протекания и последовательность) в эвристическом потоке обусловлен, таким образом, психофизиологическими механизмами. Но нам бы хотелось сделать некоторые дополнения, которые продиктованы нашим исследовательским опытом:

а) Искажение восприятия длительности временных периодов существенно зависит от «поглощенности» деятельностью. Интеграция мира, который находится в человеке (психосемантический предметный мир), и мира, в котором находится и действует человек (предметная физическая среда) в творческом процессе приводит к ситуации, когда привычные способы картирования времени подавляются. Это подавление привычных механизмов структурирования времени приводит к искажению его восприятия.

б) В творческом акте нивелируется граница между объектом и субъектом, между тем, что есть (предметная среда) и тем, что есть для субъекта (индивидуальное психосемантическое пространство). Творчество происходит в полном присутствии в «здесь и сейчас», растворении личности в происходящем процессе. Это некий аналог архаического восприятия реальности (презентизм первобытного мышления), когда мир распаковывается в ежесекундном присутствии. «Между секундами есть брешь, которая называется вечностью» (Козлов, 1993). В творческом процессе происходит не-

кое «выпадение» из континуума линейного времени: из привычного «прошлое-настоящее-будущее» в полное присутствие «в здесь и сейчас» — без всего, что было, и без всего, что будет. Пиковые творческие состояния открывают врата вечности. У меня есть подозрение: творчество особо притягательно тем, что дает вкусить нектар бессмертия.

в) Третьим дополнительным истоком трансценденции времени являются особые эмоциональные состояния, которые возникают в ходе творческой деятельности. «Душой исполненный полет», как Пушкин описывал творческий процесс, сопровождается чрезвычайно неординарными эмоциями. Они многообразны: эстетический восторг, мистический экстаз или инстаз, трепет, таинственность, чувство парения души, ликования, наслаждения процессом деятельности, изумления-умиления открытием, упоения действием, радости бытия.

Чувство упоения следует отличать от чувства удовольствия, которое также может приносить процесс деятельности. Удовольствие можно испытывать без приложения каких-либо усилий, поэтому оно не ведет к росту и развитию личности. Чувство же упоения не может возникнуть без полной отдачи сил.

Ресурсное состояние сознания имеет непостижимое величие эмоционального состояния. Само понятие наслаждения не настолько точно раскрывает содержание состояния. Мы можем, наверно, выделить две возможные версии эмоциональных паттернов, сопровождающих «поток»:

– творческий экстаз, который связан с сильным возбуждением, часто безудержной энергией и восторгом, неуправляемостью, мощными эмоциями, граничащими с безумием и социальной неадекватностью (аналог религиозного экстаза);

– инстаз — более дисциплинированное, систематическое и потому более

долго сохраняющееся во внутреннем пространстве психической реальности. В ресурсном состоянии сознания мы всегда можем дифференцировать мыслящего субъекта, мышление как процесс и мыслимое как содержание деятельности. Когда эти три составляющие сливаются друг с другом и растворяются в единстве — это и есть ресурсное состояние сознания.

Инстаз мы бы обозначили как *глубокую медитацию на истину*. А в эмоциональном состоянии — это тихое умиление, восторг, радость, любование и созерцательность.

Поэтическое «Счастливые часов не наблюдают» является точным описанием влияния эмоционального состояния на восприятие времени в творческом процессе.

3. Трансценденция пространства — индифферентное отношение к качественным характеристикам пространства, их трансформация или полная отрешенность от этих качеств.

Основным механизмом возникновения этого феномена является трансформация объективного пространства среды в субъективный предметный мир личности.

Мы можем рассматривать этот феномен в трех аспектах:

Во-первых — индифферентность по отношению к физическим характеристикам пространства. В творческом состоянии сознания личность перестает замечать такие важные параметры как эстетические характеристики (красиво-безобразно) и все образные переменные, которые находятся за пределами деятельности активности, звуко-шумовые характеристики (человек как бы перестает слышать), температурные (тепло-холодно), обонятельные, вкусовые и даже степень удобства (комфорт-дискомфорт, удобно-неудобно).

Во-вторых, трансценденция социальных характеристик пространства: теряется половая (мужчина-женщина), интеллектуальная (умный-глупый), эстетическая (красота-безобразность), социально-иерархическая (крупный начальник-подчиненный, богатый-бедный) значимость других людей.

В-третьих, происходит сужение стимульного поля восприятия пространства до значимых, референтных, обеспечивающих деятельность переменных.

Трансформация качеств пространства может сводиться к антропоморфизации природных объектов и вещей. Известно, что человек может воспринимать свойства того или иного объекта как со стороны самого объекта («космический холод»), так и со стороны субъекта («холодок между лопатками»).

Человек способен перевоплотиться в неодушевленный предмет, видеть его как бы «изнутри», вступать в «диалог с вещами», истолковывать их поведение с точки зрения человеческих мотивов. Иначе говоря, сознание человека спонтанно стремится к одухотворению, анимации всех объектов, с которыми он контактирует.

Он наделяет животных и растения, неодушевленные предметы и отвлеченные (высокоабстрактные) понятия человеческими свойствами — сознанием, мыслями, чувствами, волей (антропоморфизм). Так, скрипач олицетворяет (персонифицирует) свою скрипку, программист — компьютер, плотник — топор, водитель — машину. Средневековые рыцари одушевляли свой меч, моряки парусного флота — корабль. Существует религиозная персонификация мира (пантеизм, абсолютная идея, Бог, Универсум, Мировая Воля, Брахман, Высший Разум).

Феномен антропоморфизации природы и вещей, созданных человеком (рукотворный мир, или «вторая природа») как партнеров по «общению», имеет, видимо, глубокие корни в человеческой

психике. Сами способы восприятия и действия с предметами внешнего (добавим — и внутреннего) мира включают в себя «позицию партнера» по общению. Их можно рассматривать как трансрациональные протофеномены сознания человека, позволяющие ему осуществлять с природой «*à livre ouvert*», что в переводе с французского означает — действовать без подготовки, «читать по раскрытой книге», «петь с листа».

Человек выступает в функции трансцендентного субъекта, которому истина дана «как на ладони», и он действует «как по нотам», записанным в партитуре природы. В этом аспекте мы очень много писали об «изначальном состоянии сознания», при котором личность теряет свою субъектность и «растворяется в одухотворенном космосе» (Козлов, 1999).

4. Трансперсональность — в результате трансцендирования Эго происходит замещение этого смыслового пространства идентификаций надличностной феноменологией. У человека, на фоне трансценденции Эго, возникает состояние Боговдохновенности Демиурга: «Мысли льются», «Идеи падают с небес», «Открывается Канал», «Бог творит»...

Творчество происходит. Не человек, не личность творит, а через человека происходит творчество. И этот процесс не только озарен таинством, мистерией творчества, но и наполнен переживанием реализации своей миссии, высшего смысла бытия в мире, исполнением предназначения.

Ресурсное состояние жестко ассоциировано переживанием функции трансцендентного субъекта, которому истина дана «как на ладони» и мир открыт и сущностно понятен. Но при этом не по твоей воле, а по «Его». Если творчество происходит, то оно «боговдохновенно», ты, твое сознание, твое Эго просто яв-

ляются инструментом проявления и раскрытия истины жизни.

Мы предельно хорошо понимаем, что термины, которые здесь употребляются, весьма ненаучны. Но нужно понимать, что само творчество часто проживается как мистическое состояние, которое ты «заслужил», «достиг», которое с тобой «случилось».

Как мы уже указывали выше, ресурсное состояние сознания — это экстатическое или инстатическое состояние, «захватывающее» человека. В этом состоянии доминирует мотивационно-эмоциональная сфера мышления, а не рационально-логический интеллект и доминирует духовность как направленность к высшим силам личности.

Самосознание человека релевантно ощущению демиурга. В процессе творения не столько человек создает те или иные идеи, образы, лингвокреативные (языкотворческие) символы и знаки, сколько продуктивные идеи «создают» человека — в их власти находятся увлеченные своими действиями люди. Действующая личность раскрывается как «*causa sui*» (причина себя). Так, личность со-творяет себя и «о-творяет» (открывает другому) — в моментах выхода за границы себя (в межличностное пространство) и своих возможностей (знаний, умений, способностей), представленности себя в других людях (бытие человека в другом человеке) и воспроизводстве другого человека в себе.

Подлинный смысл ресурсных состояний сознания — это не столько погружение вглубь бесконечного антропокосмического для того, чтобы найти для себя нечто новое, сколько постижение глубины конечного «Я», чтобы найти неисчерпаемое и обрести духовное измерение бытия.

Человек на этом пути «взращивает» в себе не только Субъекта Деятельности, но и Субъекта Мира. В любом случае проис-

ходит глубокое постижение мира, самого себя и преобразование-обогащение сознания человека. Это и есть блаженство человеческой деятельности. Вообще говоря, это и есть Деятельность Человека.

Творческое состояние сознания связано с рождением всего нового и прекрасного в мире и в самом человеке, в выходе за пределы известного, за границы предустановленного, простирании субъекта в новые пространства знаний, способностей, умений, трансперсональных переживаний.

5. Апрагматичность — непрактичность, бессеребрность, немонетарность творческих состояний сознания, их ориентированность на процесс выполнения деятельности, а не на результат.

Для ресурсного состояния истинно и ценно лишь то, что происходит в процессе выполнения деятельности, какими состояниями он наполнен, а не практическая действенность цели и результата. Более того — часто к нарисованной картине художник теряет всякий интерес, а писатель к написанной книге, хотя в них вложено неимоверное количество энергии, жизни и времени. Часто творцу не так важно, как повлияет эвристический процесс на общественную и индивидуальную жизнь. Явные практические плоды, на мой взгляд, чужды ресурсным состояниям сознания. Само творчество и является манной небесной.

Настоящее творчество ни купить, ни продать невозможно.

Творец и не променяет творчество ни на какие блага в мире.

Творчество, те психические состояния, которые сопряжены с ним, являются самым высокой наградой для человека в мире.

Кто был уже награжден — это знает.

Итак, феноменология творчества как процесса и состояния сознания, показы-

вает нам, что люди, которые переживают это состояние, оказываются целиком поглощены своим занятием.

Они испытывают глубокое удовлетворение от того, что они делают — и это чувство приносит сам процесс деятельности, а не его результат.

Они забывают личные проблемы, видят свою компетентность, обретают опыт полного управления ситуацией.

Они переживают чувство гармонии с окружением, «расширения» себя, их навыки и способности развиваются, личность растет.

Насколько эти элементы опыта присутствуют, настолько субъект получает наслаждение от своей деятельности и перестает беспокоиться о внешней оценке, становится полнезависимым, свободным — «имеет наглость быть».

Естественно, что такой опыт является оптимальным для человека.

Он позволяет упорядочить случайный поток жизни субъекта, дает базовое чувство опоры: в каждый данный момент субъект может сконцентрировать все свое внимание на осознанно выбранной деятельности.

Он позволяет пережить свою глубинную миссию, судьбоносное предназначение, мгновенно забыть то, что его разрушало и было сиеминутным, наносным — грязной пеной на волнах жизни.

И самое важное — в ресурсном состоянии сознания человек «творит себя» — не только «образовывается» (то есть приобретает знания, умения, навыки), но и сам «образует мир»: создает свое понимание, свое видение мира, проектирует и строит собственную жизнь, решает, куда ему идти, о чем думать, с кем взаимодействовать и общаться.

Литература

1. *Брушлинский А.В.* Мышление и прогнозирование. — М.: Мысль, 1979.
2. *Брушлинский А.В.* Психология мышления и проблемное обучение. — М., 1983.
3. *Бужас Т.М.* О феномене наслаждения процессом деятельности и условиях его возникновения (по работам М.Чиксентмихали) // Вестник МГУ. Сер. 14: Психология. 1995. Т. 2. С. 53–61.
4. *Козлов В.В.* Психотехнологии измененных состояний сознания. Личностный рост. Методы и техники. — М.: Изд-во Института психотерапии, 2001. 384 с.
5. *Козлов В.В.* Работа с кризисной личностью. Методическое пособие. — М.: Изд-во Института психотерапии, 2003. 302 с.
6. *Козлов В.В., Майков В.В.* Трансперсональная психология: Истоки, история, современное состояние (монография). М.: ООО «Издательство АСТ», 2004. 603 с.
7. *Козлов В.* Теоретические и экспериментальные основы интенсивных интегративных психотехнологий в социальной психологии: Диссертация на соискание ученой степени доктора психологических наук. — Ярославль: ЯрГУ, 1999. 336 с.
8. *Козлов В., Бубеев Ю.* Измененные состояния сознания: психология и физиология. — М., 1997. 197 с.
9. *Лосев А.Ф.* Логика символа // Философия. Мифология. Культура. — М., 1991.
10. *Рубинштейн С.Л.* Основы общей психологии. — М.: Наркомпрос РСФСР, 1940. 595 с.
11. *Хекхаузен Х.* Мотивация и деятельность: экстринсивная и интринсивная мотивации. В 2 т. Т. 2. — М: Педагогика, 1986. С. 234–248.
12. *Csikszentmihalyi M.* Flow: The Psychology of Optimal Experience. — NY: Harper and Row, 1990. 303 p.

Морогин В.Г.

ТЕОРИЯ И МЕТОДОЛОГИЯ ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ЦЕННОСТНО- ПОТРЕБНОСТНОЙ СФЕРЫ ЛИЧНОСТИ

(Окончание, начало в номере 1 за 2007 год)

Методология и методы психологического исследования ценностно-потребностной сферы личности

Генри Форд однажды заметил, что «человек имеет два мотива поведения — один настоящий, и второй, который красиво звучит». А В.Джемс писал, что «у человека всегда есть мотивы двоякого рода: первые, которые действительно движут нашими поступками, и вторые, с помощью которых эти поступки оправдываются». Но, «язык и речь даны человеку для того, чтобы скрывать свои мысли» — так говорил этот великий американский психолог, поэтому становится понятным, почему в психологии личности возникла такая путаная ситуация — невозможно определить истинную причину человеческого поступка на основании его словесных ответов. И дело здесь не в том, что человек изначально лжив и никогда не скажет правды о причинах своего поведения — в большинстве случаев он и сам не знает, что побудило его совершить то или иное действие. На вопрос врача-нарколога, обращенного к своему пациенту: «Почему ты пьешь?» — невозможно ответить: ведь истинная потребность недоступна сознательному отражению, и о ней можно косвенно судить лишь на основе анализа в разной степени осознанных, да к тому же еще и сублимированных мотивов, а это всегда приносит искажения в определение настоящих причин человеческого поведения.

Поэтому в психологии личности и сложилась такая необычная ситуация: причиной поведения может считаться что угодно — от изначально заложенных в природе всего живого инстинктов до постановлений правительства и указов президента.

Особенно остро эта проблема стоит в области психологических исследований содержательного мотивационного ядра личности — ее ценностно-потребностной сферы. Трудности, возникающие при изучении этих структур, обусловлены, прежде всего, тем, что истинные потребности крайне редко осознаются, поэтому исследовать их с помощью традиционных методов опроса очень сложно, а то и просто невозможно. Применение с этой целью существующих проективных методик также ограничено по причине их высокой, да к тому же еще «двойной» субъективности. Кроме того, существует проблема количественной оценки ценностно-потребностной сферы личности, что сильно ограничивает возможности корректного использования статистического аппарата в научных исследованиях по этой тематике. Поэтому поиск точных количественных методов исследования ценностно-потребностной сферы личности становится особенно актуальным.

Один из путей решения этой проблемы — попытаться связать ценностно-потребностную сферу личности с цветовыми предпочтениями. Однако, основанные на этом предположении методы:

«Тест Цветовых Выборов» М.Люшера [4], «Цветовой Тест Отношений» А.Эткинда [21] и даже «Тест Цветовых Пирамид» М.Пфистера и Р.Хайсса [12] грешат одним серьезным недостатком — цветовые предпочтения осуществляется сознательно. Кроме того, в тестах отсутствуют количественные показатели, на основе которых можно провести корректный статистический анализ.

Выходом из положения может стать такой методический прием, который позволил бы исключить вмешательство сознания в процесс выбора цвета, и это может быть достигнуто с помощью тахистоскопической техники предъявления цветовых стимулов.

Зрительная система человека устроена так, что в сенсорной памяти запечатлеваются все воспринимаемые стимулы, в то время как в кратковременное хранилище поступает не вся информация, а только та ее часть, которая лично значима. Поэтому при тахистоскопическом предъявлении с минимальным временем экспозиции в кратковременную память перейдут только те образы, которые связаны с насущными потребностями и жизненно важными ценностями личности.

Принцип тахистоскопической (субсенсорной по времени) экспозиции цветовых стимулов основан на экспериментальных фактах, свидетельствующих о том, что для одновременного или последовательного восприятия нескольких цветовых стимулов зрительной системе человека требуется определенное время. За такой короткий промежуток как 0,01 сек. человек не сможет увидеть все объекты, но что-то он все-таки воспримет и запомнит. Что же он запомнит? Да только те цветовые стимулы, которые связаны с его жизненно важными потребностями и ценностями. Таким образом, может быть компенсирован главный недостаток всех «сознательных» цвето-

вых методов, разработанных для исследования бессознательных психических феноменов. Кроме того, этот методологический принцип позволяет разработать систему объективной количественной оценки бессознательных цветовых предпочтений.

Этот принцип стал методологической основой для создания двух экспериментально-психологических методик: «Цветового Тахистоскопа» и «Цветового Калейдоскопа». Принципиальное различие между ними в том, что в первом тесте цветовые стимулы предъявляются одновременно (одновременно все), а во втором — сукцессивно (последовательно).

В «Цветовом Тахистоскопе» испытуемому предъявляются слайды, которые представляют собой прямоугольные матрицы, составленные из разноцветных элементов: синих, коричневых, зеленых, красных, черных, желтых, фиолетовых и серых. Эти элементы расположены в матрице в случайном порядке, но каждый цветовой тон занимает в ней одинаковую совокупную площадь. Время экспозиции каждой из восьми тестовых матриц — 0,01 сек. После предъявления каждой матрицы обследуемый называет 1–3 цветовых тона, которые бросились ему в глаза и запомнились. Используемый количественный показатель — относительная частота воспроизведения каждого из цветовых тестовых стимулов [7]. При ее подсчете учитывается порядок воспроизведения. Если цветовой оттенок называется первым по порядку, ему присваивается 3 балла, если вторым — 2 балла, третьим — 1 балл. Затем число баллов, назначенных каждому цветовому стимулу, суммируется по всем восьми экспозициям. Окончательный показатель вычисляется как отношение суммы баллов, присвоенных каждому цветовому эталону, к общей сумме баллов, назначенных всем цветовым оттенкам.

$$f_i = \frac{\sum n_i}{\sum N}, \text{ где}$$

$i=1 \dots 8$ - порядковый номер цветового тестового стимула;

f_i - относительная частота воспроизведения i -го цветового стимула;

$\sum n_i$ - сумма баллов, назначенных i -му цветовому стимулу;

$\sum N$ - общая сумма всех баллов, присвоенных всем цветовым эталонам.

Относительные частоты воспроизведения отдельных цветовых эталонов (f_i) в сумме должны быть равны 1.

Тест «Цветовой Калейдоскоп» также основан на принципе тахистоскопической экспозиции цветовых стимулов, но цвета предъявляются последовательно: небольшое прямоугольное поле очень быстро меняет свой цвет. Время экспозиции каждого цветового эталона — также 0,01 сек. Задача обследуемого состоит в том, чтобы определить, какие, по его мнению, цветовые оттенки преобладают в этом очень быстро меняющемся поле и назвать 1–3 цвета, наиболее запомнившихся. Цветовые стимулы и количественные показатели в этом тесте те же, что и в «Цветовом Тахистоскопе».

Принцип субъективной оценки продолжительности цветовых экспозиций основан на экспериментальных данных, полученных при исследовании временной перцепции. В психологических экспериментах было установлено, что временные интервалы, заполненные интересной, приятной для субъекта деятельностью, кажутся короче, чем есть на самом деле. И, наоборот, время, заполненное неинтересной, монотонной работой, переоценивается. Восприятие цвета — это перцептивная деятельность, поэтому временной интервал, в течение которого предъявляется цветовой тон, вызывающий у личности приятные ощущение,

будет недооцениваться, а время, в течение которого экспонируется субъективно неприятный цвет, должно переоцениваться. На этом предположении и основана экспериментальная методика «Воспроизведение Времени Цветовых Экспозиций». Испытуемый должен как можно точнее отмерить такой же временной отрезок, в течение которого он воспринимал цветовой тестовый стимул, но уже на нейтральном белом фоне. В методике используются те же самые цвета, что и в тахистоскопических тестах.

Исследования временной перцепции показали, что если длительность тестового промежутка короче 2 сек., то его оценка осуществляется на основе непосредственного восприятия времени, если же интервал длится 6 сек. и более, то включаются иные способы оценки времени, связанные с внешними ритмическими процессами. В интервале между 2 и 6 секундами могут действовать оба механизма. Исходя из этих фактов, для оценки времени цветовых экспозиций было взято три интервала — 1,15; 3,65 и 6 секунд, так как экспериментально показано, что оценка этих временных промежутков имеет минимальную систематическую ошибку [19].

Количественным показателем в этом тесте служит относительная оценка, которая вычисляется как частное от деления отмеренного испытуемым временного интервала на величину его истинной продолжительности.

$$\Delta_i = \frac{T_i}{T} \text{ где}$$

$i=1 \dots 8$ — порядковый номер цветового тестового поля;

Δ_i — относительная оценка времени экспозиции i -го цветового поля;

T_i — абсолютная субъективная оценка времени экспозиции i -го цветового

го поля, выполненная методом воспроизведения;

T — реальное время экспозиции цветового эталона, отмеренное таймером.

Теоретическое положение о том, что общественная система ценностей представляет собой набор бессодержательных форм, которые каждая личность наполняет своим индивидуальным потребностным содержанием, и таким образом формируется ценностно-потребностная сфера личности, послужило основанием для введения еще одного методологического принципа — проективного сопоставления неопределенно сформулированных ценностей. Тест, в основу которого положен этот принцип, получил рабочее название «Ценностно-Потребностная Сфера Личности и Внутриличностный Конфликт» («ЦПСЛиВК»).

Процедура тестирования заключается в попарном сопоставлении ценностей друг с другом: каждую из 15 ценностей, входящих в структуру ценностно-потребностной сферы личности, нужно сравнить с остальными 14-ю, выбирая каждый раз ту из них, которая лично обследуемому кажется более жизненно важной. На втором этапе эксперимента тестируемый точно так же попарно сравнивает те же самые ценности, но каждый раз выбирает более легко достижимую.

Сами ценности, в отличие, например, от «Шкалы Терминальных Ценностей» М.Рокича, сформулированы предельно неопределенно, так, что испытуемый может в достаточно широком диапазоне самостоятельно их трактовать. Если в процессе обследования тестируемый пытается уточнить, как нужно понимать предлагаемую формулировку, экспериментатор ни в коем случае не должен навязывать ему какую бы то ни было трактовку ценности и давать каких-либо разъясне-

ний по поводу ее содержания. Он просто предлагает сравнивать ценности так, как обследуемый сам их понимает. В этой ситуации испытуемый вынужден спроецировать свои бессознательные потребности на предлагаемый ему экспериментальный материал. Таким способом в методике реализуется проективный принцип.

Угроза возникновения внутриличностного конфликта оценивается с помощью специально вычисляемого индекса, представляющего собой разность числа предпочтений каждой ценности остальным 14-ти по критериям их жизненной значимости и субъективной доступности. Положительное значение этого индекса является индикатором внутриличностного конфликта в соответствующей зоне ценностно-потребностной сферы личности. Высокое его значение указывает на наличие глубокого внутриличностного конфликта. Обратное соотношение оценок по критерию жизненной важности и легкости достижения сравниваемых ценностей (отрицательное значение индекса) свидетельствует о состоянии «внутреннего вакуума», духовной пустоты, отсутствия побуждений в исследуемой зоне ценностно-потребностной сферы личности. В.Франкл [16] называет такие состояния «экзистенциальным вакуумом» или «фрустрацией жизненного смысла» и считает их главной причиной «ноогенных» неврозов.

На основе результатов эмпирических исследований, в которых принимали участие самые различные категории испытуемых: студенты, преподаватели вузов, слушатели системы послевузовской профессиональной подготовки и повышения квалификации, работники уголовно-исполнительной системы, осужденные, отбывающие наказание в пенитенциарных учреждениях, учащиеся школ, лицеев и гимназий, было отобрано 15 наиболее диагностически значимых цен-

ностей, которые и составили структуру ценностно-потребностной сферы личности.

1. Общение.
2. Уверенность.
3. Безопасность.
4. Вера.
5. Карьера.
6. Творчество.
7. Богатство.
8. Справедливость.
9. Здоровье.
10. Красота.
11. Свобода.
12. Успех.
13. Любовь.
14. Власть.
15. Честь.

Все экспериментальные методики интегрированы в «Автоматизированную Систему Психологического Исследования Ценностно-Потребностной Сферы Личности». «Система...» представляет собой комплекс программных модулей для IBM-совместимых машин, снабженных необходимыми средствами для создания и ведения баз данных. Модули «Системы...» написаны на языках программирования С/С++ и С. Экспериментальные данные сохраняются в формате dBase (*.dbf) и могут впоследствии использоваться практически в любой прикладной программе (статистика, графика, моделирование), способной распознать этот формат.

Дальнейшие исследования структуры ценностно-потребностной сферы личности выявили существование восьми ценностных зон, которые не имеет смысла рассматривать как иерархически организованные, потому что самоактуализация личности может осуществляться в любой из них. Технически эти самоактуализационные тенденции были получены путем группировки слов из Толкового словаря С.И.Ожегова [10], обозначающих человеческие потребности и ценно-

сти. Сначала были отобраны существительные-ценности различной длины — от трех — до десятибуквенных, после чего проводился омонимический анализ этих слов с использованием специального словаря омонимов [1]. После этого с помощью экспертных оценок слова были сгруппированы по содержанию. Результаты группировки показали, что существительные различной длины образуют одни и те же классы, в которые вошли слова, обозначающие сходные по содержанию потребности и ценности. Таким способом было выделено восемь классов, которые составляют отдельные зоны ценностно-потребностной сферы личности любого человека и в то же время определяют ее самоактуализационные тенденции. Конкретное же содержание этих ценностных зон индивидуально, так как они могут наполняться различными потребностями:

1. Гедонистическая зона, в которую оказались включенными потребности, реализующие принцип удовольствия.
2. Зона безопасности, которая представлена потребностями, отражающими субъективную необходимость защиты личности от различных неблагоприятных воздействий.
3. Эго-зона, наполняемая потребностями, определяющими индивидуалистические стремления и амбиции личности.
4. Экзистенциальная зона, включающая в себя потребности, связанные с действием социальных и политических факторов.
5. Аффiliationная зона, аккумулирующая потребности индивида в межличностных взаимодействиях.
6. Когнитивная зона, наполненная интеллектуальными и познавательными потребностями.
7. Ритуальная зона, в которой сосредоточены потребности, связанные с традициями и отпращиванием различных ри-

туалов, регламентирующих поведение человека.

8. Трансцендентальная зона, содержанием которой являются духовные потребности человека и потребности роста.

Для того чтобы определить индивидуально значимые ценности, обследуемому предлагается назвать по две самые важные для него ценности в каждой из исследуемых зон ценностно-потребностной сферы личности. С этой целью использовался следующий список вопросов:

1. Назовите две ценности, которые доставляют Вам в жизни наибольшее удовольствие.

2. Назовите две ценности, обеспечивающие Вам максимальную безопасность.

3. Назовите две самые важные и значимые для Вашей личности ценности.

4. Назовите две ценности, которые, по-Вашему, составляют основу отношений личности, общества и государства.

5. Назовите две ценности, которые лучше всего определяют Ваши взаимоотношения с другими людьми.

6. Назовите две ценности, которые более всего способствуют Вашему интеллектуальному развитию.

7. Назовите две ценности, в наибольшей степени определяющие устоявшиеся традиционные отношения между людьми.

8. Назовите две ценности, которые более всего стимулируют Ваш духовный рост.

Таким образом, для каждой из выделенных самоактуализационных тенденций эмпирически выбираются две ценности, отражающие индивидуальное содержание соответствующей зоны ценностно-потребностной сферы обследуемой личности, и формируются два списка ценностей, которые впоследствии используются в психологических экспери-

ментах. Необходимость этого была продиктована тем, что в двух разных тахистоскопических тестах нельзя использовать одни и те же стимулы, поскольку обследуемый может их просто запомнить.

Для выявления ведущих ценностных зон и самоактуализационных тенденций личности используются четыре экспериментальные методики: «Тахистоскоп», «Калейдоскоп», «Оценка времени экспозиции значимых ценностей» и «Попарное сознательное сопоставление значимых ценностей». В «Тахистоскопе» используется один список ценностей, в «Калейдоскопе» — другой. Естественно, каждый обследуемый работает со своими индивидуальными списками. Третий список ценностей, который предъявляется в тестах «Оценка времени экспозиции значимых ценностей» и «Попарное сознательное сопоставление значимых ценностей» также формируется самим обследуемым путем выбора из каждой комплементарной пары ценностей 1-го и 2-го списков наиболее для него значимой.

Для определения содержания, которое вкладывается обследуемым в каждую из тестовых ценностей, была разработана специальная техника «метод тетрад», в основу которой было положено понятие индивидуального личного конструкта. Сначала на основе полученной в предыдущих экспериментах информации выявляются четыре самые значимые для обследуемого ценностные зоны — те, которые представлены наиболее часто предпочитаемыми ценностями. Затем каждая из них противопоставляется остальным трем, и это различие обозначается одним словом. Таким образом выявляются ценностные конструкты 1-го порядка, с которыми потом проводится аналогичная операция и формулируются конструкты 2-го порядка. Точно так же на 3-м этапе выявляются ценностные конструкты 3-го порядка. В ре-

зультате этих трех процедур обследуемый в дополнение к 4 ценностям, представляющим самые значимые для него ценностные зоны, формулирует еще 12 слов, раскрывающих субъективное содержание первых.

Далее обследуемый сопоставляет каждое из 16 слов, которые он сам назвал, с остальными 15-ю, из которых требуется отобрать 3, наиболее точно отражающих содержание анализируемого слова. Если отобранные слова совпадают с теми выборами, которые он уже осуществил в процессе эксперимента, то это свидетельствует о высокой ценностной идентичности, то есть ценностной самоидентификации его личности. Если же такого совпадения не наблюдается, то можно предположить, что ценностно-потребностная сфера личности обследуемого содержательно не сформирована, а потому нестабильна. Можно также сказать, что у личности еще не сформировался системный ценностный гештальт. Таким образом, показатель ценностной идентичности способен выступить в роли индикатора стабильности и зрелости ценностно-потребностной сферы личности обследуемого и степени осознанности его ведущих самоактуализационных тенденций.

Компьютерный вариант исследования представляет из себя комплекс программных модулей, написанных на языках программирования C и FoxPro, в которых реализованы следующие экспериментальные процедуры:

1. Ввод социально-демографических данных обследуемого.

2. Формирование списков значимых для испытуемого ценностей для тахистоскопической и калейдоскопической методик. На основе ответов обследуемого на 8 пунктов опросника, формируются 2 списка ценностей, один из которых используется в «Тахистоскопе», другой — в «Калейдоскопе». Два аналогичных

списка ценностей необходимы потому, что обследуемый может просто запомнить ценности, использованные в одной методике, и воспроизводить их в другом тесте по памяти.

3. Сознательный выбор значимых ценностей. Обследуемый выбирает из каждой комплементарной пары слов, соответствующих 8 ценностным зонам и использованным в тахистоскопических методиках, одно, которое, с его точки зрения, описывает более жизненно значимую потребность. Таким образом формируется третий, индивидуальный для каждого обследуемого список слов-ценностей.

4. Тахистоскоп. В течение очень короткого времени испытуемому предъявляются одновременно все восемь слов из первого списка. При каждой экспозиции слова предъявляются в различных возможных комбинациях; при этом всякий раз они окрашены в разные цвета. Испытуемый должен назвать слово, которое ему удалось распознать, а экспериментатор фиксирует названное слово, набирая его на клавиатуре. Для «окрашивания» тестовых слов используются синий, коричневый, зеленый, черный, фиолетовый, красный, желтый и серый цвета. Число экспозиций кратно соответствует количеству используемых слов-ценностей и цветов — 64. Тем самым уравниваются вероятности появления различных слов, окрашенных разными цветами. Время каждой экспозиции 0,01 сек.

5. Калейдоскоп. Испытуемому в течение короткого времени последовательно предъявляются все восемь слов-ценностей из второго списка, каждое из которых «окрашено» в разный цвет. Испытуемый должен назвать слово, которое ему удалось распознать; экспериментатор фиксирует названное слово с помощью клавиатуры. Используемые цвета те же, что и в тахистоскопическом субтес-

те. Число экспозиций также приведено в соответствие с количеством слов-ценностей и цветов — 64 — для того, чтобы сделать процедуру демонстрации цветных слов равновероятной. Время экспозиции каждого тестового стимула 0,01 сек.

6. Определение типа восприятия. Если обследуемый легко справляется с тахистоскопической методикой, но испытывает серьезные затруднения при выполнении «Калейдоскопа», то диагностируется симультанный тип восприятия — целостный, синтетический. В случае многочисленных ошибок в «Тахистоскопе» и хорошего выполнения калейдоскопической методики квалифицируется сукцессивный перцептивный тип, то есть последовательное, аналитическое восприятие. При качественном выполнении обоих тестов определяется универсальный перцептивный тип, а если затруднения фиксируются в обеих тахистоскопических методиках, то квалифицируется проблемный тип восприятия. Этот тип, скорее всего связан с какой-то патологией зрительного восприятия.

7. Оценка времени экспозиции значимых ценностей. Обследуемому на 1,15 сек. предъявляется каждое из восьми слов-ценностей 3-го списка. После того, как слово исчезнет с экрана монитора, он воспроизводит точно такой же временной интервал, в течение которого это слово экспонировалось на экране, но на нейтральном белом фоне. Отмеренный обследуемым интервал контролируется системным таймером. Каждый раз предъявляемое слово окрашивается в разный цвет. Так как число ценностей 8, число цветов — тоже 8, то количество возможных комбинаций цветных ценностей — 64. Поэтому число экспозиций в этом тесте — 64.

8. Парное сознательное сопоставление. Обследуемому попарно предъявляются слова из им же самим составлен-

ного списка, окрашенные каждый раз в разные цвета. Из пары нужно выбрать то слово, которое обозначает более лично значимую потребность. Каждое из восьми тестовых слов должно быть сопоставлено с остальными, поэтому общее число сравнений — 56, так как слова не сопоставляются сами с собой. На втором этапе этого субтеста из каждой пары слов выбирается то, которое обозначает потребность, с точки зрения тестируемого более легко удовлетворимую. Индекс внутриличностного конфликта в каждой из зон ценностно-потребностной сферы личности вычисляется как разность между числом предпочтений соответствующей потребности по критерию личностной значимости и субъективной доступности.

9. Ценностная идентичность. На основе результатов предыдущего теста из 8 отобранных обследуемым слов, описывающих зоны ценностно-потребностной сферы личности (3-й, индивидуальный список), отмечаются 4, наиболее часто им предпочитаемые. Связанные с ними 4 ценностные зоны квалифицируются как ведущие самоактуализационные тенденции, и в тесте «Ценностная идентичность» обследуемый работает только с ними. На первом этапе эксперимента ему предлагается сравнить каждое из этих 4-х слов с тремя остальными и определить, чем оно от них отличается. Это отличие обследуемый формулирует другим словом. В результате этих четырех сопоставлений выделяются 4 конструкта 1-го порядка. Далее обследуемый аналогичным образом сопоставляет конструкты 1-го порядка и формулирует конструкты 2-го порядка. Таким же способом из конструктов 2-го порядка выводятся конструкты 3-го порядка. Аналогично триадам, использованным Дж.Келли в «Репертуарных решетках», этот методический прием получил название «метода тетрада», так как в сопоставлении участвуют

не три, а четыре слова. В итоге обследуемый формулирует 12 конструкторов (4 конструктора первого порядка, 4 — второго и 4 — третьего). Если в этот список добавить 4 статистически наиболее часто выбираемые ценности, то получится 16 слов, произведенных самим обследуемым. Качественный анализ этих слов-ценностей и соответствующих им конструкторов позволяет определить индивидуальное содержание личностно значимых зон ценностно-потребностной сферы личности и самоактуализационных тенденций обследуемого. На втором этапе этого эксперимента каждое из 16 актуализированных обследуемым слов сопоставляется с остальными 15-ю; при этом из всего списка выбираются 3, которые наиболее точно и полно отражают содержание анализируемого слова. Компьютерная программа подсчитывает число совпадений этих выборов с результатами предыдущего этапа эксперимента, на котором обследуемый формулировал конструкторы. Степень этого совпадения оценивается количественно с использованием 80-балльной шкалы. У субъекта, набравшего максимальное количество баллов — 80 — квалифицируется абсолютная ценностная идентичность, свидетельствующая о целостности и сбалансированности его ценностно-потребностной сферы личности, а также о полной осознанности его самоактуализационных тенденций: человек хорошо знает, чего он хочет. Противоположный случай, когда индекс ценностной идентичности 0 баллов, свидетельствует о содержательной несформированности ценностно-потребностной сферы личности и об отсутствии осознанных представлений о своих потенциальных возможностях.

10. Ассоциации на слова. В течение короткого времени испытуемому предъявляются слова из 3-го, индивидуально-го списка, каждый раз окрашенные в различные цвета, и на каждое из которых он

как можно быстрее должен ответить другим словом, первым пришедшим ему на ум. Общее число экспозиций — 64, так как каждое слово должно быть представлено 8 раз в разном цвете. Экспериментатор фиксирует названное слово, набирая его на клавиатуре, а латентное время ассоциации контролируется с помощью системного таймера. Если конструкторы, полученные с помощью «метода тетрадь», позволяют вскрыть когнитивный компонент сформулированных обследуемым ценностей, то ассоциативный эксперимент дает возможность выявить их эмоциональное содержание, так как предполагается, что самая первая ассоциация — самая эмоционально значимая.

11. Ценностно-цветовая ассоциация. Испытуемому предлагается ответить, с каким цветом ассоциируется у него каждое из восьми им же самим отобранных слов-ценностей из 3-го, индивидуального списка.

12. Субъективная оценка общего времени тестирования. Испытуемого просят оценить, сколько времени в минутах длился весь эксперимент. Если эта оценка меньше реально затраченного времени, фиксируемого с помощью системного таймера, то можно предположить, что эксперимент представляет для обследуемого определенный интерес.

В этой экспериментальной серии реализована попытка выявить истинные связи ценностно-потребностной сферы личности с бессознательными цветовыми предпочтениями. Выбирая ценность, обследуемый выбирает и цвет, хотя такой задачи перед ним не стоит. Поэтому выбор цвета в этом эксперименте действительно бессознательный.

Выводы

1. Несмотря на обилие терминов, использующихся для описания содержательного ядра личности, в психологии

нет понятия, указывающего на инвариант, обязательно присутствующий в любой личности. В результате само понятие «личность» растворяется в непрерывно меняющихся динамических характеристиках.

2. Возможности экспериментального изучения ценностных систем ограничены имеющимся в распоряжении исследователя арсеналом психологических методов. А глубинные личностные структуры с помощью «сознательных» методик, в частности, путем опроса, исследовать невозможно, так как в этой ситуации нормальная социализированная личность склонна следовать многочисленным социально одобряемым поведенческим шаблонам, выработанным в процессе социализации и закрепленным в «Я»-концепции.

3. Не только личность, но и человеческую мотивацию необходимо рассматривать в двух аспектах: процессуальном и содержательном. В первом случае — это процесс превращения потребности в мотив, а потому, учитывая его формально-динамический характер, следует употреблять понятие «процесс мотивации». Если же исследуется содержательное ядро личности — индивидуальная система побуждений и ценностей, используется термин «ценностно-потребностная сфера личности». Изучая процессуальный аспект мотивации, исследователь пытается ответить на вопрос «как формируется поведение?», в случае содержательного ее анализа требуется выяснить «что является его настоящей причиной?»

4. Ценностно-потребностная сфера личности — это уникальная иерархия индивидуальных потребностей, упорядоченная системой архетипических ценностных матриц, представляющих собой обобщенное родовое наследие индивида, и формирующаяся под влиянием одобряемой групповым большинством и

государством системы общественных ценностей. С одной стороны, это номинальная система общественных ценностей, в которую как в «прокрустово» ложе укладываются индивидуальные потребности человека, с другой — это проекция глубинных архетипических ценностных форм, родовых мыслительных стереотипов на индивидуальную потребностную структуру. Таким образом, ценностно-потребностная сфера личности — это «компромисс» индивидуальной потребностной иерархии с системами общественных и коллективных архетипических ценностей.

5. Принципы тахистоскопического предъявления цветовых стимулов, субъективной оценки продолжительности цветовых экспозиций и проективного сопоставления неопределенно сформулированных ценностей могут быть эффективно реализованы в конкретных методиках экспериментально-психологического исследования ценностно-потребностной сферы личности.

6. Системное использование методологических принципов тахистоскопического предъявления стимулов, субъективной оценки продолжительности экспозиции, проективного сопоставления ценностей, а также индивидуального моделирования личных конструктов в экспериментально-психологическом исследовании предоставляет шанс создать ситуацию действительно бессознательной выбора ценностей и цвета, а также изучить не только структуру ценностно-потребностной сферы личности, но и индивидуальное содержание ее ценностных зон.

Литература

1. Ахманова О.С. Словарь омонимов русского языка. — М., 1986. 448 с.
2. Бодров В.А., Ложкин Г.В., Плющ А.Н. Нелинейная модель мотива-

- ционной сферы личности // Психологический журнал. Т. 22. 2001. № 2. С. 90–100.
3. *Лебедева Н.М.* Ценностно-мотивационная структура личности в русской культуре // Психологический журнал. 2001. Т. 22. № 3. С. 26–36.
 4. *Люшер М.* Сигналы личности. Ролевые игры и их мотивы. — Воронеж, 1993. 160 с.
 5. *Маслоу А.* Мотивация и личность. — СПб.: Евразия, 1999. 478 с.
 6. *Маслоу А.* Новые рубежи человеческой природы / Пер. с англ. — М.: Смысл, 1999. 425 с.
 7. *Морогин В.Г.* Экспериментально-психологическое исследование ценностно-потребностной сферы личности (теория и практика) // Дисс. ... докт. психол. наук. — Томск, 1999.
 8. *Морогин В.Г.* Ценностно-потребностная сфера личности. — Томск: ТГПУ, 2003. 357 с.
 9. *Ницше Ф.* Антихристианин // Сумерки богов / Пер. с нем. — М., 1989. С. 17–93.
 10. *Ожегов С.И.* Словарь русского языка. 70000 слов. — М., 1989.
 11. *Олпорт Г.* Личность в психологии / Пер. с англ. — М.: КСП+; СПб.: Ювента, 1998. 345 с.
 12. *Прошанский Г.М.* Проективное использование цвета // Проективная психология. — М., 2000. С. 377–406.
 13. *Серый А.В., Яницкий М.С.* Ценностно-смысловая сфера личности. Учебное пособие. — Кемерово, 1999. 91 с.
 14. *Симонов П.В.* Эмоции и воспитание // Вопросы философии. 1981. № 5.
 15. *Спиноза Б.* Этика / Пер. с лат. — СПб., 1993. 247 с.
 16. *Франкл В.* Человек в поисках смысла. — М., 1990.
 17. *Франкл В.* Воля к смыслу / Пер. с англ. — М.: Эксмо-Пресс, 2000. 368 с.
 18. *Фрейд З.* Разделение психической личности. Тридцать первая лекция // Психологический журнал. 1988. Т. 9. № 6. С. 139–151.
 19. *Фресс П.* Восприятие времени // Экспериментальная психология / Под ред. А.Н.Леонтьева. Вып. 6. — М., 1978.
 20. *Хекхаузен Х.* Мотивация и деятельность // Под ред. Б.М.Величковского / Пер. с нем. — М., 1986. Т. 1. 406 с. Т. 2. 391 с.
 21. *Эткинд А.М.* Цветовой тест отношений // Практикум по психодиагностике. Психодиагностические материалы. — М.: МГУ, 1988.
 22. *Юнг К.Г.* Психологические типы / Пер. с нем. — М., 1996.
 23. *Юнг К.Г.* Сознание и бессознательное / Пер. с англ. — СПб. — М., 1997.
 24. *Яницкий М.С.* Психологические факторы и механизмы развития системы ценностных ориентаций личности // Дисс. ... докт. психол. наук. — Новосибирск, 2000.
 25. *Allport G.W.* Pattern and growth in personality. — NY, 1961.
 26. *Kluckhohn C., Strodtbeck F.L.* Variation in value orientation. — Evanston. IL.: Row Peterson, 1961.
 27. *Rokeach M.* The Nature of Human Values. — L. — NY, 1973.
 28. *Schwartz S.H.* Universals in the structure and content of values: Theoretical advances and empirical tests in 20 countries / Ed. M.P.Zanna. Advances in experimental social psychology. — Orlando. FL.: Academic, 1992. V. 25. P. 1–25.
 29. *Schwartz S.H.* Are there universal aspects in the structure and contents of human values? // J. of Social Issues. 1994. V. 50. P. 19–45.

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ОБЩЕСТВЕННОГО РАЗВИТИЯ

Агеева Д.А., Лепехин Н.Н.

ПЕРЕГОВОРНОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ КАК ИНСТРУМЕНТ ПРИНЯТИЯ УПРАВЛЕНЧЕСКИХ РЕШЕНИЙ

Переговоры это специфическая форма взаимодействия субъектов, имеющих несовпадающие, вплоть, до противоположных, интересы. Продуктом такого взаимодействия является достижение взаимоприемлемого результата в виде соглашения или договоренности, которую стороны рассматривают как руководство к дальнейшим действиям. Необходимой основой переговорного взаимодействия является целенаправленная и осознанная коммуникация обеих сторон, сфокусированная на предмете переговоров, причем, наряду с осознаваемыми мотивами и коммуникативными действиями участников в реальном переговорном процессе присутствуют также и неосознаваемые мотивы и, соответственно, неосознаваемые, вербальные и невербальные, коммуникативные действия.

Существует расширительное и узкоспецифическое понимание переговоров. Согласно расширительному толкованию переговоров практически любая коммуникативная ситуация, затрагивающая финансово-экономические или иные интересы сторон, считается переговорной. С этой точки зрения, лицами, ведущими переговоры, автоматически, «по должности» становятся продавцы, агенты по недвижимости, сотрудники по работе с клиентами и, конечно же, все мы в роли покупателей. Расширительное толкова-

ние также считает переговорами те ситуации коммуникативного взаимодействия, где присутствует обмен мнениями и стремление сторон убедить друг друга в преимуществах их точек зрения. Такое толкование привлекает внимание к необходимым для переговоров коммуникативным умениям, прежде всего умению выстраивать аргументацию, но оно, вместе с тем, утрачивает конкретную специфичность *переговорной ситуации*, отличающую ее от других ситуаций делового взаимодействия, например ситуаций купли-продажи.

Однако далеко не каждая коммуникативная ситуация предполагает ведение *реальных переговоров*. Например, в одном банке руководство выделило немалые средства на тренинг, предполагающий проведение деловой игры «Двусторонние переговоры». Деловая игра была рассчитана на участников, в сферу ответственности которых входило принятие финансовых решений на основе совместного обсуждения интересов сторон. Однако, при анализе должностных обязанностей обучаемых менеджеров, было обнаружено, что должностные инструкции менеджеров, не наделяли их полномочиями и финансовой ответственностью *вести переговоры*, требующих проявления инициативы при отстаивании интересов и права принятия

самостоятельных решений. В данном банке термин «ведение переговоров» широко использовался в лексике менеджеров среднего звена, но он подразумевал лишь *продажу заранее* сформированного пакета кредита и параметров его обслуживания, без возможности обсуждения и пересмотра его условий, а также информирование о предоставляемых услугах, разъяснение порядка проведения банковских операций и содержания инструктивных документов.

Согласно узкому или специфическому пониманию переговоров потребность в переговорах возникает при наличии конкретной *переговорной ситуации*. Переговорная ситуация возникает тогда и там, где имеется цель достижения совместного результата при несовпадающих интересах сторон, но при этом отсутствует полная и всеобъемлющая регламентация действий взаимодействующих сторон, их прав и обязанностей, их взаимоотношений и правил обмена результатами деятельности, как со стороны социально-юридических нормативов, так и со стороны морально-этических норм.

Один из представителей французской школы переговоров комментирует это обстоятельство так: «Переговоры относительно применения или интерпретации закона не ведутся, как нельзя вести переговоры и о невмешательстве представителей закона или об объявлении приговора судьей. Там, где существует компетентная власть для управления делами, нет места для свободной дискуссии между соперничающими сторонами...» [1].

Более того, согласно критическому взгляду данного автора, распространение переговорной практики явилось ответом на кризис регулирующих структур общества и усложнение порядка функционирования организаций. Можно сказать, что необходимостью вести переговоры и участвовать в переговорах люди расплачиваются за введение в практику

общественной жизни принципа свободы личности и, как следствие, отсутствие тотального контроля и всесторонней регламентации.

Отсюда можно сделать вывод, что одной из причин актуальности переговорной практики в обществе и бизнесе является невозможность всеобъемлющего нормативно-юридического регулирования взаимодействия организаций, а также физических лиц. Другой причиной является несомненное ослабление и размывание регулирующей функции моральных императивов в условиях взаимодействия и взаимопроникновения различных культур.

Позитивная трактовка переговоров, тем не менее, утверждает, что распространение практики переговоров следует воспринимать как принятие взаимоположительных, вместо конфронтационных, установок в отношении друг друга, возрастание взаимного доверия и способностей людей участвовать в принятии совместных решений. Автор концепции перманентных переговоров Д. Чалвин комментирует данную ситуацию так: «потребность в общении и во взаимоотношениях растет — без возможности использовать власть и без надежды на быстрое выполнение нормативных обязательств более или менее часто вести переговоры приходится каждому: чиновнику со служащим, коммерсанту с производителем, контролеру бюджета с властными структурами, подчиненному с начальником, руководителю подразделения с сотрудниками»... [2].

Таким образом, социальная функция переговоров заключается в том, что в результате их успешной реализации в социальное взаимодействие вносятся: предсказуемость, порядок, разграничение сфер ответственности, границы деятельности, права и обязанности, утраченные в результате исчезновения тотальной власти и регламентации.

Психологическая функция переговоров выражается в обретении сторонами самореализации, определенности, уверенности и безопасности, — основанных уже не на принуждении сторон властью права, а на их добровольном и сознательном согласии в отношении выполнения своих обязательств. На фоне отчуждения личности от институтов официальной власти переговоры дают возможность расширения свободы своего личного «я» и нахождения приемлемого урегулирования ситуации при столкновении с интересами другого человека и жесткими регламентами организаций.

Поэтому переговоры больше не воспринимаются как прерогатива политиков и коммерсантов, а становятся повседневной практикой, нормальным способом взаимодействия между людьми в условиях отсутствия нормативно-обязательной регламентации деятельности сторон. Цель переговорного взаимодействия заключается в достижении обоюдно приемлемого результата, к которому стремятся две или более сторон, участвующие в процессе совместного обсуждения условий переговорной ситуации. Этому процессу изначально присуще внутреннее противоречие, так как каждая из сторон в качестве приоритета рассматривает достижение именно своих целей и поэтому стремится получить для себя наиболее выгодный результат, даже в ущерб интересам другой стороны. Поэтому важнейшей особенностью переговорной коммуникации является обнаружение, определение, уточнение, обсуждение и согласование так называемых «переменных» — факторов, которые могут изменяться и по-разному проявляться при заключении различных вариантов соглашений.

Например, при обсуждении стоимости покупки, цена сама по себе является переменной, но ее обсуждение можно и необходимо увязывать с другими переменными, такими как условия платежа,

сроки, скидки, оплата доставки, доп. услуги и т.д., для каждой из которых имеется диапазон приемлемых возможностей или *переговорное поле*. В совокупности все переменные переговоров определяют *проблемное поле переговорной ситуации*, на котором сторонами ищется приемлемый, с учетом всех переменных, вариант соглашения. Поэтому задача аргументации в переговорах заключается не в достижении согласия другой стороны как при простой купле-продаже, но в получении согласия в обмен на определенные условия данного соглашения. Именно эти условия становятся объектом обсуждения и объектом торга: «если я соглашусь на это, вы сделаете мне то».

Общее число переменных может быть большим, чем изначально предполагали стороны, и если они выявят эти переменные в процессе обмена информацией (переговорного взаимодействия), они тем самым улучшат свои возможности маневра на проблемном поле. Следует понимать, что одновременный учет многих переменных для успешной ориентации в проблемном поле переговорной ситуации требует не только коммуникативных умений, но и предполагает, в первую очередь, наличие незаурядных аналитических способностей. Кроме этого для анализа требуется время, поэтому хорошая переговорная «партия» неизбежно не самая быстрая.

Для достижения обоюдно приемлемого результата и, одновременно, отстаивания индивидуальных целей участники в процессе переговоров используют совместный анализ проблемного поля (или поля интересов) переговорной ситуации, а также разнообразные стратегии и тактики продвижения индивидуальных целей. Например, широко распространена удобная с точки зрения обыденной «психологии здравого смысла» тактика справедливого соотношения «уступок» и «приобретений» или переговорный торг.

В тоже время исследователями переговорной практики предлагались различные модели конструктивных переговоров, каждая из которых фокусировала внимание на внесение конструктивности в различные аспекты переговорного процесса. В качестве наиболее своеобразных можно выделить следующие модели конструктивных переговоров [3]:

- гуманистическая модель беспринципных переговоров (переговоры без поражения) (Т.Гордон, 1980; G.I.Nierenberg, 1970);
- рациональные (принципиальные) переговоры (Р.Фишер и В.Юри, 1982);
- постоянные дозированные переговоры (Д.Чалвин, 1978; 1997);
- модель конструктивной переговорной коммуникации (Л.Белланже, 1999).

Анализ возможностей и ограничений данных моделей переговорного взаимодействия показывает, что они носят не универсальный характер, а, наоборот, их эффективное использование обусловлено спецификой возникающей переговорной ситуации [4].

Наряду с деловой направленностью переговорного взаимодействия — на результат, в нем также присутствует и личная направленность участников переговоров — на удовлетворение нематериальных эголичностных мотивов. Интересно, что «приобретения» в отношении удовлетворения эго-мотивов, могут дать основания для «уступок» в отношении результата. Ущемление же личных психологических мотивов, как правило, делают позицию в отношении «уступок» очень жесткой. Данные обстоятельства межличностного характера создают дополнительные предпосылки для широкого многообразия психологических коллизий, возникающих в процессе переговоров.

Для того, чтобы уменьшить риск межличностных противоречий в переговорных обсуждениях они строятся на основе определенного ритуала (регламента),

о котором стороны также договариваются на первоначальной стадии взаимодействия и который они рассматривают как способ правильного, законного обсуждения. Вполне закономерно в качестве элементов данного ритуала рассматривать правила и техники коммуникации, обеспечивающие наиболее эффективный информационный обмен и сдерживающие непродуктивную эмоциональную динамику.

Предпосылкой успешных переговоров как особого вида делового взаимодействия является восприятие и осознание ситуации взаимодействия как переговорной, то есть понимание тех переменных ситуации, относительно которых возможно и необходимо вести обсуждение для достижения взаимной договоренности. Такое восприятие должно быть у обеих сторон, в противном случае одна из сторон может воспринять ситуацию, как либо бесперспективную, либо конфликтную.

В современной организации переговорные ситуации возникают не только на границах организации с внешней бизнес-средой, но и внутри организации. Организация представляет собой совокупность подразделений, отделов, отдельных работников, которые с одной стороны, связаны взаимной зависимостью, а с другой — стремятся к независимости. Современные тенденции в организациях — ориентация на рынок и стремление к предпринимательству, децентрализация, усиление ответственности и самостоятельности подразделений, возникновение горизонтального соперничества постоянно создают условия для возникновения переговорных ситуаций. Когда стороны обладают разными интересами, но зависят друг от друга, когда «силовые», статусные различия работников не являются решающими, а наоборот, проявляется практическая невозможность всесторонней и всеобъемлю-

щей регламентации со стороны единоличного руководства, тогда возникает востребованность и необходимость переговорной практики в управлении. Достижение согласия в отношении принятия решений при различных интересах путем переговоров создает преимущества обеим сторонам, поскольку позволяет увязать интересы организации с эго-мотивами работников. В этом случае переговоры как раз тот необходимый метод принятия решений, который позволяет прийти к решению наиболее приемлемому для организации, для менеджмента, для персонала.

До недавнего времени ведение переговоров внутри организации не рассматривалось как особый инструмент руководства или как специальный способ справляться с проблемами внутри организации. Однако в настоящее время условия для управляющих воздействий все чаще складываются так, что хорошо знакомые инструменты управления, такие как приказ, контроль или вмешательство с вышестоящего иерархического уровня, часто либо не срабатывают по субъективным причинам, либо оказываются неосуществимыми из-за неучета факторов бизнес-среды, либо мало эффективны. Поэтому во внутриорганизационном взаимодействии между работниками любого уровня неизбежно возникают ситуации принятия решений, требующие переговорного взаимодействия сторон.

Можно выделить наиболее заметные группы проблем, создающих предпосылки для переговорных ситуаций в организации:

- 1) распределение ресурсов: финансовых, людских, материальных, информационных;
- 2) распределение ответственности, власти, решаемых задач, определение способов достижения результата;
- 3) оплата труда и компенсации;

4) выполнение работ, не отмеченных в должностных обязанностях и инструкциях.

В настоящее время наиболее распространенной переговорной практикой внутри организаций являются переговоры в отношении регулирования оплаты труда между работодателем и работником (или представителями коллектива работников). В таких ситуациях принятие решений по поводу интересов организации, руководителя, работника, определения стоимости работы или услуг в отсутствии строгой регламентации и нормативно-обязательных правил, возможно через практику переговоров. На примере переговорных ситуаций этого типа ярко видно, без учета эго-мотивов достижение соглашения весьма проблематично.

При горизонтальном взаимодействии руководителей и специалистов необходимость переговоров возникает в ситуациях, когда лицо, к которому обращаются с просьбой о действиях, запросом информации и т.п., отказывается выполнять просьбу, идет только на формальное сотрудничество или начинает действовать в своих интересах. Причинами, блокирующими взаимодействие могут быть: нежеланием тратить время, наличием других дел, несовпадение со сферой ответственности и т.п., то есть наличием интересов, не совпадающих с интересами инициатора. Причем наряду с причинами материального характера, не меньшую роль могут играть и чисто психологические мотивы. В таких случаях инициатору контакта необходимо подумать о том, как и какие интересы адресной персоны, он может удовлетворить, чтобы получить искомое.

Каждое важное решение в организациях в определенной степени означает «перетягивание каната» между заинтересованными сторонами. Выработка стратегии организации, смещение планов и распоряжений, распределение персона-

ла, бюджетов, сил, важных проектов, площадей в зданиях, степень автоматизации производственных процессов — все это часто представляет собой спорные вопросы, решение которых может быть более успешно путем переговоров.

Таким же образом, при разработке и реализации планирования необходимо учесть все доступные средства и ресурсы, среди которых, наряду с финансовыми и материальными, неизбежно присутствуют человеческие ресурсы, а точнее конкретные руководители и специалисты. Они имеют не только свой профессиональный, волевой и творческий потенциал, но и свои личные интересы, без учета которых любые планы могут оказаться написанными только на бумаге.

Наряду с этим, особым типом внутриорганизационных переговоров является использование переговоров как стиля управления руководителя по отношению к конкретному подчиненному. В таких ситуациях, конечно, речь не идет о том, выполнять или нет распоряжение вышестоящего руководителя. Но ситуация по типу переговорной возникает тогда, когда обсуждаются возможные условия работы, необходимые ресурсы и запрашиваемое вознаграждение.

Переговоры становятся все более распространенным инструментом управления в связи с тем, что все большее количество специалистов хотят участвовать в решении важных для них проблем, чтобы реализовать свои идеи, и все меньше остается людей готовых безоговорочно подчиниться чужой компетентности. Поэтому родилось выражение, что практический менеджмент это постоянные переговоры. Уже на этапе постановке цели, наряду с вопросом, на который можно ответить единолично: «Что я хочу достичь?» — возникает следующий вопрос: «В чем состоят трудности и проблемы, которые необходимо преодолеть, разрешить, чтобы моя цель была достиг-

нута?» Последний вопрос предполагает, что его разрешение зависит от воли других людей, их интересов, а, следовательно, неизбежность переговоров.

В целом, можно сказать, что, успешная практика переговоров в организации предполагает наличие определенных отношений между вовлеченными в него сторонами, которые, по мнению В.Мастенбрука [5] характеризуются:

- сравнительно сильной степенью взаимозависимости;
- нескрываемым обоюдным наличием собственных интересов;
- отсутствием явного силового преимущества одной стороны над другой.

Одна из моделей принятия управленческих решений на основе переговоров была предложена Д.Чалвином [2], который исходил из необходимости динамического равновесия Власти — Подчинения — Переговоров в практике управления организацией. Согласно модели Д.Чалвина, переговоры являются характерной чертой культуры организации (предприятия, учреждения), находящейся в такой бизнес среде, в которой внешние факторы постоянно меняются, вызывая соответствующие требования об изменении и факторов внутренней среды.

Переговорное взаимодействие в организации может рассматриваться не только как ответ на возникновение переговорных ситуаций в управлении, но и как механизм повышения эффективности управления. Переговорная практика положительно влияет на гомогенность организационной культуры, адаптацию структуры управления к требованиям бизнес-среды, механизм выработки и принятия решений, мотивирование персонала, информационный обмен, развитие коммуникаций. Это влияние обеспечивается:

1. Принятием решений, которые при имеющихся ресурсах и необходимых затратах учитывают интересы заинтересо-

ванных сторон. Человек, чьи интересы не ущемляются, а более того, поддерживаются и учитываются, более лоялен по отношению к организации, а преданность — это фактор, влияющий на производительность работника.

2. Принятием нестандартных, креативных решений, улучшающих существующие бизнес-процессы.

3. Повышением эффективности персонала путем участия их в управлении, делегирования им полномочий и вовлечение в принятие решений. Работники выполняют решения более мотивировано, если они принимают участие в их выработке, нежели тогда, когда им навязали решение в одностороннем порядке.

Имеют ли переговоры как способ решения внутриорганизационных коллизий преимущество перед другими способами управленческого воздействия? Ответ будет положительным только в том случае, если, с одной стороны, наличие реальный дефицит эффективности традиционных инструментов руководства, а с другой стороны у работников организации, включая руководителей, объективно имеется необходимое количество «степеней свободы», позволяющих им быть полноценными переговорщиками. Кроме этого у участников переговоров должна быть установка на взаимопонимание интересов, солидарность «мы против проблемы» и, особенно, уважение к личности вне зависимости от разногласий.

Условия, которые делают переговорное взаимодействие естественной чертой организационной культуры и эффективной управленческой практики можно объединить в две группы:

1. **Личностные.** К этой группе относятся различные характеристики человека, который включен в процесс переговоров: установки, направленность, коммуникативные, аналитические навыки, эмоциональная сфера, агрессивность, самооценка, готовность учитывать инте-

рессы другого, способность отзываться на предложения, слушать, возможность видеть и принимать ценность другого, умение взаимодействовать и прочее.

2. **Организационные** — это особенности среды, в которой проходят переговоры, те характеристики организации, которые влияют на эффективность переговоров.

К ним относятся: **структура организации, этап развития организации, сфера деятельности организации, механизм финансирования, организационная парадигма или культура, стиль руководства, степень стабильности внешней среды.** Рассмотрим их более подробно.

1. **Параметр структуры организации** подразумевает количество ступенек власти в организации. Классическая организационная структура, распространенная в наши дни, — пирамида. Отдельные функциональные подразделения наделяются одинаковыми обязанностями. В координации и контроле наблюдается сильная доля иерархичности. Последним фактором можно объяснить тот факт, что у подразделений есть мало шансов на проведение переговоров между собой: настолько многое решается и регулируется представителями верхних эшелонов власти, что для переговоров иногда просто нет тем.

В сильно иерархизированной организации, где большая дистанция между управленцем и исполнителем, переговоры могут носить многоэтапный характер, а согласование на каждой ступени сопровождается потерей ценной информации.

Поэтому более «плоские» организационные структуры имеют больше предпосылок для успешного использования переговоров в принятии решения.

В контексте структуры организации можно выделить два типа переговоров: вертикальные и горизонтальные. Вертикальные переговоры имеют место, когда

договаривающиеся стороны обладают различным статусом в организации, например переговоры между руководителем и исполнителем. Особенность и опасность вертикальных переговоров внутри организации связана с неравными силами. Когда различия в «силовых» характеристиках слишком очевидны, то и поведение сторон отличается манипуляцией и эксплуатацией с одной стороны, и покорностью и недовольством с другой. Определенный баланс сил и осознание того, что стороны нуждаются друг в друге, — необходимое условие для конструктивных переговоров.

Горизонтальные переговоры имеют место, когда стороны занимают одинаковое положение в иерархической структуре организации, например переговоры между подразделениями продаж и закупок. Но формально одинаковое положение подразделений (людей) на иерархической лестнице не означает равенство их в силовом отношении. Политика организации определяет расстановку сил. На примере торговой организации понятно, что в норме подразделение продаж наверняка имеет большую силу, так как именно оно приносит прибыль.

В «плоских» организациях переговоры идут быстрее, здесь меньше различий в силе сторон. Кроме того, если организация малочисленная, то цели каждой стороны известны и понятны. Параметр вертикальность/горизонтальность переговоров в таких организациях сглажен.

В настоящее время интернет все больше становится средой ведения бизнеса, сюда выходят организации в надежде получить новые возможности развития своего бизнеса и привлечь новых клиентов. Появилась новая организационная структура — виртуальная организация, которая создается для выполнения какой-либо работы или реализации возникающей потребности. Она появляется в нужное время в нужном месте для

реализации возможностей и исчезает после достижения цели. Связи и элементы виртуальной организации представляют равноправное сотрудничество «свободных художников», рабочих групп, отделов и целых организаций на основе аутсорсинга, причем отношения каждый раз выстраиваются по-новому и только на этапе реализации конкретного проекта.

Единой культуры у виртуальной организации не существует благодаря множественности субъектов и разнообразия сетей, а также самой идеи, направленной не на иерархию идей и единую культуру, а на равноправие, взаимодополнение различных участников. Кроме того отношения в интернете возможно построить только на добровольном сотрудничестве [6]. В ситуации необходимости учета интересов партнеров, переговоры являются неотъемлемым и единственно возможным способом принятия решений.

2. Для рассмотрения второго параметра — **этапа развития организации** — обратимся к типологии развития организации, которая определяет условия управленческой эффективности для различных фаз развития организации. Первая — пионерская — фаза развития организации характеризуется тем, что взаимоотношения пионера (руководителя) со всеми его людьми (сотрудниками персоналом) непосредственные и прямые, предприниматель непосредственно дает задания мастерам и рабочим. Прямые контакты полезны потому, что они делают возможным множество вторичных коммуникаций, и всякое задание приобретает персональный характер. Благодаря психологической близости руководства и исполнителей коммуникации становятся близкими и действенными. Формализация коммуникаций и особые информационные линии еще не нужны. Управление в пионерской фазе ориентировано в первую очередь на людей, осо-

бенности работы подбираются под способности, возможности интересы людей (рис. 1) [7].

Эти особенности делают переговоры в молодой организации наиболее эффективным способом руководства, принятия решения, распределения задач и часто используются руководством интуитивно при решении текущих проблем.

3. Сфера деятельности организации, по нашему мнению, также должна влиять на необходимость и полезность переговоров в управленческой практике. Производственные организации меньше предрасположены к данному процессу. Определенные технологии предъявляют более жесткие требования и к навыкам, и к ресурсам, выпадение или недостача которых нарушает процесс. Их точность и постоянство — залог стабильности предприятия. Обсуждения здесь не имеют смысла.

Торговые организации больше предрасположены к переговорному процессу, так как процесс продажи более мобилен, он не имеет единственно верного сценария. Возможно большее количество степеней свободы при достижении одного и того же результата. Здесь приемлем переговорный способ управления, позволяющий перестроить формы работы в ответ на инициативу персонала.

Возможностью использования переговорной практики в управлении несомненно обладают научно-исследователь-

ские и творческие организации в силу того, в данной сфере нормативная и приказная регуляция деятельности мало эффективны.

4. Механизм финансирования. Довольно понятна позиция: кто дает ресурс, тот принимает решение о том, как им распоряжаться. Отсюда можно сделать вывод, что бюджетная исполнительская организация почти лишена роскоши вести переговоры, поскольку сами параметры бюджета носят нормативно-регулирующий характер. Здесь указания спускаются сверху и часто облегаются в форму закона. Кроме того, в бюджетной организации очень четко обозначены обязанности руководителей и служащих.

В отличие от этого организация, функционирующая на коммерческих принципах, добровольно выбирает сферу приложения финансовых ресурсов, сама решает, чем и как ей заниматься, сама находит ресурсы и управляет ими, и сама несет возможные риски. Именно поэтому умение вести переговоры как за пределами, так и внутри организации является одним из ключевых.

Некоммерческие, ныне довольно распространенные организации, используют механизм финансирования на основе грантов. Скорее всего, это смешанная форма, имеющая ограничения по направлению деятельности, а вот расходование ресурсов контролируется менее жестко. Донорам важнее конкретные результаты, нежели способ их получения, следовательно, здесь возможны переговоры в отношении способов достижения результата.

5. Возможность ведения переговоров является неотъемлемой частью **организационной культуры**, которая при возникновении нестандартной проблемы ограничивает возможные действия работника, предлагая «правильное» на-

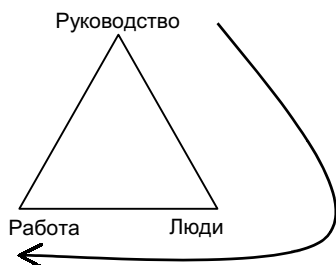


Рис. 1. Управление в пионерской фазе

правление, то есть «как это принято делать в нашей организации».

Организационная культура — ключевой фактор, определяющий возможность переговорного процесса внутри организации. Рассматривая данный параметр, обратимся к парадигмам организации, предлагаемому Лари Константин. Согласно его концепции, суть (характер) корпоративной культуры определяется тем, что он назвал организационными парадигмами. Организационная парадигма — это образ (модель), включающий в себя совокупность основополагающих и часто неявных представлений сотрудников о том, что такое организация, какой она может быть и какой она должна быть, а также способ восприятия и осмысления организационной действительности.

Организационные парадигмы, описанные Л.Константином, различаются тем, как и какие ценностные приоритеты, они устанавливают, и тем, как они решают некоторые фундаментальные и неизбежные проблемы, такие как преемственность и изменения, общность и разнообразие, индивид и группа, традиции и инновации — словом, как организация «обращается» со всем тем, что составляет ядро ее культуры. Такие параметры организационной среды как степень иерархичности, инновационность (разнообразие), степень консенсуса при принятии решений, единство действий в свою очередь, определяют четыре организационные парадигмы: иерархическую (закрытую), хаотическую (случайную), открытую, синхронную [8]. Каждая модель отличается специфическим набором характеристик и отражает определенную организационную культуру. Остановимся на тех, которые по нашему мнению наиболее способствуют переговорам внутри организации, а именно «открытой» и «хаотической».

«Хаотическая» (Random) (рис. 2) система ориентирована не на традиции, а

на постоянные нововведения. Энергия группы черпается в индивидуальном творчестве. Люди ориентированы на новые процедуры. Нет четкой фиксации ролей. Ценится неконформизм, не правила, а исключения. Интересы индивида ставятся выше интересов группы.

Данная парадигма базируется на индивидуальном творчестве, здесь нет закрепленных ролей и ролевых ожиданий. Коммуникация подвижна и гибка, ценится индивидуальность и неконформизм.

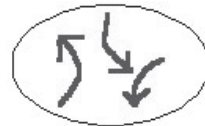


Рис. 2. Схема случайного типа взаимодействия

«Открытая» (Open) (рис. 3) система. В рамках данной группы нет необходимости противопоставлять интересы индивида и группы, считается, что обо всем можно договориться. Обсуждение интересов (переговоры) и адаптивность — основа этих систем. Любая договоренность воспринимается как основа совместной деятельности. Жизнь группы регулируется через сотрудничество. Роли определены, но их определение осуществляется взаимным согласием. Предусмотрены ротации ролей и функций. Ценится взаимозависимость, готовность к диалогу.

6. Особенности **стиля руководства** скорее относятся к группе личностных



Рис. 3. Схема открытого типа взаимодействия

предпосылок, но, учитывая, что стиль руководителя как основного транслятора организационной культуры задает нормы поведения сотрудников, в том числе и по отношению к переговорам, рассмотрим их здесь.

В основе классификации стилей руководства К.Левина, Р.Липпитта и Р.Уайта, а также других авторов лежит такой компонент поведения лидера, как его подход к принятию решений. Лидер, ориентированный на группу, который вовлекает подчиненных в процесс принятия решений на основе групповой дискуссии, стимулируя их активность и разделяя вместе с ними все полномочия по принятию решений, наиболее успешно, по нашему мнению должен справляться с распространением в своей организации среди сотрудников принципов переговорного взаимодействия.

7. Особняком стоит седьмой параметр, определяющий эффективность переговоров в организации, — **степень стабильности внешней среды**, не относящаяся к внутренним процессам, но сильно влияющим на них. Стабильная внешняя среда не требует принятия быстрого решения, есть время для обсуждения и взвешивания решений, для выяснения интересов всех сторон, то есть принятия решений на основе переговоров. Однако в условиях резкого изменения внешней ситуации необходимо принимать быстрые решения, и конечно, авторитарные решения более востребованы, чем практика переговоров.

В заключении следует сказать, что сама по себе переговорная практика влияет на изменение личных установок персонала в отношении переговоров. В качестве возможных эффектов возможно развитие позитивного отношения к механизму обратной связи, усиление партнерских отношений, то есть отношению к сотрудникам, коллегам и подчиненным

не как к механизмам, выполняющим свою работу, а как к полноценным участникам и творцам продукта.

Поскольку ситуаций, требующих переговорного взаимодействия, в современной организационной среде становится все больше, то все более актуальным становится проведение специальных исследований, посвященных факторам, влияющим на эффективность переговорной практики в управлении.

Литература

1. *Merle M. Et Al. De la negociation // Pouvoirs. 1980. № 15. Paris: Ed. Presses Universitaires de France.*
2. *Chalvin D. L'entreprise negociatrice, 1997.*
3. *Белланже Л. Переговоры. — СПб., 2002.*
4. *Лепехин Н.Н. Возможности и ограничения моделей конструктивных переговоров. — СПб.: СПбГУ, 2006.*
5. *Мастенбрук В. Переговоры. — Калуга: Калужский Институт социологии, 1993. 175 с.*
6. *Пономарев И.П. Виртуальная организация: предпосылки возникновения новой организационной формы // Менеджмент в России и за рубежом. 2001. № 5. <http://www.dis.ru/manag/arhiv/2001/5/1.html>*
7. *Глазл Ф., Ливерхуд Б. Динамичное развитие предприятия. Как предприятия пионеры и бюрократия могут стать эффективными. / Перевод с немецкого. — Калуга: Духовное познание, 2000. 264 с.*
8. *Липатов С.А. Опросник «Шкалы организационных парадигм Л.Константина» // Журнал практического психолога. 2005. № 2.*
9. *Гисберт Б. Руководство по ведению переговоров. — М., 1996.*
10. *Фишер Р., Юри У. Путь к согласию или переговоры без поражения. — М.: Наука, 1990.*
11. *Мастенбрук У. Управление конфликтными ситуациями и развитие организации. — М: Инфра-М, 1996.*
12. *Rowntree D. The manager's book of checklists. — GB.: Gover, 1995. 266 p.*
13. *Фишер Р., Юри У. Путь к согласию, или переговоры без поражения / Пер. с англ. А.Гореловой; Предисл. В.А.Кременюка. — М.: Наука, 1990. 158 с.*

Андронов Д.А.

ОСОБЕННОСТИ ТРУДНЫХ ЖИЗНЕННЫХ СИТУАЦИЙ, ПЕРЕЖИВАЕМЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЯМИ ГЕЙ-СУБКУЛЬТУРЫ

Несмотря на то, что внимание к субкультурам со стороны социологии и социальной психологии было обращено еще в 50-е гг. XX столетия, существующие субкультуры современного общества исследованы недостаточно. Слабая изученность многих субкультур во многом обусловлена субкультуральной спецификой, определенной их изолированностью от других культурных слоев. Отступление представителей субкультур от общепринятых моделей поведения приводит к закономерному возникновению негативных чувств общей культуры к субкультурам, что также отнюдь не способствует проведению какого-либо рода исследований. Одна из субкультур, вызывающих общественный интерес, с одной стороны, и неприятие, с другой, — гей-субкультура.

В социологии и культурологии понятие «субкультура» используется для обозначения части культуры общества, по ряду признаков отличающегося от общепринятых социальных норм и ценностей. В социологическом словаре субкультура определяется как система норм и ценностей, отличающих группу от большинства общества. Субкультура (подкультура) — понятие, характеризующее культуру группы или класса, которая отличается от господствующей культуры или же является враждебной этой культуре (контркультура). Под субкультурой также понимается особая форма организации людей (чаще всего молодежи) — автономное целостное образование внутри господствующей культуры, определяющее стиль жизни и мышления ее носителей, отличающееся своими

обычаями, нормами, комплексами ценностей и даже институтами (М.Брейк, Р.Швендтер) [9].

Субкультура имеет ряд постоянных компонентов: специфический набор ценностей и норм поведения; определенные вкусы, формы одежды и внешнего вида; характерная манера поведения; ритуалы общения; чувство групповой общности и солидарности. Субкультуральные особенности выполняют функции определения идентичности, входящих в нее индивидуумов. Особенности ценностных ориентаций, моды, ритуалов общения, манеры поведения и т.д. субкультуры, в том числе гей-субкультуры позволяют ее представителям осознавать и определять собственную гомосексуальную идентичность (или гей-идентичность). Находясь в пространстве гей-субкультуры, индивид ощущает свою сопричастность обществу других гомосексуальных мужчин, определенному стилю жизни (потребление продуктов субкультуры: фильмы, музыка, вечеринки и т.д.), поддержание которого для него важнее и приятнее возможных альтернатив, он принимает иные не патриархальные гетеросексуальные ценности и нормы личной жизни.

Подвести всех геев под общий психологический портрет невозможно, они представляют собой довольно-таки гетерогенную группу. Единого типа гомосексуальной личности не существует. Тем не менее, ряд исследователей (Ф. Уитэм, Д. Харри и др.) отмечают более частое несоответствие гомосексуалов гендерным стереотипам поведения. По данным исследований, многие геи и лесбиянки отмечают, что они «с раннего детства отли-

чались от сверстников своего пола: одевались не в ту одежду, любили не те игры, выбирали не тех партнеров и т.д.» [4]. Но подобные отличия — несоответствие гендерным стереотипам — создают психологические трудности, дети (и не только) подвергаются насмешкам, оскорблениям, агрессии со стороны социального окружения, что может привести к формированию эго-дистонии (непринятию какого-либо своего качества, особенности).

Однако лишь позитивная гомосексуальная идентичность (принятие себя и своих особенностей, принадлежности гей-субкультуре), позитивное восприятие себя как представителя гей-субкультуры, как отмечает ряд исследователей [4, 6], положительно влияет на личность и является обязательным условием психологического комфорта и здоровья.

В отечественной психологической науке феномен гомосексуальности является недостаточно изученным. Исследования, посвященные данному вопросу, встречаются в научно-психологической литературе крайне редко. А среди существующих не рассматриваются такие аспекты, как характер трудных жизненных ситуаций, стратегий совладания с ними, переживаемых российскими гомосексуалами. В то время как изучение совладающего поведения невозможно без знания особенностей социальной ситуации, в которой развивается личность, а также трудных жизненных ситуаций, с которыми она сталкивается.

Давая наиболее общее определение социальной ситуации развития, Л.Ф.Бурлачук, Е.Ю.Коржова понимают под ней естественный сегмент социальной жизни, определяющийся вовлеченными в нее людьми, местом действия, сущностью деятельности [7]. Трудные жизненные ситуации рассматриваются Л.И.Анцыферовой как обстоятельства жизни, требующие от индивида таких действий и условий, которые находятся на границе его

адаптивных возможностей или даже превосходят имеющиеся у него резервы [1]. Как утверждает К.Н.Василевская, термин «трудная жизненная ситуация» может быть применен только к личностно трудной ситуации. Таковой ситуация может явиться лишь в случае взаимодействия характеристик ситуации и идентичности личности. Именно идентичность является основным феноменом, определяющим трудность данной жизненной ситуации. То есть ситуация рассматривается в качестве одной из сторон сложного диалектического процесса взаимодействия личности и среды, а именно воздействия организованных в ситуацию элементов среды на личность [10].

Гомосексуальная идентичность, как отмечает ряд исследователей (И.С.Кон, Д.В.Воронцов и др.), не дана индивиду изначально, а формируется в процессе осознания себя как «другого» при сравнении с гетеросексуальным большинством, доминирующей гетеросексуальной культурой [3]. В дальнейшем, продолжая осознавать проявления своей сексуальности (влечений, поведения, сексуальных фантазий), происходит идентификация, переживание ощущения сопричастности, принадлежности группе геев, то есть мужчин, которые также выбирают других мужчин в качестве партнеров для сексуальных отношений, любви.

После принятия собственной гомосексуальной идентичности мужчинам приходится искать способы совмещения своей идентичности с другими аспектами жизнедеятельности, интегрируя ее в общую структуру идентичности (систему представлений о себе).

Однако процесс становления гомосексуальной идентичности в нашем обществе проходит, как правило, весьма не просто, а порой и очень болезненно для мужчин [4, 5, 6, 8]. Многие геи сталкиваются с различными проявлениями гомофобии, что может приводить к серь-

езным переживаниям, ощущениям собственной незащищенности, уязвимости. Ситуация усугубляется тем, что многие социальные институты поддерживают негативное отношение к гей-культуре, укрепляя тем самым проявления гомофобии в обществе.

Для акцентирования внимания на причине гомофобии в научной литературе данное понятие заменяется термином «гетеросексизм», определяемый как «идеологическая система, которая отрицает, принижает и стигматизирует любые не-гетеросексуальные формы поведения, идентичности, отношения или общины» [4].

И.С.Кон замечает, что главная социально-историческая функция гетеросексизма — поддержание незыблемости гендерной стратификации, основанной на мужской гегемонии и господстве. Уровень гетеросексизма в нашем обществе остается достаточно высоким [4].

В связи со всем вышесказанным, на наш взгляд, мужчины с гомосексуальной идентичностью будут иметь некоторые особенности в характере ситуаций, переживаемых ими как трудные, а также ощущать более высокий уровень социальной изолированности (что обусловлено, прежде всего, социальной ситуацией, отношением к феномену гомосексуальности в нашем обществе). Знание особенностей этих ситуаций позволит учитывать их при работе с лицами с нетрадиционной сексуальной ориентацией и подобрать наиболее адекватные и эффективные формы и содержание деятельности как психологов, так и социальных работников, связывающих свою профессиональную деятельность с данной группой.

Исследование проводилось на базе следующих организаций: Омская региональная общественная организация Центр «Сибирская альтернатива», Томский областной благотворительный фонд «Сибирь-СПИД-Помощь», Омское

общественное объединение «Фаворит». В исследовании приняло участие 149 человек (из них 58 человек с гомосексуальной идентичностью и 91 человек с гетеросексуальной идентичностью) в возрасте от 19 до 40 лет (образование высшее, средне-специальное, а также студенты вузов). Выборку мужчин с гомосексуальной идентичностью составили мужчины, посещающие различные мероприятия: профилактические, информационные (лекции и семинары, посвященные здоровому образу жизни, дискуссионные группы), культурологические (дискотеки, просмотр фильмов, выезды на природу и т.д.), психологические (группы поддержки, тренинги, индивидуальное консультирование), проводимые вышеупомянутыми организациями для мужчин, практикующих секс с мужчинами. Таким образом, выборку мужчин с гомосексуальной идентичностью составили мужчины, так или иначе проводящие определенное время в гей-сообществе и причисляющие себя к представителям гей-субкультуры, то есть мужчинам-геям. Данный возраст испытуемых был выбран нами, так как период ранней взрослости, прежде всего, создает контекст высокой включенности в различные социальные процессы (завершение получения образования, профессиональное становление, поиск спутника жизни, создание семьи, стремление к достижению стабильного социального и материального положения и т.д.). В связи с чем личность сталкивается с широким спектром трудных жизненных ситуаций, реагируя на них различными поведенческими стратегиями совладания. Также ранняя взрослость является наиболее сексуально активным жизненным периодом, в котором интенсивно происходит осознание и становление различных аспектов сексуальной идентичности как весьма важного компонента социальной идентичности.

Для определения сексуальной идентичности мужчинам предлагалось заполнить решетку сексуальной ориентации Ф.Клайна (F.Klein). С целью уточнения и подтверждения полученных данных нами был использован такой метод, как беседа. После заполнения методики испытуемым задавались вопросы по шкалам решетки сексуальной ориентации (сексуальное влечение, поведение, фантазии, самоидентификация и т.д.), что позволило уточнить вид сексуальной идентичности и сформировать две группы с устойчивой гомосексуальной и гетеросексуальной идентичностью. С целью выявления трудных жизненных ситуаций испытуемым предлагалось письменно перечислить трудные жизненные ситуации, с которыми они сталкивались в последнее время или которые переживают сейчас. Уровень социальной изолированности личности выявлялся при помощи теста Д.Рассела и М.Фергюссона.

В ходе анализа полученных данных (на основании указанных мужчинами ситуаций) нами были выделены 19 контент-аналитических категорий, опираясь на которые мы в дальнейшем исследовали специфику трудных жизненных ситуаций и проводили сравнение исследуемых групп.

Рассмотрим выделенные категории и некоторые примеры ситуаций из каждой категории.

1. Группа трудных жизненных ситуаций, обусловленных гомосексуальной идентичностью. К данной категории мы отнесли такие трудные жизненные ситуации, которые респонденты так или иначе связывали со своей гомосексуальной идентичностью и представляли ее в качестве обязательного фактора, обуславливающего возникновение рассматриваемой ситуации («До последнего времени я скрывал от матери, что я гей, хотя для меня было очень важно сказать об этом». «Очень часто я слышу, как

мне вслед говорят: «Вон пидарас пошел». Я от этого очень сильно страдаю». «Осознание своей сексуальности». «Старшие классы. Первая любовь. И этот человек, будучи пьяным, придал огласке мою сексуальную ориентацию. Надо сказать, что произошло это на дискотеке в маленьком поселке городского типа, после чего поползли слухи, а также и прямые унижения и оскорбления в мой адрес, и в этой среде мне нужно было жить». «Сложность в общении с другими людьми в связи с сексуальной ориентацией, так как невозможно говорить обо всем». «Затрудненность в восприятии моей ориентации другими людьми, особенно близкими». «Невозможность стать отцом из-за ориентации»).

2. Отсутствие партнерских отношений. К данной категории мы отнесли такие трудные жизненные ситуации, в качестве которых респонденты указывали отсутствие, завершение или невозможность построения партнерских отношений. В эту же группу мы отнесли ситуации, определяемые как «безответная», неразделенная любовь («Расставание с любимым человеком». «Отсутствие любимого человека». «Найти надежного и преданного партнера». «Отсутствие постоянного молодого человека». «Я не могу найти себе пару». «Острое ощущение одиночества. Отсутствие близкого человека, постоянного партнера». «Неразделенная любовь». «Построение совместного счастья с любимым человеком»).

3. Группа ситуаций, связанных с трудностями во взаимоотношениях с партнером. К данной категории мы отнесли такие трудные жизненные ситуации, в которых респонденты обозначали трудности во взаимопонимании, конфликты, страх потери отношений с партнером («Конфликт с любимым человеком». «Найти взаимопонимание с любимым человеком». «Охлаждение отношений с партнером». «Трудно найти общий

язык, подход к любимому человеку». «Проблема отношений с настоящим партнером». «Проблема работы со своим парнем в одной организации»).

4. Группа ситуаций, связанных с трудностями во взаимоотношениях со значимыми другими (друзьями, родственниками). Также к этой категории мы отнесли отсутствие, потерю и страх потери дружеской поддержки, отношений с референтными другими («Утрата друга, которому можно довериться (выезд за границу)». «Отсутствие лучшего друга (подруги)». «Поиск общения, друзей, приятелей». «Постоянно ссорюсь со своим братом». «Конфликт с родственниками». «Проблема со взаимоотношениями с матерью, непонимание и неприятие ее поступков, действий»).

5. Проблемы со здоровьем, опасение за состояние своего здоровья («Сдача анализа на ВИЧ и получение сомнительного результата». «Болезнь». «Беспокойство по поводу заболевания кожи головы». «Проблемы со здоровьем». «Моя операция»).

6. Проблемы с состоянием здоровья близких, их смерть («Операция у матери». «Смерть близких, родственников». «Смерть бабушки». «Лечение жены»).

7. Финансовые проблемы, финансовое неблагополучие. К данной категории мы отнесли также ситуации, требующие определенных финансовых вложений, например покупка чего-либо или плата за обучение («Снижение уровня личных доходов». «Нехватка финансов». «Долговые обязательства». «Нестабильная зарплата»).

8. Жилищные проблемы («Отсутствие собственного жилья». «Изыскание возможности жить отдельно от родителей». «Проживание совместно с братом»).

9. Ситуации, связанные с учебным процессом, получением образования («Период сдачи сессии». «Трудности с

учебой». «Поступление в ВУЗ». «Ситуация экзамена, сдача кандидатского по философии». «Сделать все возможное для поступления в университет»).

10. Категория трудных жизненных ситуаций, так или иначе связанных с работой. В эту группу мы отнесли ситуации, описываемые проблемы в поиске работы, неудовлетворенность имеющейся работой, трудности внутри рабочего коллектива, конфликты с начальством и т.д. («Снижение эмоционального удовлетворения от работы». «Отсутствие любимой работы». «Год я уже не имею работы по специальности, чувствую себя неуверенно, никому не нужным». «Угроза потерять помещение организации, в которой работаю». «Конфликт с шефом»).

11. Ситуации, связанные с осознанием своего места в жизни (поиск смысла, целей, творческой реализации), жизненной перспективы («Творческий застой». «Проблема самореализации, не знаю, в чем себя реализовать». «Отсутствие видения своего будущего, себя в своем будущем, профессии, положения». «Поиск самого себя, своего жизненного пути». «Поиск цели в жизни». «Трудности в реализации творческих планов»).

12. Коммуникативные проблемы («Комплекс в общении с новыми знакомыми». «Сложность в установлении вербального контакта с людьми (любой ориентации, любого пола)». «Нет связи с окружающим миром»).

13. Внутриличностные конфликты («Духовные противоречия». «Необходимость говорить комплименты человеку, когда хочется сказать наоборот (внутренний конфликт)». «Встретаться с кем-нибудь на стороне и испытывать при этом чувство стыда»).

14. Зависимое поведение («У меня зависимость от секса, паркового секса, время от времени не хочу себя сдержи-

вать и занимаюсь одноразовым сексом с экстремальными партнерами». «Зависимость от табакокурения». «Зависимость от наркотика»).

15. Фокус на негативных эмоциях и переживание их как трудной ситуации («Жутко, скучно и одиноко». «Депрессия и потеря интереса в жизни». «Я никак не могу выйти из состояния депрессии»).

16. Ситуации, в которых испытуемые подвергались каким-либо противоправным действиям (нападению с целью избиения, кражи и т.д.) в свой адрес («Шантаж, вымогательство». «Меня ограбили». «Ограбили вечером, забрали часы, деньги, побили». «Несколько дней назад у меня украли деньги»).

17. Трудные жизненные ситуации, обусловленные уклонением от службы в армии («Уклонение от армии». «Не пойти в армию». «Откосить от армии. Получить отсрочку»).

18. Трудные жизненные ситуации, связанные с какими-либо сложностями с детьми («Определение ребенка в садик». «Есть вероятность потерять место в садике». «Обучение 8-летней дочери»).

19. Отрицание наличия у себя трудных жизненных ситуаций («У меня нет трудных ситуаций. С любыми трудностями человек может справиться». «Нет»).

Сопоставление двух выборок по частоте встречаемости признака осуществлялось при помощи критерия χ^2 — угловое преобразование Фишера. Статистическая обработка результатов проводилась с помощью компьютерной программы «Excel».

Проведенное исследование позволило получить следующие данные (См. Таблица 1.).

Рассмотрим трудные жизненные ситуации, переживаемые мужчинами в исследуемых группах.

Так, в группе мужчин с гомосексуальной идентичностью на первом месте по

частоте встречаемости располагается категория трудных жизненных ситуаций, связанных с работой (62,1%). В то время как в группе мужчин с гетеросексуальной идентичностью данная категория занимает второе место, эту группу ситуаций как трудную для себя указали 47,3% мужчин ($p \leq 0,05$). Расположение трудностей, связанных с работой, на первых местах по частоте встречаемости, а следовательно, и важности для исследуемых групп обусловлено возрастными особенностями. Одной из задач ранней взрослости является достижение социальной успешности, в реализации которой немаловажную роль играет профессиональная стабильность. А достижение профессиональной стабильности позволяет обеспечить материальное благосостояние, а при удачном выборе работы и профессиональную самореализацию как часть личностной самореализации. Большой процент неудовлетворенности имеющейся работой, а также сложностями в поиске новой у мужчин-геев, возможно, обусловлен спецификой предъявляемых ими требований к пространству профессиональной деятельности. Несмотря на то что современная психологическая наука не выделяет единого психологического типа личности гомосексуальных мужчин, существуют исследования, говорящие о их большей восприимчивости, ранимости, эмоциональности, открытости, повышенной чувствительности к стрессам по сравнению с мужчинами с гетеросексуальной идентичностью [3, 4, 6]. Скорее всего, эти особенности играют свою роль в выборе места работы. Геи могут предъявлять большие требования к психологическому климату коллектива, где можно быть максимально открытыми и не опасаться за возможность неприятия, отвержения, по причине отличия по некоторым личностным и поведенческим особенностям, обусловленным гомосек-

Таблица 1. Трудные жизненные ситуации в исследуемых группах мужчин с гомо- и гетеросексуальной идентичностью

№ п/п	Контент-аналитические категории трудных жизненных ситуаций	Мужчины с гомосексуальной идентичностью			Мужчины с гетеросексуальной идентичностью			φ*
		N	%	ранг	N	%	ранг	
1	Группа трудных жизненных ситуаций, обусловленных гомосексуальной идентичностью.	14	24,1	6	0	0	-	6,12***
2	Отсутствие партнерских отношений.	34	58,6	2	12	13,2	7	5,95***
3	Группа ситуаций, связанных с трудностями во взаимоотношениях с партнером.	26	44,8	4	12	13,2	7	4,3***
4	Группа ситуаций, связанных с трудностями во взаимоотношениях со значимыми другими.	31	53,4	3	25	27,5	4	3,18***
5	Проблемы со здоровьем, опасение за состояние своего здоровья.	8	13,8	9	11	12,1	8	0,3
6	Проблемы с состоянием здоровья близких, их смерть.	6	10,3	11	18	19,8	5	1,62
7	Финансовые проблемы, финансовое неблагополучие.	26	44,8	4	57	62,6	1	2,14*
8	Жилищные проблемы.	7	12,1	10	16	17,6	6	0,92
9	Ситуации, связанные с учебным процессом, получением образования.	14	24,1	6	25	27,5	3	0,46
10	Категория трудных жизненных ситуаций, связанных с работой.	36	62,1	1	43	47,3	2	1,77*
11	Ситуации, связанные с осознанием своего места в жизни.	17	29,3	5	12	13,2	7	2,38**
12	Коммуникативные проблемы.	7	12,1	10	5	5,5	9	1,42
13	Внутриличностные конфликты.	10	17,2	8	3	3,3	11	2,92**
14	Зависимое поведение.	4	6,9	13	2	2,2	12	1,39
15	Фокус на негативных эмоциях и переживание их как трудной ситуации.	12	20,7	7	16	17,6	6	0,47
16	Ситуации, в которых испытуемые подвергались каким-либо противоправным действиям в свой адрес (нападению с целью избиения, кражи и т.д.).	5	8,6	12	2	2,2	12	1,77*
17	Трудные жизненные ситуации, обусловленные необходимостью уклониться от службы в армии.	0	0	-	4	4,4	10	2,52**
18	Трудные жизненные ситуации, связанные с какими-либо сложностями с детьми.	0	0	-	3	3,3	11	2,17*
19	Отрицание наличия у себя трудных жизненных ситуаций.	0	0	-	5	5,5	9	2,82**

*p≤0,05

**p≤0,01

***p≤0,001

суальной идентичностью. Однако найти такое место работы не очень просто, особенно чтобы выполняемая работа была хорошо оплачиваемой.

В группе мужчин с гетеросексуальной идентичностью на первом месте по частоте встречаемости располагается категория трудных жизненных ситуаций, констатирующая наличие финансовых проблем (62,6%). В группе же мужчин-геев категория финансового неблагополучия находится лишь на четвертом месте, ее указали 44,8% мужчин ($p \leq 0,05$). Конечно же, информация о степени материального благополучия, финансовой обеспеченности, а также особенностях расходования бюджета данных групп позволила бы нам получить более полную информацию, но это не входило в задачи нашего исследования на данном этапе. Однако мы склонны предположить, что доминирующую роль в данном различии исследуемых групп играют особенности гендерных ожиданий общества по отношению к мужчинам.

Так, от гетеросексуального мужчины ожидается, что в отношениях с женщиной он должен обеспечивать свою партнершу, на этапе ухаживания дарить подарки, приглашать в кино, кафе и так далее. Безусловно, женщины тоже могут оказывать знаки внимания и сегодня делают это чаще, однако мужчине здесь все-таки отводится основная роль. Ситуация остается неизменной и после создания семьи: появляются дети, на воспитание и обучение которых в наше время необходимо затрачивать немалые деньги. Также финансовое благополучие является одним из атрибутов получения признания и уважения среди других мужчин. Конечно, существуют гармоничные пары, в которых трудовая деятельность женщины приносит основной доход и по этому поводу не возникает каких-либо конфликтов, но такие пары, как правило, встречаются редко. В связи с этим фи-

нансовое неблагополучие воспринимается мужчинами-гетеросексуалами более остро в отличие от геев, где в парных отношениях и при ухаживании нет четкой дифференцировки социальных ожиданий. Мужчины равны и могут вносить равный вклад в бюджет, при этом никто не сможет упрекнуть другого, что он мужчина, который должен зарабатывать и обеспечивать семью, так как партнером выступает такой же мужчина. Бесспорно, один из мужчин в гей-паре может вносить больший вклад в бюджет или тратить деньги на ухаживания, но это в большей степени является собственным выбором, чем характером социальных установок и социальных ожиданий.

Второе место (58,6%) по частоте встречаемости в исследуемой нами выборке мужчин с гомосексуальной идентичностью занимают трудные жизненные ситуации, обусловленные отсутствием партнерских отношений, что значительно различается с группой мужчин с гетеросексуальной идентичностью ($p \leq 0,001$), в которой данная категория занимает лишь седьмое место (13,2%). На наш взгляд, причины данного различия более чем очевидны. Во-первых, трудность для геев в поиске партнера обусловлена, прежде всего, значительным преобладанием гетеросексуальных мужчин над гомосексуальными. Ситуация усугубляется еще и отсутствием специализированных мест для встреч (кафе, клубов, различных гей-лесбо организаций и т.д.), где мужчины могут познакомиться, особенно эта ситуация характерна для небольших провинциальных городов. Хотя в них, как правило, существуют специализированные дискотеки, однако условия для общения в них весьма затруднены из-за громкой музыки и присутствия такого фактора, как алкоголь. Общественные организации и объединения, работающие с геями, немногочисленны и направлены большей ча-

стью на профилактику заражения ВИЧ и других инфекций, передающихся половым путем. В данных организациях, даже при наличии своего штатного психолога, крайне редко ведется (а если и ведется, то не несет систематического характера) психологическая работа, способствующая умению и навыкам знакомства и построения отношений между мужчинами-геями. В общем, отсутствует социальная инфраструктура, так или иначе поддерживающая однополые отношения, в то время как политика государства направлена на укрепление института семьи (гетеросексуальной семьи). В связи с тем, что отношения геев не поддерживаются обществом, не имеют долгосрочных последствий в виде ребенка, они чаще являются краткосрочными, пары быстро распадаются.

Вышесказанное только подтверждает все еще высокий уровень гетеросексизма в нашем обществе, поэтому мужчины с гомосексуальной идентичностью продолжают сталкиваться с трудностями в осознании, принятии собой и другими своей сексуальной идентичности. Так, 24,1% человек указали, что они столкнулись с группой трудных жизненных ситуаций, причиной возникновения которых является характер сексуальной идентичности. Однако, на наш взгляд, данные, полученные на других выборах, могут значительно превысить этот процент. В исследуемой нами группе мужчины с гомосексуальной идентичностью чаще являлись жертвами противоправных действий (8,6%) по сравнению с гетеросексуалами (2,2%), $p \leq 0,05$.

Так, на трудности во взаимоотношениях со значимыми другими, а также с партнером как на трудную жизненную ситуацию указывает больше геев (53,4% и 44,8% соответственно), чем мужчин с гетеросексуальной идентичностью (27,5% и 13,2% соответственно), $p \leq 0,001$. Скорее всего, трудности во взаимоотно-

шениях можно объяснить несколько более высокой импульсивностью и эмоциональностью геев, которые могут создавать менее конструктивный характер отношений с близкими и партнерами в гей-парах. Тем более никто не учит, как вести себя с партнером, ведь гетеросексуальные образцы не всегда приемлемы. С другой же стороны, преобладание у геев трудных жизненных ситуаций данных категорий может быть обусловлено и собственно более высокой значимостью сферы отношений, при которой даже незначительный разлад в отношениях воспринимается довольно-таки серьезно и эмоционально, ведь потеряв партнера сегодня, нет никакой гарантии, что встретишь другого «завтра», это весьма сложно.

Все вышесказанное актуализирует проблемы осознания своего места в жизни и делает их переживание более болезненным и трудным, усиливает внутриличностные конфликты и повышает угрозу целостности личностной и социальной идентичности. Так, количество трудных жизненных ситуаций, связанных с осознанием своего места в жизни, а также переживание внутриличностных конфликтов составило в группе геев 29,3% и 17,2%, в группе гетеросексуалов 13,2% и 3,3% соответственно, $p \leq 0,01$.

В группе мужчин с гетеросексуальной идентичностью нами была выделена такая категория, как «отрицание наличия у себя трудных жизненных ситуаций», 5,5% мужчин отвергали наличие у себя каких бы то ни было трудностей, $p \leq 0,01$. Скорее всего, наличие данной категории у гетеросексуалов и отсутствие ее у гомосексуалов, говорит о меньшей открытости первых, их нежелании признавать испытываемые трудности, а отнюдь не об отсутствии каких-либо ситуаций, определяемых ими как трудные. На отрицание трудностей в группе гетеросексуалов могут влиять социальные ожидания, рисуемые в качестве идеального

— образ успешного мужчины легко справляющегося со всеми трудностями.

Исследуемые нами группы мужчин также значительно отличались по выраженности социальной изолированности (Рис. 1.).

В исследуемой нами группе гетеросексуальных мужчин не было выявлено ни одного человека, который бы испытывал высокую социальную изоляцию, в то время как среди геев высокая социальная изолированность была выявлена у 6,89% ($p \leq 0,01$). Также более высокий процент геев 51,72%, по сравнению с гетеросексуалами 36,26% переживают средний уровень социальной изоляции ($p \leq 0,05$). В то время как 63,74% гетеросексуальных мужчин и лишь 41,37% геев ощущают низкий уровень социальной изолированности ($p \leq 0,001$). Так, мужчины с гомосексуальной идентичностью в большей степени испытывают социальную изолированность, по сравнению с мужчинами с гетеросексуальной идентичностью.

Полученные данные вполне закономерны, так как в обществе доминируют и в подавляющем большинстве приемлемы лишь гетеросексуальные модели поведения и высок уровень гомофобии, а невозможность аутентично проявлять

себя во многих социальных ситуациях, только усиливает ощущение отчужденности. Социальная изолированность у представителей гей-субкультуры подкрепляется сложностью в поиске спутника жизни, в то время как гетеросексуальные мужчины в большей степени вовлечены в партнерские отношения, они в меньшей степени указывали такие трудные жизненные ситуации как отсутствие партнерских отношений. Гетеросексуальные отношения, как правило, приводят к появлению детей, так ситуации связанные с трудностями с детьми указали 3,3% ($p \leq 0,05$) гетеросексуалов. Однако наличие детей, даже при переживании связанных с ними трудностей, скорее всего, будет связано с менее низким уровнем социальной изолированности, чем их отсутствие, что может быть обусловлено вовлеченностью в процесс воспитания и ощущением своей нужности.

Таким образом, для представителей гей-субкультуры характерна некоторая специфика переживаемых ими трудных жизненных ситуаций, заключающаяся, прежде всего, в частоте их встречаемости. Отдельно можно обозначить группу ситуаций, обусловленную феноменом гомосексуальной идентичности, точнее

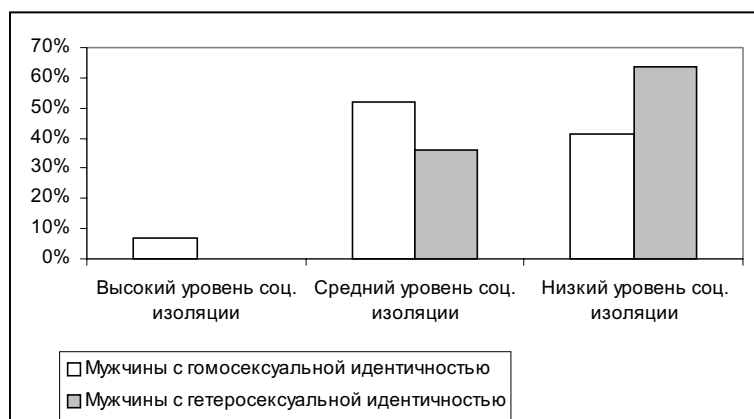


Рис. 1. Выраженность уровня социальной изоляции в исследуемых группах

негативным отношением к ней общества, и, как следствие, возникновение на этом фоне различных трудных жизненных ситуаций. Резюмируя полученные данные, можно отметить, что наиболее часто встречающимися категориями трудных жизненных ситуаций у мужчин с гомосексуальной идентичностью, в отличие от мужчин с гетеросексуальной идентичностью, являются следующие: трудные жизненные ситуации, связанные с работой, отсутствием партнерских отношений, трудностями во взаимоотношениях со значимыми другими, а также партнером, осознанием своего места в жизни, внутриличностными конфликтами. Также мужчины-геи по сравнению с гетеросексуалами в большей степени испытывают социальную изолированность. Вышесказанное делает данную категорию мужчин группой риска психического здоровья и должно предполагать обязательную целенаправленную, систематизированную и компетентную психологическую и социальную работу с геями. Содержание работы должно обязательно учитывать специфику трудных жизненных ситуаций геев и включать в себя такие аспекты, как адаптация в обществе (в контексте особенностей сексуальной ориентации), особенности профессиональной самореализации геев, стратегии поиска работы, работу с проявлениями экстернальной и интернальной гомофобии. И что особенно важно и необходимо — работа по формированию умения знакомства и построения отношений между мужчинами-геями, а также выработка универсальных и индивидуальных стратегий совладания с различными трудными жизненными ситуациями. Вышеперечисленные направления работы могут способствовать снижению ощущения социальной изолированности, повышению адаптации и как следствие повышению уровня жизни представителей гей-субкультуры.

Литература

1. *Анцыферова Л.И.* Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. Т. 15. С. 3–16.
2. *Костикова И.В. и др.* Введение в гендерные исследования: Учеб. пособие для студентов вузов / Под общ. ред. И.В.Костиковой. — 2-е изд. — М.: Аспект Пресс, 2005. 255 с.
3. *Воронцов Д.В.* Социально-психологические характеристики межличностного общения и поведения мужчин с гомосексуальной идентичностью. Дис. канд. психологических наук, специальность 19.00.05. — Ростов-на-Дону, 1999. 184 с.
4. *Кон И.С.* Лики и маски однополю любви. Лунный свет на заре. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: ООО «Издательство «Олимп»»: ООО «Издательство АСТ», 2003. 574 с.
5. *Кон И.С.* Сексуальная культура в России: клубничка на березке. — М.: ОГИ, 1997. 464 с.
6. *Мондимер Ф.М.* Гомосексуальность: Естественная история / Пер. с англ. Л.Володиной. — Екатеринбург: У-Фактория, 2002. 333 с.
7. Психология социальных ситуаций / Сост. и общая редакция Н.В.Гришиной. — СПб.: Питер, 2001. 416 с.
8. *Солдатова Г.У.* Психологические механизмы ксенофобии // Психологический журнал. 2006. Т. 27. № 6. С. 5–17.
9. Социология: Энциклопедия / Сост. А.А.Грицанов, В.Л.Абушенко, Г.М.Евелькин, Г.Н.Соколова, О.В.Терещенко. — Мн.: Книжный Дом, 2003. 1312 с.
10. Человек в трудной жизненной ситуации: Материалы I и II научно-практических конференций 24 декабря 2003 г. и 8 декабря 2004 г. / Под ред. Е.А.Петровой. — М., 2004. 260 с.

Верецагина А.А.

ЛИЧНОСТНЫЕ ДЕТЕРМИНАНТЫ ПОНИМАНИЯ ДЕЛОВОГО ТЕКСТА

Современный этап социально-политического развития нашего общества характеризуется появлением принципиально новых взаимоотношений между государством в лице государственных органов и различных институтов и каждым членом общества, каждой личностью. Этот процесс сопровождается: 1) резким увеличением объема правовых и нормативных документов, инструкций, 2) ростом их сложности, 3) усилением их значимости для правового функционирования общественно-социальных и деловых отношений в общем и повышением влияния деловых документов на жизнь каждой отдельной личности в частности. Использование и работа с деловыми инструктивными текстами в условиях изменения общественно-экономической и политической обстановки в обществе становится одним из основных, важных и ответственных компонентов деятельности каждого человека.

Необходимость совершенствовать свою профессиональную квалификацию, повышать правовой, научно-технический и культурный уровень придает особое значение процессу работы с поступающей в большом объеме информацией в виде печатной продукции — деловых текстов. Центральным звеном этого процесса является адекватное понимание текста, поскольку продуктивность работы с воспринимаемым материалом зависит от рациональности и эффективности осуществления данного процесса.

Практика и экспериментальные данные показывают, что студенты и специалисты испытывают порою большие затруднения в работе с деловыми и инструктивными текстами в виду полного от-

сутствия в них эмотивного компонента. Возможности эмотивного компонента еще недостаточно используются психологией, несмотря на их актуальность. Актуальность исследования понимания деловых текстов определяется также их ролью в процессе овладения студентами (юристами, экономистами) профессиональными навыками работы с документами, а также адаптации к условиям современной информационной среды.

Деловые тексты играют большую роль в процессах профессионального развития специалистов разного уровня и, прежде всего, — профессий социального плана («человек — человек»), предполагающих межличностное взаимодействие членов общества (педагоги, юристы и т.п.). Важным и необходимым условием эффективности такого взаимодействия (сотрудничества) является адекватное понимание специализированных и деловых текстов.

Цель исследования заключается в изучении личностных детерминант, оптимизирующих процесс понимания делового текста.

В качестве гипотезы выступило следующее предположение: процесс понимания обусловлен индивидуальными, личностными особенностями восприятия когнитивного стиля и жанровой спецификой делового стиля. Перед нами стояли следующие теоретические и экспериментальные задачи. Теоретические задачи:

1. Рассмотреть психологические особенности когнитивного аспекта понимания делового текста.

2. Провести психологический анализ деловых текстов с разной жанровой спе-

цифкой с целью выявления характера их влияния на процесс понимания.

Экспериментальные задачи:

1. Установить зависимость понимания делового текста от индивидуально-го стиля познавательной деятельности субъекта (аналитики — синтетики).

2. Выявить зависимость особенностей понимания аналитиков и синтетиков от жанровой специфики делового текста, в частности — подтвердить или опровергнуть нашу гипотезу (предположение) о том, что уровень понимания законов у аналитиков выше, чем уровень понимания инструкций, а у синтетиков — наоборот: уровень понимания инструкций выше, чем уровень понимания законов.

3. Подбор и авторская разработка комплекса психодиагностических методик, позволяющих оценить особенности познающего и понимающего субъекта, в частности:

а) выбор психодиагностических методов, посредством которых можно в комплексе определить интеллектуальные, когнитивно-стилевые и личностные особенности субъекта;

б) апробация теста понимания Грея-Лири [1] применительно к деловым текстам.

Объектом нашего исследования является процесс понимания делового текста. Предмет исследования:

1. Установление сущности делового текста как психолингвистического образования.

2. Работа с деловым текстом как компонент учебной деятельности и овладения профессиональными навыками.

3. Личностно-психологические особенности познавательной деятельности студентов, определяющие успешность понимания деловых текстов.

4. Связь когнитивного стиля с рядом личностных свойств в рамках процесса понимания текста.

В исследовании применялся метод теоретического системного и логического анализа, экспериментальный метод с соответствующими математико-статистическими приемами обработки данных. Экспериментальное исследование было определено характером экспериментальных задач и состояло из четырех серий: диагностика общих умственных способностей; диагностика когнитивного стиля; исследование собственно процесса понимания; измерение личностных свойств стандартными методиками. Экспериментальные данные были подвергнуты статистической обработке и развернутому интерпретационному анализу. Описание методик приведено в соответствующих разделах работы.

Научная новизна проявляется в том, что впервые деловые тексты использовались для изучения процесса понимания, благодаря чему расширено представление об этом психологическом процессе; теоретически обоснована и экспериментально изучено и подтверждено предположение о субъективных детерминантах оптимизации процесса понимания деловых текстов. Впервые обнаружена зависимость развертывания процесса понимания от индивидуально-стилевых особенностей познавательной сферы субъекта. Впервые дана психологическая классификация деловых текстов.

Практическая значимость проявилась в том, что методические разработки и эмпирические данные могут использоваться для оптимизации процесса обучения в вузах с учетом личностных и когнитивно-стилевых особенностей студентов, что способствует лучшему пониманию учебно-профессионального материала. В перспективе представляется возможным на основе проведенного исследования смоделировать оптимальный для каждого субъекта учебного процесса способ реализации процесса понимания, а

также прогнозировать успешность и адекватность понимания.

Обоснованность научных положений, достоверность полученных экспериментальных данных и выводов, сделанных на их основе обеспечивается использованием системы методов и методик, адекватных поставленной цели и выдвинутой гипотезе, достаточным объемом экспериментальной выборки испытуемых и статистической надежностью результатов на достоверном уровне значимости. Апробация работы прошла на международных, республиканских и региональных научных конференциях, психологических семинарах (Москва, Санкт-Петербург, Карачаевск, Кривой Рог, Алматы, Целиноград (ныне Астана), Павлодар, Усть-Каменогорск, Талдыкорган, Велико-Тырново (Болгария), Киев (Украина)). Основные результаты представлены в более 50 публикациях.

Теоретический анализ научной литературы показал, что проблема изучения процесса понимания является актуальным предметом рассмотрения широкого круга психологических исследований (С.Л.Рубинштейн, Т.А.Дроздова, А.А.Брудный, В.В.Знаков, А.М.Ким, Р.Л.Салео и др.), в рамках которых анализируется содержательная и процессуальная сторона этого психологического феномена. Анализ работ по проблеме позволил представить основные направления исследования этого процесса и наметить собственный подход к пониманию в плане соотношения его с индивидуально-стилевыми и личностными особенностями субъекта. Согласно этому подходу, процесс понимания лежит основе большинства интеллектуальных действий, которые связаны с переработкой знаний. Это утверждение служит нам методологическим основанием для исследования понимания в связи со стилевыми особенностями познавательной сферы человека. Как универсальная ха-

рактеристика понимание используется в контексте анализа почти всех психологических аспектов взаимодействия человека с окружающей средой — восприятия, памяти, языка, поведения, общения и так далее. Понимание рассматривается как неперенный атрибут любого уровня познания.

Очевидно, что понимание, которое всегда включено в некую деятельность и подчинено определенной цели этой деятельности, нельзя исследовать вне этой структуры. В психологической науке есть позиция, относящая категорию понимания к одному из видов сложной мыслительной деятельности и трактующая его как «раскрытие существенного в предметах и явлениях действительности». Мыслительная деятельность позволяет более глубоко познать мир путем включения объекта «во все новые связи и благодаря этому выступает во все новых своих свойствах и качествах, ...из объекта, таким образом, вычерпывается все новое содержание, ... в нем выявляются все новые свойства [2]. Понимание как решение мыслительной задачи анализируется в работах Тихомирова О.К. [3], Знакова В.В. [4].

Текст, по их мнению, имеет структуру скрытых проблемных ситуаций, и последовательное разрешение этих проблемных ситуаций — суть процесса понимания. Познавательная деятельность осуществляется целым рядом непосредственных и опосредованных форм отражения, среди которых особое место занимает мышление. Знаков В.В. анализирует соотношение двух понятий: «мышление» и «понимание» путем нахождения сходств и различий этих понятий.

Процесс мышления изучен довольно подробно, чего нельзя сказать о понимании, и один из путей его исследования — сопоставление уже хорошо известного с еще неизученным. Очевидно, что понимание — это результат

сложной умственно-речевой деятельности, которая обеспечивается разными речевыми, перцептивными и интеллектуальными действиями, состав которой меняется в зависимости от условий протекания процесса и объекта познания. Остается открытым также вопрос основного действия в структуре этой деятельности. Чтобы систематизировать свои знания, учеными предпринимаются попытки изучения уровневой природы понимания.

С.А.Васильев [5] выделяет два уровня понимания:

1. Уровень перевода. Этот уровень демонстрируется переводом на другой язык: $T_1 > \text{декодирование} > T_2$ (новый текст). Наблюдатель может сравнить T_1 и T_2 и установить меру их тождественности.

2. Уровень комментария, который дополняет перевод и представляет значение и смысл эксплицитно: $T_{\text{ор}}$ (текст оригинала) $> T_{\text{п}}$ (перевода) + $T_{\text{к}}$ (текст комментария).

В этой схеме уровней понимания мы прослеживаем воплощение идеи М.М.Бахтина о понимании как превращении чужого в «свое — чужое»: «Свое — чужое» — это уже не чужое, но еще и не свое; это синтез, новый смысл, рожденный в результате столкновения двух различных смыслов, и чтобы стать «своим», он должен из просто смысла превратиться в жизненную ценность, в «правду» [6, 371].

В этом же контексте понимание трактуется у Мусхелишвили Н.Л. и Шрейдер Ю.А. — как способность генерировать новый смысл [7].

В более развернутом виде, чем у Васильева С.А. уровни понимания представлены в работе М.Я.Микулинской [8]. Автор предлагает в качестве основного действия в структуре понимания считать действие распознавания предложения как единицы текста:

I уровень — понимание лексического содержания предложения,

II уровень — понимание логического содержания (наличие в тексте законченной мысли),

III уровень — понимание основного смысла предложения (по цели высказывания),

IV уровень — понимание логического смысла,

V уровень — понимание добавочного смыслового оттенка (логического, эмоционального, побудительного),

VI уровень — понимание (осознание) способов представления характеристик мыслей в письменном виде.

Последний уровень рассматривается автором как высший уровень понимания.

Представление понимания как только осознания и нам первоначально представлялось закономерным (наши первые публикации), но в дальнейшем мы пришли к некоторым вопросам, на которые невозможно ответить, оставаясь в рамках «понимание есть осознание». Приведем некоторые аргументы.

1. Если по Бахтину М.М. поступок расценивать как потенциальный текст (а такая точка зрения нам близка), то на просьбу «Дай мне карандаш» — человек встает и приносит ручку. «Лексическое» содержание этого «предложения», особенно второй его части не соответствует семантическому полю просьбы. Тем не менее, мы можем понять этот текст «домысливая», делая предположения и прогнозы.

2. Очевидно, что формула «понимание есть осознание» оставляет в тени бессознательный компонент понимания. Прочтя текст поговорки «Нашла коса на камень», мы ясно представляем эту картину, то есть мы понимаем содержание поговорки, но это совершенно не значит, что понят ее смысл. Ее концепт («общий смысл») осознается не всегда и очень часто не полностью. По мне-

нию А.А.Брудного [8], не все этапы процесса понимания обладают интроспективной очевидностью и могут быть осознаны. Доказательство этого факта следует взаимосвязи фундаментального свойства текста — его делимости и одной из основных единиц психической деятельности — сопоставления, сравнения. То есть не вычленять предложение из текста (как у М.Я.Микулинской и в наших ранних работах), а сопоставлять и сравнивать их с неосознанно представленным в нашей психике эталоном. Мы разделяем позицию А.А.Брудного [9] о том, что первооснову понимания составляет операция сравнения, которая выступает в различном качестве на бессознательном и осознаваемом уровне. Этот феномен можно объяснить также в терминах М.М.Муканова как степень объективизации, то есть соответствия (или несоответствия) действительности, превращения субъективного в объективное» [10]. По М.М.Муканову, феномен бессознательного объясняется «зеркальной» функцией текста: субъективное (неосознаваемое) можно «увидеть» в объективном (осознаваемом).

Таким образом, очевидно для нас, что понимание — это не только «работа сознания, направленная на смысл» [11]. Такая позиция, на наш взгляд, несколько сужает и ограничивает план исследования проблемы понимания. Для познания сущности этого явления нужно перейти к следующему этапу научного обобщения, выраженному в более общей системе понятий [12].

Психофизиологическую модель понимания уровневой организации мы находим у Зинченко В.П. В этой модели каждый отдельный акт имеет «идеальную смысловую (содержательную) самостоятельность, но все они слиты в единый процесс понимания: личность сначала воспринимает физический знак

на психофизиологическом уровне, затем распознает, «узнает» (Зинченко В.П.) его как знакомого или незнакомого, одновременно соотнося его с повторимым значением в языке. Следующий уровень (акт) в данном контексте (ближайшем или более далеком) понимает его значение и затем включает этот знак в диалогический контекст, оценивая степень его глубины и универсальности (активно-диалогическое понимание) [13].

Фактически все изученные нами работы, где определяется уровневый характер понимания, выделяют в обобщенном виде три уровня понимания:

1. Восприятие (понимание отсутствует).

2. Восприятие и частичное понимание (соотнесение с языковыми формами и включение его в содержательный контекст, выделение значения).

3. Собственно понимание.

Все эти уровни понимания выделены с точки зрения логики объекта (текста). Нас интересует субъект, его логика, индивидуальные проявления его психической деятельности, в том числе — и особенности организации познавательной деятельности, частью которой является понимание деловых текстов.

Методологически эти понятия тоже могут рассматриваться по-разному. С точки зрения, например, функционального подхода [14] знание и понимание имеют родо-видовое соотношение, то есть если я знаю общее, то могу понять частное. Это можно представить в виде вертикали, в нижнем полюсе которой — частное действие, в верхнем — общее. В деятельностном подходе (Леонтьев А.Н.) [15] понятие — это значит опознать.

В нашем представлении понимание — это не только процесс мышления (анализ, абстрагирование, синтез и др.), но еще и эмоции, индивидуальные раз-

личия личностей. Эти два понятия мы бы обозначили горизонтальной прямой, на полюсах которой располагается анализ (упор в процессе понимания делается на мыслительные операции) и синтез (основы понимания — эмоции, интуиция и т.д.). В обоих случаях результат может быть удовлетворительным.

Литература

1. *Gray W., Leary B.* What Makes a Book Readable. — Chicago: Univ. of Chicago Press, 1935. P. 311–336.
2. *Рубинштейн С.Л.* Проблемы общей психологии. — М.: Педагогика, 1973. С. 237.
3. *Тихомиров О.К.* Психология мышления. — М.: МГУ, 1984. 70 с.
4. *Знаков В.В.* Понимание как проблема психологии мышления // Вопросы психологии. 1991. № 1. С. 18–26.
5. *Васильев С.А.* Уровни понимания текстов // Понимание как логико-гносеологическая проблема. — Киев: Наукова думка, 1982. 272 с. С. 91–143.
6. *Бахтин М.М.* Эстетика словесного творчества. — М.: Наука, 1979. 285 с.
7. *Мухелишвили Н.Л., Шрейдер Ю.А.* Знание текста и внутренний образ // Вопросы психологии. 1997. № 3. С. 7–57.
8. *Микулинская М.Я.* Формирование и диагностика уровней понимания предложения как единицы текста. — Тбилиси: АДД, 1981.
9. *Брудный А.А.* Бессознательные компоненты процесса понимания // Бессознательное. Природа. Функции. Методы исследования. — Тбилиси, 1978. С. 98–102.
10. *Муканов М.М.* К вопросу о роли объективизации в развитии мысли // Сборник научных трудов кафедры психологии. — Алма-Ата: АГУ, 1974.
11. *Швыров В.С.* Понимание в структуре научного сознания // Загадка человеческого понимания. — М.: Политиздат, 1991. С. 10.
12. *Веккер Л.М.* Восприятие и основы моделирования. — Л.: Изд-во ЛГУ, 1964.
13. *Зинченко В.П.* Работа понимания // Психологическая наука и образование. — М., 1997. № 3. С. 42–52.
14. *Шабельников В.К.* психика как функциональная система. — Алма-Ата: Мектеп, 1986. 271 с.
15. *Леонтьев А.Н.* Деятельность. Сознание. Личность. — М.: Политиздат, 1975. 304 с.

Козлов В.В., Прокушенков П.Н.

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ КИНЕМАТОГРАФА

В данной статье мы хотим рассмотреть возникновение, становление и развитие кино в контексте социально-психологического исследования.

Кино нами определяется как социально-психологический феномен, который существует в рамках массового сознания в качестве поведенческих и бытийных паттернов, при этом кино и массовое сознание взаимообуславливают друг друга.

Известно, что история кино преимущественно фактографическая. Концепция всех изданных всеобщих историй кино явно неполная: либо изучается только какой-нибудь один аспект кинематографа (или же какой-нибудь один вид кино — например, жанровые фильмы), либо история кино рассматривается с точки зрения внешних по отношению к собственно кинематографу обстоятельств.

Первый вариант подобных концепций представляет большинство известных нам трудов по истории кино, которые интересуются преимущественно «содержанием» фильма (например, пятитомник Ежи Теплица), а то и вовсе одним лишь сюжетом («Краткая история кино» под редакцией Питера Коуи; характерно, что противоположная — чисто «формальная» — история кино, насколько нам известно, никем не была написана). Это же относится и к историям, изучающим эволюцию отражения на экране «реальности» (например, «Живейшее из искусств» Артура Найта).

Со вторым вариантом мы сталкиваемся в тех случаях, когда к истории кино подходят как к истории социальных влияний на кинематограф и отображения

кинематографом социальных процессов, когда демонстрируется чисто исторический взгляд на киноисторию или когда история кино рассматривается с точки зрения эволюции кинотехники («За экраном: история и техника кинематографа» Кеннета Макгауэна).

Все эти методологические подходы, конечно, верны, но верны лишь отчасти. Ни один из них не в силах описать развитие кинематографа как целого, неделимого феномена. Кино многогранно, как и его история. История кино — это история общества. Кино по своей сути социально, оно неотделимо от человека, группы, а если точнее — от сознания или массового сознания. Изучение истории возникновения, становления и развития кино в контексте социальной психологии позволяет понять кинореальность как структуру массового сознания.

Таким образом, следует выделить следующие этапы истории кино:

1. Кино — новый социально-психологический феномен.
2. Социально-психологические проявления кино в массовом сознании.
3. Становление кино как структуры массового сознания.
4. Кино как пространство формирования бытийных и поведенческих паттернов социальной реализации массового человека.
5. Кино — смыслообразующее пространство жизни массового человека западной цивилизации.
6. Интеграция кино и современного массового сознания.

Каждый из представленных этапов — это определенное временное пространство, в котором живет кино и в котором

оно проявляет себя в структуре массового сознания.

1. Кино — новый социально-психологический феномен. Первое десятилетие кино определяется как зарождение кино. Новый феномен появляется в социальном пространстве и сразу оказывает мощное влияние на сознание масс. Кино этого этапа максимально наполнено опытом, который недоступен в обыденной жизни. Экстремальные переживания увлекают массы. Отношение к смерти выходит на поверхность. Итог: реализация желаний и состояний табуированных, недостижимых в обыденной жизни.

2. Социально-психологические проявления кино в массовом сознании. Кино уже проявляется в массовом сознании как новая форма, которая разрушает прежние структуры. Происходит деструкция старого мифа. К.Г.Юнг считал, что многие беды современного мира происходят из-за отсутствия мифа. Прежде, чем новый миф создать, надо уничтожить старый — уничтожить традиционный уклад, что и происходит в массовом сознании посредством кино. После того, как выработались сложные повествовательные структуры, и, следовательно, было обеспечено первичное понимание зрителем происходящего на экране, у кино появилась возможность сосредоточиться собственно на сути изображения. До этого у кинематографа такой возможности не было. Кино становится рычагом управления сознанием масс. Зритель стал другим. Он не только смотрит на экран, следит за ходом событий и удивляется новому явлению — он уже вовлекается в кинопространство.

3. Становление кино как структуры массового сознания. Тридцатые годы прошлого столетия — золотой век советского кино. Этот период являет нам яркие примеры формирования мифологии советского строя. Кино 30–40 годов —

это кино, обретшее уже свою силу. Оно завладело массовым сознанием. Зрителю становится важно влиться в единый поток кинореальности. Он — зритель, есть они — киногерои. И нет уже «Я», есть только «Мы».

4. Кино как пространство формирования бытийных и поведенческих паттернов социальной реализации массового сознания. К 60-м годам массовое сознание уже готово к значительным переменам, оно созрело к тому, чтобы увидеть и ощутить новый мир, новые реальности бытия, стать другим. И советское кино дает ему эту возможность. Итог периода: разработка и воплощение поведенческих паттернов массового человека, знакомство с новыми социальными ролями для женщин и для мужчин и дальнейшее проживание их.

5. Кино — смыслообразующее пространство жизни массового человека западной цивилизации. Кино выступает суррогатом жизни массового человека. Массовый человек 70-х — 80-х годов является винтиком в огромном механизме современной цивилизации, он не принадлежит самому себе. Его переполняет агрессия, так как собственно жизни у индивида в массовом обществе не осталось. Это массового человека выходит наружу и требует пищи. Всем и каждому хочется быть супергероем. Action (боевик и триллер) как раз дает видимость жизни яркой и насыщенной, волнительной. Психология кино такова, что кино дает массовому человеку иные переживания, затрагивает глубинные стороны человеческого сознания. Массовое сознание на глубинном уровне начинает нащупывать новый путь.

6. Интеграции кино и современного массового сознания. Современное кино стремится раздвинуть горизонты бытия — утолить жажду гипертрофированного эго-сознания массового человека по бытию за пределами «эго в оболочке из

кожи». По всей видимости, именно в этом заключается главный коан массового человека западной цивилизации. Современное западное кино для массового сознания становится ценным в том понимании, что оно уносит его за пределы привычного существования.

Таким образом, в современном кинематографе происходит создание и обслуживание социально-психологической структуры массового сознания, базовых бытийных и поведенческих паттернов массового человека. Современный зритель, участвуя в кинопросмотре, становится экстатическим свидетелем недостоверного чуда. Но чуду и не нужна достоверность: ему нужен экстаз, общность в свидетельстве того, для чего не бывает одного свидетеля. Именно в экстатическом состоянии, выходя за рамки собственного «я», своего восприятия и мышления, и входя в пространство открытости простым и примитивным образом, мы оказываемся причастны чуду. Темнота кинозала — это пространство совместности восприятий, где вступают во взаимодействие не столько взгляд и световые экранные образы, сколько тела, реагирующие и пассивные, присутствующие и отсутствующие. Сегодня темный зал, куда попадает зритель, — место трансформации его чувственности. Он предполагает невидимую, погруженную во тьму общность — массовое сознание.

Массовое сознание, рожденное в аффективном опыте коллективного просмотра, похоже, навсегда соединилось с киноизображением. Собственно, этот опыт общности и лежит в самом основании кинематографической практики, а не является ее целью. Это — сила жизни, порождающая технологию, а не культурный или социальный эффект.

Кинозрелище — это такая часть проживаемой кинореальности, в процессе которого мы наблюдаем тотальное вовле-

чение массового сознания в пространство кинофильма.

Чтобы понять психологическую природу кинозрелища, необходимо выделить его базовые феномены:

- Кино — это, в первую очередь, психологический феномен (то есть нечто, обладающее ужасающим жизнеподобием). Впервые о психологической силе кино заговорил Хуго Мюнстерберг в своей работе «Фотопьеса: Психологическое исследование» в 1916 году. Говоря о кино как о фотопьесе, мы, в первую очередь, выделяем его изначальное психологическое качество, понять которое можно посредством осознания кинореальности, осознания его как инструмента. В современном кинематографе значимость приобретают киноленты, затрагивающие глубинные аспекты человеческого существования.

- Базовые элементы кинозрелища: крупный план и монтаж. Спецификой кинематографа и его образности являются два элемента: крупный план и монтаж, которые выделил известный теоретик кино Бела Балаш. Непривычная, табуированная в обыденной жизни и с легкостью возникающая на экране близость чужого лица и человеческого тела вообще обеспечивает вовлечение массового сознания кинозрителей в архаичное, свободное от социальной цензуры состояние. В зале темно. Налицо состояние сна, массовой грезы. Трансценденция персонального эго, усиленная трансценденцией времени, что достигается монтажом — произвольной нарезкой лоскутов реальности, вкуче со свободным перемещением в пространстве — все слагаемые кинозрелища вовлекают зрителей в мощное трансперсональное переживание.

- Мистический опыт киносеанса. Наиболее полно главный феномен кино — массовое проживание кинореальности как мистического откровения — про-

является через кинозрелище. Сакральный опыт возможен и действительно переживается на различных уровнях массового сознания, как-то: онтологическом, чувственном, эмоциональном; и проживание экранной реальности как откровения требует пикового, невыносимого, либо табуированного для массового сознания киноматериала. Участие в кинозрелище требует тотального вовлечения массового сознания в поле кинопроживания. При этом недействительны, нежизнеспособны условия и правила, в рамках которых мы спокойно наблюдаем за «разрезанием» живого человека на арене цирка. Таким образом, кинозрелище всегда проживается как реальное, настоящее — без всяких кавычек. Само кинопространство определяется структурой, в которой создается и одновременно обслуживается современный миф. В социально-психологическом аспекте миф — это поведенческие и бытийные стратегии современного массового человека.

• Кинозрелище организовано по законам храмового действия. Кинозал становится истинным храмом, где возможны мистические откровения массового человека. Любые переживания, вызванные фильмом, обставлены по всем правилам храмового действия. Кинопросмотр отменяет все социальные различия. В зале нет привилегированных мест, все места равны в цене. В зале темно. Темнота, бесспорно, создает дополнительные ус-

ловия для самозабвения и наилучшим образом обеспечивает трансценденцию это в процессе проживания экранной реальности. Таким образом, кинозрелище обладает всеми признаками религиозного ритуального действия: равенство всех участников кинопросмотра в процессе одновременного массового проживания мистических откровений.

• Кинозрелище формирует кинореальность — это психологическая структура, тотально проживаемая массовым сознанием. Кино обладает силой, позволяющей войти в структуру массового сознания. Оно способно на тонком, порой совершенно абсурдном уровне, вызывать глубокие переживания. Энергия фильма передается массам. Кинозрелище обладает определенной силой вовлечения: оно пробуждает глубокие эмоции и приглашает массы в новую реальность — кинореальность.

• И в этой кинореальности все близко и понятно, общие моральные ценности с героями — жителями новой реальности. Массовое сознание выходит на уровень сопереживания, которое порождает идентификацию. Идентификация происходит в значительной степени на глубинном уровне. В результате, массовый человек испытывает сочувствие к персонажам, которые понятны и близки нам, имеют общие с нами моральные ценности. Профессионально созданное кино позволяет ему подняться до уровня кинозрелища.

Лазарянец О.В.

ОДИНОЧЕСТВО КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ФЕНОМЕН ПОЖИЛЫХ

Одиночество — это тягостное ощущение увеличивающегося разрыва с окружающими, боязнь последствий одинокого образа жизни, тяжелое переживание, связанное с утратой экзистенциальных ценностей или близких людей, постоянное ощущение покинутости, бесполезности и ненужности собственного существования.

Чувство одиночества обнаруживается во всех возрастных периодах, но только в старости оно приобретает особую актуальность и значимость для личности.

Из всех современных демографических процессов наиболее тяжелым по своим последствиям является процесс старения населения. Каждый пятый человек в нашем обществе — это человек пенсионного возраста, который до выхода на пенсию находился в состоянии относительного социального равновесия, а после выхода на пенсию данное равновесие находится под угрозой, если в сфере своего жизнеобеспечения эти 29 млн. пенсионеров попадают в зависимость от своего ближайшего окружения — семьи, родственников — или институтов социальной защиты, помощи и поддержки со стороны государства.

Одиночество — это прежде всего социально-психологическое состояние, которое отражает личностный статус человека, затрудняющий ему завязывание новых и поддержание старых контактов и связей.

Одиночество в старости — это также отсутствие референтной группы: супруга, родственников, детей, внуков, а также отдельное проживание от молодых членов семьи. Нередко старые лю-

ди страдают психическими расстройствами на почве недостаточного общения (параноидальный бред недостаточного контакта), которые проявляются в подозрительности, недоверчивости, страхах.

Феномен одиночества занимал умы людей с древних времен, также как и само явление практиковалось всегда и в разных целях: для наказания, для обретения целостности, в ритуальных техниках. Проблема одиночества в философии и социологии рассматривается в контексте феномена отчуждения, который связан с потерей человеческой личностной и социальной идентичности. Именно такие трансформации происходят с человеком в период кризиса старения, а учитывая, что значительную долю населения Российской Федерации составляют люди пенсионного возраста, то эта проблематика сейчас является востребованной.

Отчуждение выступает сегодня как универсальная и многогранная категория, охватывающая широкий спектр социальных и психологических процессов и состояний, характеризующих отношения человека с обществом и миром. Проблема одиночества практически во всех научных трудах рассматривается через призму отчуждения, поэтому и мы будем проводить исследование в этом контексте. Истоки проблемы отчуждения выявляются уже в философии Платона, как философская категория понятие отчуждения разработано прежде всего в трудах Г.Гегеля, Л.Фейербаха, К.Маркса. В западно-европейской науке разработка идет в самых разных направлениях, в частности, в психоанализе: З.Фрейд,

К.Хорни, Э.Фромм, Э.Эриксон, в экзистенциализме и экзистенциальной психологической мысли: М.Хайдеггер, К.Ясперс, Ж.П.Сартр, А.Камю, в христианском экзистенциализме: М.Бубер, в социологических концепциях: Г.Зиммель, Э.Дюркгейм, Р.Мертон, М.Симен.

Категория «отчуждение» получила свое освещение в ряде работ отечественных психологов: С.Л.Рубинштейна, А.Н.Леонтьева, К.А.Абульхановой-Славской, В.В.Козлова, А.А.Меграбяна, В.С.Мухиной, И.С.Кона В.В.Новикова, Г.М.Мануйлова, А.В.Петровского, В.А.Петровского, М.В.Полевой, В.А.Абраменковой, А.Е.Горбушина, Н.П.Фетишкина и др.

Все эти направления и их представители не сформулировали единого подхода к рассматриваемым понятиям, но из всех исследований вытекает, что отчуждение в современном мире является первопричиной одиночества, так как отчуждение — это, прежде всего разотождествление с собой, утрата экзистенциальных ценностей, разрыв с сущностными характеристиками. Могущество человечества в эпоху НТП предопределило его же бессилие. Собственная мощь противостоит ему как чуждая сила, в этом — существенный момент парадоксальности современной эпохи: потеря человеком собственных убеждений, традиции, коммуникабельности, его одиночество (Ортега-и-Гассет); отсутствие личной ответственности, собственного мышления, его деятельность вне «Я» (Ясперс); трагедия самосознания превращенного в ничто человека (Кafka); скандал духа, кризис культуры, бытия и сознания (экзистенциализм); эстетика художественного выражения духовной бесформенности и внутреннего разложения современного человека (Пикассо); бессилие человека перед собственным развитием (Кассирер); конформностное сознание одномерного человека (Маркузе); антипрак-

тика — антицель — отчуждение (Сартр); сытое счастье находящегося в опасности человека (Бодамер); превращение средств в цель (Фромм); безнадежность ожидания (Бекет); сизифов труд бунтующего человека (Камю).

Также в современной науке существуют теоретические модели объяснения одиночества, которые пытаются выяснить основные причины, характеристики одиночества, личностные черты, способствующие формированию этого состояния. В разработке теоретических подходов активное участие принимали такие представители различных направлений социологии и психологии как Дж.Зилбург, Л.Салливан, Ф.Фромм-Рейхман (психодинамический подход); Боумен, Д.Рисмен, Слейтер (социологический подход), К.Мустакас (экзистенциальный подход), К.Роджерс, Мур, Эдди (феноменологический подход), Л.Э.Пепло, Серма (когнитивный подход), Вейс (интеракционистский подход).

Особую остроту приобретает проблема одиночества и отчуждения в пожилом возрасте, когда личность уже не востребована обществом в качестве трудового потенциала, социальным окружением — как значимого-другого с социальным статусом, материальным положением и знаниями.

Для понимания одиночества необходимо выявить взаимосвязь между сформировавшимся/несформировавшимся чувством одиночества и социальными показателями, потенциально способствующими этому процессу в пожилом возрасте. Для этого рассмотреть процесс формирования теоретических моделей одиночества и отчуждения в философии, социологии и психологии, проанализировать существующие подходы к объяснению одиночества, выявить группы пожилых людей, характеризующиеся разными уровнями переживания одиноче-

ства. Также нам кажется нужным выявить особенности одиночества по гендерному признаку в выборке пожилых людей, определить зависимость между субъективным переживанием одиночества в пожилом возрасте и объективными социальными характеристиками (уровень образования, семейный статус, степень социальной активности).

Мы считаем, что социальные характеристики (образовательный статус и уровень социальной активности) оказывают значимое влияние на уровень одиночества в пожилом возрасте, то есть уровень образования и социальной активности детерминируют стратегию социального поведения при изменении интегрального статуса (при выходе на пенсию). Также мы предполагаем, что чем выше образовательный уровень пожилого человека, тем больше степень его адаптации в новых условиях пенсионной жизни и уровень адаптации к состоянию одиночества в пожилом возрасте не коррелирует с семейным статусом пожилого человека.

Наше исследование, проведенное в последние 7 лет в Ярославле, показало, что детерминантами одиночества и социальной удовлетворенности в пожилом возрасте являются:

а) наличие партнера — референтного лица для социально-психологических контактов;

б) возможность контроля — важность восприятия окружающей обстановки как предсказуемой и поддающейся контролю;

в) социально-психологическая значимость процесса проживания жизни — то, как индивиды оценивают свою настоящую жизнь в сравнении с собственным прошлым опытом и опытом близких людей.

Также существуют побочные причины одиночества — это состояние здоро-

вья, характеристика места жительства, уровень дохода и т.д.

В гендерном отношении можно констатировать, что мужчины, вышедшие на пенсию, тяжелее переживают смену статуса, чем женщины, однако первые более скованы в проявлении своих чувств по этому поводу. Женщины быстрее адаптируются к новым условиям пенсионной жизни, приверженность стереотипным моделям поведения мужчин не способствует выработке новых поведенческих тактик.

Социальные характеристики (образовательный статус и уровень социальной активности) влияют на уровень одиночества таким образом, что чем выше уровень образования и уровень социальной активности, тем выше степень адаптации к одиночеству. Семейный статус не коррелирует с уровнем одиночества, так как наличие семьи не решает проблем одиночества в старости, степень одиночества здесь зависит от ожиданий, питаемых по отношению к окружающим.

Основной причиной одиночества в пожилом возрасте является потеря самоидентичности, целостности и самооценки личности, когда у человека нарушается баланс между ассимиляцией и аккомодацией, то есть поддержанием относительного постоянства системы в постоянно изменяющихся условиях.

Принятие одиночества как здорового и самодостаточного состояния и закономерного этапа в жизни каждого человека приводит к позитивным личностным изменениям, выражающимся в значительно большей интегрированности личности, повышении уровня социально-психологической адаптивности, появлении новых жизненных ценностей (или изменении их иерархии), уменьшении общей патологической симптоматики.

Радина Н.К.

ВЛИЯНИЕ КСЕНОФОБИИ РОССИЙСКОГО ОБЩЕСТВА НА ПРОБЛЕМЫ МЕЖКУЛЬТУРНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ РОССИЙСКИХ УНИВЕРСИТЕТОВ

Причины, согласно которым российские университеты на мировой арене теряют свои экономические и политические позиции, оказываются недостаточно конкурентоспособными в привлечении иностранных студентов, были названы в предыдущих дискуссиях, они исчерпываются:

- недостатками самого учебного процесса,
- пассивным поведением на рынке образовательных услуг российских университетов,
- проблемами позиционирования России на мировой арене [5].

В это же время западные партнеры на образовательном рынке ведут себя весьма технологично и активно. Государственными агентствами по образованию постоянно проводятся консультации с администрациями университетов относительно мониторинга международного сотрудничества и репутации университетских программ, разрабатываются Интернет-сайты, объединяющие маркетинговые усилия государственных и негосударственных университетов, открываются программы дистанционного образования, предоставляются стипендии, в том числе и лучшим иностранным студентам. Кроме того, для студентов, в том числе и иностранных, предусматривается система льгот [5].

Анализ межкультурных отношений российских университетов показывает, что в современной ситуации практики межкультурных взаимодействий российскими образовательными организациями практически не осознаются. Существуют единичные примеры артикуляции меж-

культурных проблем в процессе подготовки и реализации совместных программ, в которых, как правило, идентифицируется «колониальный подход» к взаимодействию со стороны западных партнеров [2].

Тем не менее, игнорирование межкультурного контекста или недостаточное его осознание не влечет за собой автоматического решения межкультурных проблем, университетская среда не является изолированной, а проблемы ксенофобии и расистских настроений российского общества становятся контекстом транснациональной активности университетов.

Так, расистские выпады против иностранных студентов из Азии и Африки со стороны экстремистски настроенной молодежи, бытовой расизм в отношении студентов из СНГ, негативно отражаются на основных каналах притока иностранных студентов в РФ [5].

Сводки о нападениях, избиениях и убийствах иностранных студентов в России регулярно обновляются на сайтах правозащитных организаций, которые ведут статистику насилия на расовой почве и утверждают, что ситуация в России в отношении молодежного экстремизма крайне острая [10].

Университеты Санкт-Петербурга и Воронежа, имеющие продолжительный опыт обучения иностранцев стали поставщиками новостей об экстремизме и расизме местного населения в самых крайних формах [1].

Однако «спокойные регионы» в отношении экстремистских проявлений молодежи практически отсутствуют.

Так, исследования показывают, что экстремизм в отношении этнических меньшинств и иностранных студентов в Приволжском Федеральном округе в настоящее время принимает весьма острые формы: потенциально к силовым действиям в отношении к иностранцев в той или иной форме готовы прибегнуть 14,8% опрошенных представителей русской молодежи; 13,8% молодых татар; 8% молодых удмуртов и 8,3% представителей молодежи других этнических групп Поволжья [8].

При этом исследователи подчеркивают, что «повышенный экстремизм» русской и татарской молодежи направлен, прежде всего, против кавказцев, выходцев из Средней Азии, евреев, вьетнамцев, негров и американцев.

Вспышка экстремизма в отношении иностранных студентов со стороны экстремистских молодежных группировок захватила врасплох российскую общественность, включая исследователей: участники ряда научных мероприятий, посвященных анализу современной социальной ситуации, рассматривают традиционные проблемы в рамках межкультурных отношений, не выходя на уровень анализа наиболее острых современных проблем [см. напр.: 7].

В тех же случаях, когда в фокусе научных исследований оказываются проблемы расизма и экстремизма, исследователи преимущественно концентрируют свое внимание на молодежных экстремистских группах и настроениях ксенофобии российского большинства [4].

Недостаточность исследований, фокусирующих свое внимание на потребностях иностранных студентах в современной России, побудило нас провести самостоятельное исследование с целью формулирования четких рекомендаций по технологиям межкультурных взаимодействий, адекватных политике университетов. Было проведено 28 интервью со студентами из стран Европейского Союза и

США, а также стран Африки и Юго-Восточной Азии, прибывших для участия в краткосрочных или долгосрочных образовательных программах нижегородских университетов.

Среди **общего**, что объединяет самые разные группы студентов-иностранцев в процессе понимания своего участия в образовательных программах России по итогам интервью:

• **Утверждения, что знание русского языка существенно повышает шансы на успех на рынке труда в любой из перечисленных выше стран.**

Студентка из Германии: «...я в школе изучала русский язык очень сильно, потому что считала, это будет мне помогать найти работу в Германии, потому что русские и немецкие отношения становятся более тесные».

• **Отсутствие какой-либо специальной подготовки до отъезда для того, чтобы процесс аккультурации в России состоялся как можно быстрее и успешнее.**

Студентка из Франции: «Я просто учила больше русский язык».

Студент из США: «В течение 3 месяцев я усиленно занимался русским языком».

Студент из Мали: «Из дома я привез теплые вещи. Я знал о географии, экономике, культуре. Но я ничего не знал о людях».

• **Гнет ксенофобии окружающих и опасения перед расистскими выпадами.**

Студентка из Германии: «Слава богу, что я пока не познакомилась с ксенофобией, потому что у меня внешность «как русская», а не как у китайца, например».

Студент из Марокко: «Меня поразило, что люди могут ненавидеть друг друга из-за разного цвета кожи или из-за религии. Нам страшно выходить на улицу из-за скинхедов. Многие хотят вернуться домой, опасаясь за свою жизнь».

Студент из Мальдив: «Вот я приехал и вообще ничего не знал про расизм и скин-

хедов. Это мне уже друзья рассказали. Одних знакомых очень сильно побили. Так что в первое время было очень страшно ходить по городу, особенно одному и ночью. (...) Люди идут — я боялся. Даже думал обратно к себе уехать. Но потом понял, что не все настроены враждебно. Но я даже не представлял, что такое бывает. У нас этого нет. Мои родители так и не знают об этом. Я им не говорю».

Подавляющее большинство студентов-иностранцев, обучающихся как по краткосрочным и среднесрочным программам, так и получающих полное высшее образование, свое будущее планируют вне Нижегородского региона, не собираются возвращаться сюда для ведения бизнеса или эмиграции.

Различия в положении студентов-иностранцев различных регионов, обучающихся по разным образовательным программам в следующем:

- Студенты-иностранцы из Африки и Юго-Восточной Азии ориентированы не только на изучение русского языка, их интересует образование в целом. Они подчеркивают престиж высшего российского образования у себя на родине, в то время как европейские и американские студенты критично оценивают качество российского образования (как правило, техническое оснащение).

Студентка из Германии: «Я очень рада, что могу учиться в Германии! Здесь первые 2–3 недели очень сложные. (...). Здесь одна компьютерная комната. Старые здания (...). Учеба в Германии очень отлична с учебой в России. Есть специальности, которые более развиты».

Студент из Камеруна: «В России можно получить хорошее образование дешево. У нас потом, как приехать в Африку, мы работаем на высокой должности».

Студентка из Китая: «Конечно, было страшно сюда приезжать, но есть очень большие преимущества от обучения в России. Ваша музыкальная школа очень высоко ценится! Тот, кто отучился в Рос-

сии, очень востребован у нас, в Китае. Это своеобразная «путевка в жизнь».

- Европейские и американские студенты приезжают, как правило, с базовыми навыками в русском языке. Именно студенты из Африки и Юго-Восточной Азии более нуждаются в специальных языковых программах для того, чтобы продолжать высшее профессиональное обучение в России.

Студентка из Мальдив: «Трудности? Язык. Очень плохо понимала людей, почти невозможно было что-то объяснить, спросить на улице».

Студент из Конго: «Мне не нравится, что приходится ездить в Строительный университет учить русский, видимо, у них там договор с Лобачевским».

Студентка из Китая: «Основная проблема — языковой барьер. Здесь, в консерватории очень мало тех, кто разговаривает на английском языке. На русском я пока не могу свободно общаться».

- Студентам, приезжающим по краткосрочным и среднесрочным программам оказывается более последовательная помощь российских кураторов на том временном отрезке, который они проводят в России. В том случае, если курирование было продуманным, впечатления от участия в программе остаются самые благоприятные.

Студентка из Чехии: «Нам постоянно помогали, подсказывали, как лучше (...) поэтому я даже не успевала думать о каких-то проблемах. Все решалось само собой. (...) Я удивилась радушию и гостеприимству, у нас это не принято. А еще тому, как русские сохраняют веселье, живя в таких ужасных условиях».

В то же время африканским и азиатским студентам — иностранцам оказывается меньше внимания, вероятно, в силу более длительного периода из пребывания в России. Однако они также нуждаются в непрерывном сопровождении со стороны администрации вуза как в адаптационный период, так и в дальнейшем

(речь идет об оказании помощи различного рода: например, об организации культурных программ с российскими студентами и т.п.).

Студент из Мали: «Это не так просто — жить здесь».

Студент из Конго: «...я думал, что еду в страну, приблизительно напоминающую европейскую (...) по дороге от вокзала до общежития я все думал, когда же закончатся эти трущобы, но когда они не закончились, я был в шоке».

Студент из Марокко: «Снег. Все в снегу. (...) Поехали в Кремль. Красиво, никогда такого не видел. И еще огонь вечный... Хотелось сесть около него и погреться (смеется). (...) Сначала я ходил на курсы в Строительном. Большой там университет. Но там грязно. Я ожидал, что будет, как в Европе, а там нет. Правда, грязно. (...) Маршрутки ваши ... особенно в час пик. Это что-то ужасное. Я бы никогда не поверил, если бы мне рассказали. В них страшно ездить. Люди все злые там. Места нет. Все напиханы, словно сардины в бочке».

Студент из Камеруна: «Я стал больше ценить жизнь, и мне дали ясно понять, что другой цвет кожи — это огромный недостаток. Знаешь, когда ты уже ощущал свободу, очень трудно, во-первых, от всего отказаться, во-вторых, чувствовать себя абсолютно беспомощным в чужой стране».

Студентка из Мальдив: «У нас был случай, одна девочка ногу сломала, а пропускать занятия нельзя. Так ее наши ребята на руках по университету носили! Русские? Нет, мы вообще почти не общаемся. Мы учимся отдельно».

• Европейские и американские студенты более критичны и требовательны по отношению к условиям прохождения стажировки. Африканские и азиатские студенты более терпеливы, однако они также высоко оценивают помощь со стороны администрации вуза, если она им бывает оказана в необходимом объеме.

Студентка из Франции: «Потому что мне все сказали, что это третий город в

России. Так что я представляла очень большой город, где, ну, вообще, много возможностей. И когда я увидела в первый раз центр, который буквально — площадь Минина, площадь Горького — и все, я думала: ай-ай-ай (смеется). Первый раз (университет) кажется очень маленький, нет библиотеки, например, нет компьютеров, нет условий для студентов. С другой стороны, так хорошо, что все знают друг друга».

Студентка из Германии: «В аэропорту должно быть удобно, должно существовать бумажка с объяснением, что такое маршрутное такси и как на этом доехать. (...) Для инвалидов у вас жизни вообще не существует».

Студент из США: «В университете нужно поставить обновленное оборудование; дать студентам возможность стажировки; обновить систему образования, то есть включать новые программы обучения».

Студент из Камеруна: «Есть одна организация, нам очень помогает. Мы участвовали недавно в митинге, и ведем уроки дружбы в школах и университетах. Вот у меня здесь много друзей, мне помогают, если что».

• В Нижний Новгород европейские и американские студенты попадают благодаря специализированным правительственным программам (или программам сотрудничества между вузами). Африканские и азиатские студенты выбирают нижегородские вузы, в большей степени пользуясь рекомендациями родственников и знакомых. Это означает, что заметные улучшения положения данной категории студентов могут отразиться на престиже вузов в глазах уже обучающихся студентов, а, значит, на притоке абитуриентов в будущем из стран данных регионов.

Студентка из Чехии: «ННГУ тесно контактирует с моим институтом, поэтому я попала сюда».

Студент из Конго: «...в нашей семье это уже традиция — получать образова-

ние в России. Например, сейчас у меня родственники учатся в Москве, Санкт-Петербурге и других городах, а в этом общежитии на третьем этаже живет мой двоюродный брат».

• Студенты из европейских стран и США обеспечивают «символический капитал» нижегородских вузов, а студенты из Африки и Азии непосредственно участвуют в «экономическом улучшении» положения нижегородских университетов. Студенты из данных регионов, как правило, не подчеркивают «коммерческий характер» своего обучения, не высказывают особых требований, однако осознают обоснованность своего права на качественное образование в выбранном вузе.

Студент из Марокко: «Надо чтобы все поняли, что тут приехали учиться не бесплатно. Мы платим хорошие деньги. Мы получим диплом и уедем. (...) Мы никому не мешаем».

Благодаря использованию наряду с интервью вербальной техники «концентрация опыта в истории» мы обнаружили, что напряжение иностранных студентов из-за настроений ксенофобии велико независимо от опыта реальных угроз.

Техника «концентрация опыта в истории» может быть описана как в терминах «проективного подхода» [6], а также в русле «нарративной психологии» [9]. Ее суть заключается в том, что рассказчик представляет самую яркую историю, наиболее точно отражающую его восприятие той или иной ситуации, открывает «доминирующий нарратив» в отношении представляемых событий.

Свой «русский опыт» студенты описывали следующим образом.

Студент из Камеруна: «Я сейчас опять вспомнил про митинг против фашизма, который на площади Минина. Вот проходил он, значит, на площади Минина, мне очень понравилось участвовать. Эта акция проходила против скинхедов. В конце мы с русскими держались за ру-

ки и построили слово «мир»! Для нас это было трогательно. А еще одну историю могу опять про каток рассказать! Мы зимой пошли кататься на коньках с русскими, и из Африки там тоже были. Все над нами, конечно, смеялись, но и нам тоже было весело. Никогда не забуду, как мы катались, просто супер»!

Студент из Конго: «Мы летели из Франции в Москву с другом вдвоем, то есть в самолете нас было только двое африканцев, я уже почувствовал неладное. Когда мы были в аэропорту в Москве и стояли, разбирались с вещами, к нам стали подбегать дети, а родители их в это время фотографировали».

Студент из Марокко: «Когда в Москве я ждал самолет на Нижний, в зале ожидания у меня украли телефон. Я даже не понял, как это произошло. (...) Здесь самым жутким был эпизод, когда на меня напали на Горького какие-то парни. Потом выяснилось, что это скинхеды. Если бы не милиционеры, не знаю, что было бы».

Студентка из Германии: «31 декабря, Новый год, да? Мое портмоне украли в универмаге. Я обратилась за помощью к администратору и оставила свой телефон. Там были все документы — представляешь! Я так переживала. Через 5 дней позвонили и вернули паспорт, а деньги — нет».

Студент из США: «Один раз я прогуливался по центральной улице, по Покровке. Это было где-то года 4 назад. Это был вечер, и как раз в этот день был какой-то праздник. А спереди шли двое парней. И вдруг я услышал топот людей. Обернулся и вижу, как мимо меня пробегает толпа молодых людей. Они были одеты странно: тяжелые ботинки, балахоны. Они напали на этих двух парней и начали их бить. Сначала драка началась прямо в центре, а потом они все во двор забежали. И меня поразило в этой ситуации то, что это происходило на главной улице, и никакой милиции там не было.

А еще то, что все люди видели происхождение, но никто даже слова не сказал, чтобы заступиться. У нас за такие дела можно в суд подать, а в России (...) это не пресекается законом. Меня это очень удивило и насторожило».

Студенты из Африки и Юго-Восточной Азии не только опасаются расистских выпадов, из-за которых некоторые уже выехали на родину или по-прежнему готовы бросить учебу, но планируют и совершают действия по самопомощи, не рассчитывая на помощь МВД и общественности.

Студент из Камеруна: «Вечером, правда, небезопасно, после 20.00 мы выходим только группой, один я не хожу. Были случаи, когда избивали. Вот друга моего недавно избивали. Очень не нравится, когда в транспорте смотрят, иногда говорят прямо вслух про нас, а кто-нибудь пальцем показывает, но сейчас реже».

Студент из Конго: «Постоянно находишься в состоянии готовности: кто-то из своих звонит и говорит о нападении (скинхедов), ты сразу бросаешь все, берешь такси и едешь на помощь. (...) Еще я был очень удивлен, когда русские девочки из нашего же общежития подошли ко мне, знакомились, просили номер телефона, а потом писали сообщения типа: убирайся из России, черный, твое место в Африке».

Студент из Мали: «Но больше проблем с людьми. Они смотрят на меня... м-м, как будто: зачем сюда приехал? (...) Мы хотим убежать отсюда. Боимся, что нас убьют. Ведь если на нас нападут — есть такой закон, что мы не можем никого бить; если нас нападут, мы можем только убежать».

Экстремистские выпады «скинхедов» в Нижнем Новгороде за последние годы не были направлены на студентов из европейских стран (европейцы становятся лишь жертвами карманников), окружающие, «простые граждане», чаще проявляют к ним интерес и сочувствие. Однако

европейские студенты чувствуют себя в опасности из-за расистских настроений экстремистов, даже в том случае, когда агрессия направлена только на других иностранцев.

На первый взгляд «субъективный страх» студентов с Запада несимметричен объективной угрозе их безопасности. Процесс категоризации себя как потенциальной жертвы происходит у европейских студентов до возникновения подобно опыта, до их идентификации — «жертва!» — со стороны экстремистов.

«Разночтения» в понимании ксенофобии у принимающей стороны и европейских студентов проявляется в том, что у студентов европейских стран любое проявление нетерпимости (а не только конкретное, направленное на них) вызывает напряжение: «...*после времени ты чувствуешь, что русские, они очень боятся иностранцев, очень. У них есть свое мнение про всех: люди с Кавказа, люди черные. И вот сначала ты не очень замечаешь, но потом, после нескольких недель, месяцев, ты уже чувствуешь, что ты никогда не будешь русской, ты никогда не будешь одной из этих людей*» (студентка из Франции).

Возможно, это объясняется различным опытом общественных дискуссий, общественной рефлексии и интерпретации отношений ксенофобии в обществе в России и в Европе, что свидетельствует в пользу артикуляции на любом уровне проблемы нетерпимости для ее осознания и нейтрализации в российском обществе.

Таким образом, остается открытым вопрос о возможностях администраций университетов, принимающих иностранных студентов, в изменении тревожного эмоционального фона студентов-визитеров. Результаты данного исследования позволяют сформулировать основные рекомендации при ведении как краткосрочных, так и долгосрочных образовательных программ российских вузов, направленных на иностранных студентов.

Так, российским университетам, планирующим межкультурное взаимодействие в рамках краткосрочных и среднесрочных программ, рекомендуется проявлять инициативу в предложении оптимального жилья иностранным студентам, проводить инструктаж и сопровождение в передвижениях по городу по мере необходимости в период адаптации; предоставлять дополнительные технические возможности подразделениям университета, принимающим иностранных студентов, для того, чтобы студенты-стажеры получали привычный доступ к компьютерному обеспечению в процессе учебной деятельности, что является скорее «материальной» основой успешности образовательной стажировки.

К обеспечению собственно межкультурного взаимодействия следует отнести подготовку преподавателей, непосредственно обучающих иностранных студентов, кроме того, необходимы специализированные тренинговые программы межкультурной адаптации для иностранных студентов, создание которых может входить в круг задач специализированного подразделения университета по работе с иностранцами. Результаты проведенного исследования показывают, что продуманная организация стажировки и поддержание неформальных отношений с российскими студентами во многом нейтрализует негативные стороны в восприятии образовательной программы, которые трудно контролировать на локальном уровне (настроения ксенофобии населения, неухоженные улицы и т.п.).

В ситуации долгосрочных образовательных программ, предлагается следующее.

1) Необходимо более тщательно планировать языковые программы для абитуриентов и студентов-иностранцев, отдавая предпочтение собственным университетским программам. Возможно создание специализированных центров или кафедр-лабораторий, где бы разрабатыва-

лись и апробировались программы изучения русского как иностранного. При этом важно, чтобы учитывались все специфические организационные потребности университета (например, чтобы существовали отдельные группы для англоговорящих и франкоговорящих студентов).

2) Кроме языковых программ для студентов-иностранцев, получающих в России высшее образование, необходимо обязательное участие в тренингах межкультурной адаптации. Формы и методы работы со студентами-иностранцами в контексте проблемы межкультурной адаптации, включая и тренинговые занятия, могут быть более детально спланированы специализированным подразделением университета по работе с иностранцами.

Кроме того, необходима разработка и внедрение специализированных программ межкультурной сенситивности для педагогов, работающих с иностранными студентами.

3) В настоящий момент университетам крайне необходимы программы собственных действий по предотвращению проявлений расизма в отношении иностранных студентов и иностранцев в целом. Эта программа может включать в себя следующие содержательные блоки.

- Исключение расистских установок и действий у студентов в целом (на основе использования специальных методических приемов в учебном процессе) [3].

- Содействие нейтрализации настроений ксенофобии населения.

- Укрепление уверенности в достижении безопасности у студентов-иностранцев, входящих в группу риска как возможные жертвы расизма.

Для преодоления ксенофобии как у студентов, так и у населения города в целом, необходимо создание специальных PR-проектов, реализация которых возможна в сотрудничестве с молодежными общественными и политическими организациями и региональными СМИ.

Для возвращения и укрепления чувства безопасности иностранных студентов также необходимы специальные, более активные действия со стороны администрации университета. Возможен ряд организационных изменений (например, введение более активного института кураторства для студентов-иностранцев, при этом кураторы могут назначаться не только среди преподавателей, но дополнительно выбираться из числа «местных» студентов того или иного факультета). Также необходимо более тесное сотрудничество с органами МВД, возможно создание и реализация специальной программы взаимодействия соответствующих подразделений МВД и университетов.

Анализ проблем транснационального образования с российской стороны преимущественно связывается с необходимостью научных инноваций, улучшения технического и методического обеспечения образовательного процесса, потребностями в новых экономических стратегиях университетов [5].

Игнорирование решения межкультурных проблем приводит к нарушениям базовых потребностей участников образовательного процесса — потребностей в безопасности. Технологии оптимизации межкультурного взаимодействия, направленные и на общество, и на российских и иностранных студентов начинают образовательный процесс (обеспечивая безопасность иностранных студентов), и заканчивают его, помогая достигать в процессе обучения максимального результата, максимальной отдачи, возможной только в условиях межкультурного диалога и транскультурной чувствительности.

Литература

1. Архивы аналитического центра «Сова» // <http://xeno.sova-ctnter.ru>
2. Болонский процесс // Национальные отчеты за 2004–2005 годы // http://www.bologna-bergen2005.no/Docs/Germany/National_Reports-Germy_050118-orig.PDF
3. *Кавун Л.В.* Формирование толерантных установок в сознании участников образовательного процесса // Толерантность и интолерантность в современном обществе: общее и различное: Материалы международной научно-практической конференции / Под научной редакцией И.Л.Первой. — СПб.: Издательство СПб университета. 2006. С. 249–263.
4. Материалы международного семинара «Экстремизм и ксенофобия в молодежной среде сквозь призму транснациональных исследований». 16–18 марта, 2007. Центр изучения Германии и Европы. — СПб., 2007.
5. Реализация трансграничного образования в разных странах мира. Анализ и обобщение опыта // Национальный фонд подготовки кадров. Проект «Выполнение международных совместных программ». — М., 2005.
6. Словарь-справочник по психологической диагностике. — Киев, 1989.
7. Толерантность и интолерантность в современном обществе: общее и различное: Материалы международной научно-практической конференции / Под научной редакцией И.Л.Первой. — СПб. Издательство Санкт-Петербургского университета. — СПб., 2006. 429 с.
8. *Зинурова Р.* Особенности этнической социализации в современном российском обществе. — Казань, 2006.
9. *Фридман Дж., Комбс Дж.* Конструирование иных реальностей. — М., 2001.
10. *Чарный С.* Активизация национал — радикалов в сентябре-декабре 2004 года и пути преодоления этноэкстремизма в РФ (Аналитический доклад Московского бюро по правам человека) // <http://www.antirasizm.ru/>

Тамбовцева О.Б.

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ И ЦЕЛЕВАЯ АУДИТОРИЯ БРИТАНСКИХ РАДИО- И ТЕЛЕРЕКЛАМНЫХ ТЕКСТОВ

Известно, что реклама отражает образ современного человека и, одновременно, формирует его, воздействуя на подсознание, представляя собой руководство к действию. Поэтому стоит рассмотреть *социальное* значение рекламы, то есть ее непосредственное влияние на массовую культуру.

Нельзя не согласиться с С.А.Васильевым в том, что реклама переводит такой важнейший социальный процесс, как социальная стратификация, из области материального производства в сферу потребления [С.А.Васильев, 1997]. Формирование социальной принадлежности личности к тому или иному слою основывается не на отношении к процессу производства, а на отношении к процессу потребления.

Как утверждает автор, в обществе, где материальному производству для своего функционирования приходится вкладывать огромные средства в рекламу, различия в статусе основываются на том, чем владеет человек. Индивидуальное самоутверждение происходит не через трудовую деятельность, а через потребление товаров. Позиция на социальной лестнице определяется типом «престижных товаров», которые человек может приобрести.

Образы и представления о социальной стратификации, созданные с помощью рекламы, помогают воспроизводству рыночной системы. Например, производители зубной пасты рекламируют «улыбку победителя», а производители одежды — «платье для успеха». Личные

неудачи объясняются невыполнением человеком требований потребления: к примеру, реклама часов Seiko:

One say Dan Brooks was walking down the street minding his own business, when he didn't realize this before that he was about to bump into a beautiful woman who'd have his three children, the woman who'd graduate Glasgo and 'd go on to become a successful politician, the woman who'd change his life forever. But rather than insisting on a Seiko, Dan settled for an ordinary watch. And unfortunately, Dan was running one second late.

Seiko. Built for life.

Судьба уготовила Дэну Бруксу встречу с девушкой его мечты. Из рекламного обращения мы узнаем, что эта девушка в будущем окончит престижный университет Глазго, станет известным политиком и родит Дэну троих детей. И вот они идут навстречу друг другу, но Дэн купил себе обычные часы, которые отставали на одну секунду. И Дэн не столкнулся с девушкой. Согласно рекламе, у человека жизнь сложилась совсем по-другому, он прошел мимо удачи, и все из-за того, что у него были не те часы.

Реклама обосновывает и подкрепляет восприятие индивидом своего места в социальной структуре. Другими словами, реклама заставляет человека видеть социальный мир и свое место в нем определенным образом. Как отмечает Маршалл Маклюэн, канадский социолог и теоретик масс-медиа, реклама — это спрессованный образ современности, она аккумулирует чувства и опыт

всего общества [М. McLuhan, 1967]. Кроме того, реклама оказывает немалое воздействие на массовую коммуникацию и массовое сознание в силу своего экономического статуса, являясь основным источником финансирования СМИ. Так, все чаще рекламодатели создают теле- и радиопрограммы под свою рекламу, или контролируют подачу информации в соответствии со своими интересами.

Современные теоретики рекламы до сих пор спорят о том, способна ли реклама *манипулировать* людьми. Слово «**манипулирование**», или «манипуляция» происходит от латинского *manipulare*, что означает «управлять со знанием дела», «оказывать помощь». В современной литературе под понятием «манипуляция» понимается искусство управлять поведением людей с помощью воздействия на сознание и инстинкты человека.

Некоторые исследователи утверждают, что реклама обладает способностью диктовать людям, как себя вести. Большинство исследователей полагают, что на определенные группы людей, например, маленьких детей, пожилых людей, тинейджеров, реклама, безусловно, может произвести большее впечатление, чем на всех остальных. Однако это вовсе не означает, что какая-то серия рекламных роликов может принудить кого-то принять решение о конкретной покупке.

Хотя, как утверждают некоторые специалисты, ни отдельный рекламный ролик, ни рекламная компания в целом не может заставить сделать покупку человека, не нуждающегося в этом товаре или услуге, существует другая точка зрения.

Рассмотрим понятие манипуляции более подробно. Так, немецкий социолог Г. Франке понимает под манипуляцией «своего рода психическое воздействие, которое производится тайно...»

Другими словами, мы не догадываемся, что нами манипулируют. Примером тому может служить реклама. Реклама, по мнению Г. Франке, в действительности лишена той безобидности, которую за ней признают. «...Обнаруживается, что от льстивого, просящего и требующего голоса рекламы исходит мягкое, спокойное давление, давление, которое бывает тем действеннее, чем оно менее ощутимо. Оно не только побуждает человека, находящегося под таким воздействием, делать то, что желают другие, но заставляет его хотеть это сделать!» [Г. Франке, 1986].

Для разграничения терминов «манипуляция» и «воздействие» подчеркнем, что *воздействие* в психологии — целенаправленный перенос движения или информации от одного участника взаимодействия к другому. Воздействие может быть непосредственным или контактным, когда движение и заключенная в нем информация передаются в форме импульса движения: прикосновения или удара, и опосредованным или дистантным, когда информация и закодированный в ней импульс движения передаются в форме комплекса сигналов, несущих сообщение о чем-либо и ориентирующих воспринимающую систему относительно смысла и значения этих сигналов. По степени изменения в состоянии, поведении и личностно-смысловых образованиях субъекта, на которого было направлено воздействие, можно судить о степени влияния на него воздействующего субъекта или объекта. Тогда как *манипуляция* — вид психологического воздействия, используемого для достижения **одностороннего выигрыша** посредством **скрытого** побуждения партнера по общению к совершению определенных действий; предполагает известный уровень сноровки и мастерства при его проведении. [Краткий психологический словарь, 1998]. Таким образом,

манипуляция — один из видов воздействия.

По мнению ряда исследователей, воздействие в рекламе может осуществляться через убеждение и внушение. *Убеждение* предполагает логическое воздействие на основе рациональной оценки содержания высказывания. Главной задачей *внушения* является понижение способности к критическому мышлению и повышение податливости к убеждениям. Как утверждает Б.Н.Бессонов, манипулирование — специфическая форма духовного воздействия, которое основывается на внушении [Б.Н.Бессонов, 1978].

Среди исследователей рекламного текста существуют разные мнения о том, какой вид воздействия — *убеждение* или *внушение* — следует считать ведущим. Многие специалисты рассматривают рекламный текст как вид *убеждающего* дискурса в рамках лингвистической [Х.Кафтанджиев, 1995; Н.В.Щербина, 2002]. По мнению Д.А.Бокмельдера, убедить — значит «в условиях наличия у адресата свободы воли и возможности рационально мыслить, при помощи вербальных средств повлиять на процесс принятия адресатом решений, чтобы адресат был уверен в благоприятности для него самого принятия предлагаемых мнений, отношений, оценок или совершения какого-либо действия» [Д.А.Бокмельдер, 2000]. Нужно отметить, что убеждающая речь имеет своей целью изменение взглядов, мнений, поведения аудитории [D.Bryant, K.Wallace, 1976].

Другие исследователи (В.Н.Зызыкин, 1992; Е.Л.Доценко, 1996, Л.П.Грибак, 1999) полагают, что основной вид воздействия рекламы — **суггестия** — *внушение*, усвоение информации на сознательном и бессознательном уровне. Оно осуществляется с целью создания определенных состояний или побуждения зрителя к определенным действиям, а

его суть состоит во влиянии на чувства и поведение человека через разум, эмоции и волю с помощью аргументации и мотивации. Результатом внушения может быть убежденность, получаемая без логического доказательства. Внушение возможно, если реклама соответствует потребностям и интересам потребителя, если источник информации авторитетен и вызывает доверие. К примеру, реклама банка Barclay's bank, где монолог произносит известный актер Энтони Хопкинс:

Here's this about big. You know, seeing the big picture, having the big idea, clenching the big deal, nobody wants to clench the little deal, who wants to do that? Be a little deal-clencher?

Small shop. When you need to go get a burger, you want a big bag. Go to the fun-fair, you ride a big dipper. You turn on TV, you see a big bird, or your favourite big bad wolf.

When I was growing up I wanted to be the big man, I never wanted to be the little man, the little man wanted to be the big man.

You go to America, you want to go to the Big Apple, not the little apple.

When I get up in the morning, I want a big breakfast. I want my girlfriend to say «Good morning, Big Boy», to which I reply: «A good big day today, beginning with a big cheese from a big studio, and have big bucks».

And she would turn to me, rolling her big blue eyes, and say, «Big head». I return, «What's the big deal?» give her a big kiss.

When I get to my big car, set on a big white road, she'll give me a big wave, close the door of our big house, look in the mirror and ask herself, «Does my bum look big in this?»

Because we're big.

We've become the largest online bank in the UK.

Because we're big.

We arrange more syndicated loans in Europe than anyone.

Because we're big.

You can access your money from over 450,000 places worldwide.

And in my big meeting I turn to one of the big heads and I'd say: «I love this movie, it's gonna be big, there is only one small problem, my fee. I'd like it to be... what's the word?»

Barclays. A big world needs a big bank.

Эффект суггестии — воздействия на психику человека, связанного в большей степени со снижением сознательности и критичности при восприятии внушаемого содержания, достигается, по мнению В.Н.Зазыкина, при помощи конкретности и образности ключевых слов и качеств описываемого предмета; положительных образов и ассоциаций; речевой динамики: качества голоса, богатства интонационных характеристик, пауз, тембра. По мнению автора, выигрышнее — мужской баритон [В.Н.Зазыкин, 1992].

Как было отмечено выше, внушение, или суггестия лежит в основе манипуляции. Такой вид воздействия, как манипулирование, востребовано сегодня как никогда, так как конфликт между интересами рекламодателя-манипулятора — навязать свое, — и потребителя — купить лучшее, — обостряется вследствие обострения конкурентной борьбы. Манипуляция же по природе своей призвана сглаживать этот конфликт, создавая иллюзию самостоятельности принятия решения реципиентом.

Реклама обрушивает на потребителей огромное количество информации. Исследованиями психологов доказано, что психологическое воздействие рекламы осуществляется на трех уровнях [Р.И.Мокшанцев, 2002; Е.Л.Головлева, 2003]. Рассмотрим известные уровни психологического воздействия:

– *когнитивный* — уровень знаний, когда происходит передача объемов информации, обращенных к разуму человека; задействованы такие процессы, как *ощущение, восприятие, внимание, память и мышление*.

Психологическое воздействие на данном уровне реализуется при характеристике рекламируемого товара или услуги. Подчеркиваются преимущества, выгода использования данного товара или услуги для потребителя, происходит воздействие на интеллект:

Budweiser... Make a good time great.

DHL. We move the world. Also locally.

UPS. Your business synchronized.

You've got nothing to lose, but you could have a great deal to gain. Call AAP.

– *аффективный* — затрагивающий эмоциональную сферу человека, на котором происходит формирование отношения к рекламе, превращения передаваемой информации в систему установок, мотивов, принципов, благоприятных ассоциаций. Воздействие на эмоции неизменно вызывает у реципиента сообщения сопереживание:

Missing all Bank holiday Monday to Virgin to win. Then watch the Breathtake on the Biography channel on Sky channel 229 or Ideal home Channel 122. It makes you proud to be British. Only on Virgin radio.

Нужно заметить, что одной из проблем логико-психологической организации сообщения является проблема оптимального с точки зрения аффективности речевого воздействия соотношения логических и эмоциональных апелляций к аудитории. В своей работе Ю.А.Асеев описывает опыты Вейсса, в которых три типа сообщения, а именно эмоционально-насыщенное, фактографически-логическое и смешанное, предъявлялось трем группам испытуемых, и замерялось их влияние на установки аудитории. Оказалось, что наибольшее влияние имеет

сообщение рационалистического плана и сообщение смешанного характера [Ю.А.Асеев, 1973].

– *конативный* — уровень конкретных действий человека, на котором формируются его поведенческие установки, происходит «подталкивание» его к совершению действия по отношению к товару, услуге:

Hungry? Grab a Snickers.

Start your day with Pete and Geoff and a mug of Nescafe original.

Call AAP.

Итак, при восприятии и переработке рекламной информации когнитивный компонент отражает содержательную сторону рекламы, аффективный — чувства и эмоции человека, которые он испытывает при восприятии рекламного сообщения. А конативный определяет способ действия радиослушателя или телезрителя в пострекламный период. Грамотное использование знаний об особенностях и взаимодействиях вышеперечисленных компонентов повышает эффективность рекламного воздействия.

Поскольку эффективное воздействие на аудиторию является ключевой задачей рекламного воздействия, рассмотрим этот компонент рекламной коммуникации более подробно. Аудитория массовой коммуникации всегда отделена пространством и/или временем. Следовательно, отсутствует непосредственный контакт с аудиторией. Существуют различные классификации аудитории массовой коммуникации. Наиболее известны две классификации: количественная и качественная.

С точки зрения **количественной** классификации, аудитория СМИ подразделяется на *общую* и *сегментированную*. При работе с общей аудиторией такое средство СМИ, как реклама, нацелено на усредненный образ потенциального потребителя. Такой подход эффективен только для некоторых товаров массово-

го пользования, таких, как базовые продукты питания.

В последнее время в средствах массовой информации все сильнее выражается тенденция к *сегментации* аудитории. Сегментация аудитории позволяет направить ваше сообщение именно той целевой аудитории, которая вам необходима и интересна. Для этого сначала проводится исследование, а затем аудитория делится на более дробные части, у каждой из которых есть свои специфические цели, интересы, например, домохозяйки, подростки, пенсионеры, бизнесмены.

Так, совершенно очевидно, что следующее рекламное обращение направлено на преуспевающих мужчин средних лет. Мы видим женщину и детей, они едут в машине домой. Телезритель замечает, что они прилично одеты, у них хорошая машина и большой дом с гаражом, в отпуск они собираются за границу. Рекламный текст представляет собой монолог женщины, обращенный к умершему мужу. Цель данной рекламы — побудить мужчин позаботиться о своей семье, застраховав свою жизнь:

The kids are so grown up now. I think Tom's found himself a girlfriend. And they are so much nicer to their mom. Helma. She wants to be an architect, like you. And on Friday we are going to Spain for a week. It's going to be great. So, we're doing all right, Peter, we're doing all right.

To lose someone without losing everything. Glensidige Nor Insurance.

Таким образом, сегментация помогает оказывать влияние на различные слои населения, исходя из социального положения, профессии, пола, вероисповедания, политических взглядов и других факторов наиболее действенным способом.

Качественная классификация, разработанная Джоном Мэриллом, основывается на *психологических характеристиках* и оценках аудитории [J.C.Merill,

J.Lee, E.J.Friedlander, 1994]. В рамках этой классификации выделяются три основные группы.

Для первой группы, согласно автору, характерно «отношение безграмотного» к СМИ. Такие люди ищут развлечений и отдыха, пассивно принимая жизнь и не интересуясь происходящим в обществе. Эмоции у людей подобного плана преобладают над разумом и логикой, для них важнее увидеть, чем понять или прочитать. С социальной точки зрения к этой группе относятся экономически малообеспеченные слои населения.

Второй группе, составляющей основную целевую аудиторию СМИ, присуще «отношение прагматика». Это активные члены общества, ориентированные на успех и продвижение по службе, поэтому они очень заинтересованы в окружающей их социальной действительности с психологически прагматической точки зрения. Эта группа является наиболее активным потребителем рекламы.

В третьей группе превалирует «отношение интеллектуала». Для этой группы на первом месте стоит вопрос «Почему?», а не «Что?» Такие люди интересуются вопросами философии, культуры, политики, экономики, освещаемыми с серьезных аналитических позиций. На данную группу ориентируются качественные специализированные издания и СМИ.

Итак, определение фирмой-изготовителем, даже в общем, своей целевой аудитории по количественным и качественным характеристикам позволяет значительно повысить эффективность сообщения.

Благодаря явлению глобализации и, как следствию, возможности просмотра и прослушивания современных рекламных обращений в разных городах и даже странах не всегда есть возможность выделить узкий сегмент аудитории. Поэтому, прибегая ко второй, качественной

классификации, кажется возможным назвать целевой аудиторией рекламных обращений товаров и услуг *предварительного выбора* (автомобилей, банков, страховых компаний и др.) широкую группу людей, которой свойственно «отношение прагматика». Выделение данной целевой аудитории представляется оправданным, так как это наиболее перспективные люди с точки зрения рекламного воздействия: они мобильны, обладают достаточными средствами для приобретения рекламируемой продукции. Кроме того, эти люди работают, и потому могут заинтересоваться как рекламой транспортных средств, так и финансовой и бизнес-рекламой.

Было проведено исследование, которое показало, что потребителями такой рациональной рекламы являются преимущественно мужчины. Тогда как целевую аудиторию товаров *повседневного спроса* (продукты, товары для дома, одежда, обувь, развлечения и др.) составляет группа людей, имеющая «отношение безграмотного» к СМИ. Именно на них в первую очередь направлена эмоциональная реклама продуктов питания/напитков и средств массовой информации. Целевую аудиторию данной группы товаров составляют в основном женщины [О.Б.Тамбовцева, 2007].

Кроме того, данное исследование позволило сделать вывод, что в случае направленности рекламного ролика на мужчин воздействие происходит преимущественно на когнитивном уровне. Тогда как в рекламных роликах, направленных прежде всего на женщин, основное воздействие реализуется на аффективном уровне. [там же].

Как видно, современная реклама не выдает объективную информацию о предназначенных для продажи товарах, представляя принятие рациональных сознательных решений самому покупателю.

телю, заранее определившему свои «нужды». Благодаря использованию манипуляции реклама апеллирует к подсознательному в индивидуе, к его воображению. Следует иметь в виду, что использование манипулятивных средств может привести как к *положительному*, так и к *отрицательному психологическому воздействию*. Отрицательное воздействие на потребителя рекламы может подтолкнуть потребителя к покупке товаров, в которых он не нуждается.

Литература

1. *Асеев Ю.А.* Психология речевого воздействия // Реклама: Внушение и манипуляция. Медиа-ориентированный подход. — Самара: Издательский Дом «БАХРАХ-М», 2001. С. 435–514.
2. *Бессонов Б.Н.* Идеология духовного подавления. — М., 1978.
3. *Бокмельдер Д.А.* Стратегии убеждения в политике: анализ дискурса на материале современного английского языка: Автореф. дисс. ... канд. филол. наук. — Иркутск, 2000. 23 с.
4. *Васильев С.А.* Реклама как фактор трансформации отечественного телевидения. Дис. ... канд. социологических наук. — М., 1997. 121 с.
5. *Гирина И.Г.* Речевой голос в звучащем американском телевизионном рекламном тексте: Дис. ... канд. филол. наук. — Хабаровск, 2003. 164 с.
6. *Головлева Е.Л.* Основы рекламы: Учебное пособие. — М.: ЗАО «Издательский Дом «Главбух», 2003. 272 с.
7. *Гримак Л.П.* Гипноз рекламы (анатомия идеальной формы психической агрессии) // Прикладная психология. 1999. № 3.
8. *Доценко Е.Л.* Психология манипуляции. — М.: МГУ, 1996. 230 с.
9. *Зазыкин В.Н.* Психология в рекламе. — М.: Дата Стром, 1992. 63 с.
10. *Кафтанжиев К.* Тексты печатной рекламы. — М.: Смысл, 1995. 127 с.
11. Краткий психологический словарь под общей редакцией А.В.Петровского, М.Г.Ярошевского. — Ростов-на-Дону: Феникс, 1998. 195 с.
12. *Мокшанцев Р.И.* Психология рекламы: Учебное пособие. — М.: ИНФРА-М; Новосибирск: Сибирское соглашение, 2002. 230 с.
13. *Тамбовцева О.Б.* Роль просодии в повышении эффективности британской монологической радио- и телерекламы. Дис. ...канд. филол. наук. — М., 2007. 161 с.
14. *Франке Г.* Игрек минус. — М.: Мир, 1986. 452 с.
15. *Щербина Н.В.* Американский рекламный тест в аспекте взаимодействия языка и культуры: Дис. ...канд. филол. наук. — Хабаровск, 2002. 210 с.
16. *Bryant D.C., Wallace K.R.* Oral Communication. — New Jersey: Prentice Hall, Inc., 1976. 270 p.
17. *McLuhan M.* The Mechanical Bride: Folclore of Industrial Man. — Boston: Beacon Press, 1967.
18. *Merill J.C., Lee J., Friedlander E.J.* Modern Mass Media. — Harper Collins College Publishers, 1994.

ЭКСПЕРИМЕНТ И ТЕХНОЛОГИЯ

Балгимбаева З.М.

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ СОЦИОГЕНЕЗА ЭТНИЧЕСКИХ ГЕНДЕРНЫХ ПРЕДУБЕЖДЕНИЙ

Исследованию предубеждений в психологии посвящено лишь небольшое количество работ. Да и сам термин «гендерные предубеждения» выделился как самостоятельный лишь недавно. Достаточно вспомнить работу Т.Нельсона, которая так и называется «Психология предубеждений: секреты шаблонов мышления, восприятия и поведения» [7].

Однако в указанной работе автор не всегда четко разводит понятия «стереотипов», «предрассудков» и «предубеждений».

По нашему мнению, предубеждения и предрассудки лежат в основе возникновения стереотипов. При этом *предубеждения выступают в качестве аффективно-поведенческого компонента стереотипа и возникают в результате субъективных оценок и отношений на основе межгрупповых и межличностных взаимодействий и собственного жизненного опыта.*

Изучение предубеждений является актуальным на сегодняшний день, на наш взгляд, по двум причинам.

Во-первых, практически для всех постсоветских стран характерным является существование в условиях традиционных поликультурных полей, где имеет место как сохранность традиционного этнического образа жизни, с ее бытовыми и обрядовыми формами, так и активная их трансформация, в результате

пресловутой глобализации. Такое сосуществование в поле взаимопроникновения культур может сопровождаться определенными сложностями и «напряжениями», которые, рано или поздно потребуют своего разрешения. И в этом смысле в нашем исследовании делается акцент на этнических предубеждениях.

Во-вторых, развитие гендерного подхода как одного из принципов современной психологии сегодня ни у кого уже не вызывает сомнений. Отход от «бесполох исследований» в области психологии приводит к возникновению и развитию совершенно нового взгляда на содержание, развитие и изучение психического. В такой ситуации возникает необходимость исследования именно гендерных предубеждений. Как видим, речь идет об актуальной заявке на изучение предубеждений не только с точки зрения этнических, но и гендерных особенностей.

В связи с вышесказанным важным вопросом является вопрос о социогенезе или происхождении гендерных этнических предубеждений.

На наш взгляд, гендерные этнические предубеждения возникают с раннего детства и развиваются на базе гендерной идентичности — одной из базовых подструктур социальной идентичности, которая характеризует индивида с точки зрения его принадлежности к мужской или женской группе. С точки зрения

Э.Эриксона, идентичность опирается на осознание временной протяженности собственного существования, предполагает восприятие собственной целостности, позволяет человеку определять степень своего сходства с разными людьми при одновременном видении своей уникальности и неповторимости [8]. Процесс взаимодействия родителей с детьми, их общение и совместная деятельность, как показывают последние исследования, являются различными, в зависимости от пола ребенка. Иными словами, родители общаются с мальчиками и девочками по-разному [6].

Первоначально процесс общения родителей со своими новорожденными детьми происходит на уровне телесного контакта, которые подкрепляются мощными аффективными переживаниями и определенными поведенческими актами, которые имеют свои особенности в зависимости от пола человека, общающегося с ребенком. Для общения матери и ребенка характерными являются кормление грудью, пеленание, укачивание, а для общения отца и ребенка при телесном контакте характерны игровые взаимодействия и физические упражнения. Все это в последствии ложится в память ребенка об эмоциональных и поведенческих взаимодействиях с матерью и отцом. Позже через родителей и ближайших референтов ребенок начинает усваивать определенные паттерны поведения, соответствующие его полу. Взросление ребенка, накопление собственного жизненного опыта от взаимодействия с разными женщинами и мужчинами, включение его в группы сверстников и демонстрация им общественно подкрепляемых мужских либо женских типов поведения, окончательно формирует те или иные гендерные предубеждения. На наш взгляд, данный процесс, начавшийся с раннего детства, продолжается всю жизнь.

Как известно, процесс социализации происходит при одновременном влиянии культурно-этнического опыта, гендерного и возрастного аспектов, а также факторов, вызванных социально-экономическими изменениями в общественной жизнедеятельности.

Все эти аспекты необходимо учитывать при изучении социогенеза гендерных предубеждений. Поэтому целью проведенного исследования явилось исследование социогенеза предубеждений в зависимости от возрастной, гендерной и этнической принадлежности испытуемых.

В качестве испытуемых в исследовании выступили мужчины и женщины разного возраста русской, казахской и уйгурской национальности, проживающие на территории современного Казахстана.

Выбор именно этих этнических групп продиктован тем, что русские, казахи и уйгуры являются представителями наиболее многочисленных диаспор, проживающих на территории современного Казахстана. Сравнительный анализ этих этнических групп позволит определить общее и различное в социогенезе гендерных этнических предубеждений, а также выявить наиболее полотицизированных представителей того или иного этноса.

Путем метода поперечного среза был определен возрастной состав испытуемых — мужчины и женщины 17, 40 и 60 лет трех этнических групп. Если давать качественную характеристику выборки, то выбор именно этих возрастных групп мы объясняем следующим.

Семнадцать лет — это возраст, которые многие психологи определяют как возраст бурного развития самосознания, возраст «открытия своего Я». У большинства юношей и девушек в этом возрасте очень интенсивно развиваются такие личностные качества, как чувство

собственного достоинства, мировоззрение, независимость суждений, сознательность, самостоятельность.

Кроме того, центральным психологическим образованием этого возраста является половое созревание и связанное с ним полоролевое самоопределение, а также интерес молодых людей к вопросам пола.

К тому же уровень интеллектуального развития юношей и девушек данного возраста делает возможным понимание процедуры исследования и содержания материала и может представлять для них определенный интерес.

Возраст сорока лет связывают с кризисом середины жизни, когда происходит активное переосмысление прожитого, соотносятся результаты уже достигнутого и еще не решенного. Зачастую в результате подобных размышлений у человека возникает внутренний конфликт и неудовлетворенность от прожитого. В этот момент могут обостряться противоречия между своими собственными представлениями о жизни и требованиями социального окружения, которые могут охватывать все сферы жизнедеятельности личности, в том и числе и ее гендерные аспекты.

И, наконец, возраст шестидесяти лет. Это период поздней зрелости, когда человек прекращает активную трудовую деятельность и переходит в новый социальный статус. К этому возрасту человек подводит жизненные итоги, делает основные выводы. Очень важным является определение своего места в новом социальном пространстве и оценка себя как человека, «который прожил не зря». Описанные процессы могут касаться и гендерных аспектов.

Что касается количества выборки, то общее количество испытуемых составило 540 человек (по 30 человек из каждой возрастной, этнической и половой подгруппы).

В качестве метода исследования был выбран контент-анализ результатов сочинения. Каждый из испытуемых в своем сочинении должен был отразить свои взгляды на тему: «Какими качествами должны обладать «настоящий мужчина» и «истинная женщина», а какими — не должны?» В результате контент-анализа был получен определенный набор характеристик, который включал в себя 100 положительных и 70 отрицательных свойств.

Этот набор лег в основу анкеты для испытуемых. В процессе анкетирования респонденты должны были оценить каждое из приведенных в анкете качеств по 10-балльной шкале по степени выраженности их у мужчины и женщины.

В дальнейшем, используя метод нахождения среднеарифметического значения по каждому качеству, для каждой группы было выделено по 20 качеств, получивших наивысшую оценку. Таким образом, нам удалось определить не только приемлемые, но и отвергаемые личностные характеристики для всех возрастных этнических групп, определив, тем самым, содержание гендерных этнических предубеждений.

Проведенная работа позволила не только осуществить сравнительный анализ предубеждений, в зависимости от половой и этнической принадлежности испытуемых, но и с учетом возрастных особенностей респондентов осуществить анализ социогенеза гендерных этнических предубеждений.

Приведем результаты сравнительного анализа.

1. Предубеждения, направленные против женщин являются более динамичными, в отличие от предубеждений, направленных против мужчин, которые являются более стабильными.

2. Семнадцатилетние русские, казахские и уйгурские юноши, в отличие от семнадцатилетних русских, казахских и

уйгурских девушек, являются сторонниками жестких традиционных гендерных предубеждений, направленных как против мужчин, так и против женщин.

3. Семнадцатилетние казахские и уйгурские девушки являются сторонниками жестких традиционных стереотипов, направленных против женщин.

4. Семнадцатилетние русские девушки являются сторонниками жестких традиционных стереотипов, направленных против мужчин.

5. Сорокалетние русские мужчины и женщины всех трех этнических групп создают наиболее нетипичные гендерные образы.

6. Сорокалетние казахские и уйгурские мужчины, в отличие от сорокалетних казахских и уйгурских женщин, остаются приверженными традиционным гендерным предубеждениям, направленным против женщин.

7. Шестидесятилетние русские мужчины и женщины начинают включать в гендерные характеристики нетрадиционные качества.

8. Шестидесятилетние уйгурские мужчины и женщины являются приверженцами более традиционных гендерных предубеждений.

9. Шестидесятилетние казахские мужчины являются сторонниками традиционных гендерных предубеждений, в отличие от казахских женщин, которые включают в гендерные характеристики нетрадиционные описания.

Интерпретируя полученные данные, мы приходим к следующим выводам.

Конструирование содержания гендерных предубеждений у женщин всех трех этнических групп можно связать с так называемым «женским опытом» который начинает создаваться благодаря родителям уже с младенческого возраста через гендерно-нормированный образ новорожденного ребенка (бантики, длинные волосы, нарядные платья и т.п.)

и поощрение гендерно-нормированного поведения (нерешительность, эмпатийность, пассивность и т.п.).

В дальнейшем «быть девочкой» «помогают» институты социализации, важнейшими агентами которых являются ровесники, СМИ, мода и т.п. Особая роль в конструировании содержания гендерных предубеждений отводится периоду полового созревания и связанного с ним периода становления полового самосознания. В этот период нормативное и информационное давление относительно гендерных норм настолько велико, что большинство девочек, обладающих «отклоняющимися признаками», корректируют свои личностные особенности в сторону «традиционной женской роли» [4].

Именно этим, на наш взгляд, можно объяснить наличие во всех трех этнических группах семнадцатилетних девушек жестких традиционных гендерных предубеждений, направленных как против мужчин, так и против женщин.

На первый взгляд, современное общество предъявляет к поведению девочек менее жесткие нормативные требования, чем к поведению мальчиков, кроме того, с детства девочек окружают воспитатели-женщины, с которыми девочка может идентифицировать себя [8]. Однако наличие в обществе такого довольно устойчивого гендерного предубеждения, что роль женщины в обществе значительно ниже, чем роль мужчины, затрудняет развитие позитивной Я-концепции девочки, рождая проблемы со становлением женской идентичности.

В основе содержания гендерных предубеждений у мужчин лежит «идеология мужественности», которая является составной частью традиционной патриархальной культуры и включает в себя такие нормы, как социальный статус, физическая, умственная и эмоциональная твердость, антиженственность. Данный тезис подтверждается тем, что среди

семнадцатилетних юношей всех трех этнических групп приоритетными остаются жесткие традиционные гендерные предубеждения, направленные как против мужчин, так и против женщин. При этом, центральной характеристикой гендерных предубеждений является потребность доминирования, неразрывно связанная с мужской гендерной ролью [10].

Традиционно считается, что в процессе социализации мальчик находится в более сложном положении, чем девочка, поскольку его воспитатели — женщины, и поэтому ребенок испытывает недостаток в объектах для идентификации. Кроме того, «мужской» ролевой набор более ограничен и жесток, а традиционное воспитание не поддерживает проявление независимого, инициативного, активного — «мужского» поведения [1].

Поэтому дальнейшее развитие гендерной идентичности и гендерных предубеждений связаны с преодолением социальных барьеров на пути развития маскулинности. Как результат преодоления таких барьеров может возникнуть аффективно-когнитивный диссонанс, следствием которого является «полоролевая растерянность» либо утрированно-маскулинные полоролевые ориентации [2].

Наше исследование показало, что подобное утрированно-маскулинное поведение более характерно для мужчин казахской и уйгурской национальности. Как показывают исследования последних лет, традиционная мужская гендерная роль иногда может стать причиной тревоги и напряжения, поскольку некоторые ее аспекты дисфункциональны и противоречивы. Так, О'Нил, говоря о модели гендерно-ролевого конфликта, выделяет шесть паттернов, которые мы, в свою очередь, можем обозначить как основные паттерны гендерных предубеждений, направленных против мужчин. Это: ограничение эмоциональности, гомофобия, потребность контролировать людей и си-

туации, ограничения в проявлении сексуальности и привязанности, навязчивое стремление к соревнованию и успеху, проблемы с физическим здоровьем из-за неправильного образа жизни [9].

Особенную актуальность проблема гендерных предубеждений приобретает в так называемые «кризисные периоды» развития личности.

В своем исследовании мы остановились на трех, на наш взгляд, важных периодах жизни личности. Это юношеский возраст (17 лет), период «середины жизни» (40 лет) и период поздней зрелости (60 лет).

В юношеском возрасте гендерные проблемы приобретают особую актуальность, когда старшеклассники стоят перед выбором своего дальнейшего жизненного и профессионального самоопределения.

Наше исследование показало, что семнадцатилетние женщины казахской и уйгурской национальности являются более полотиципизированными. В данной этнической среде все еще довольно устойчивы стереотипы о том, что для женщин главными социальными ролями являются не профессиональные, а семейные роли (мать, хозяйка). Считается, что удел женщины — это экспрессивная сфера деятельности, где главным является исполнительский и обслуживающий характер труда, а инструментальная сфера — это область деятельности мужчин, где главным является творческий, созидательный, руководящий труд. Стремление соответствовать социальным ожиданиям, связанным с различной степенью значимости профессиональной деятельности и карьеры для мужчин и женщин, побуждает полотиципизированных девушек, например, в профессиональном выборе пренебрегать своими склонностями, способностями, интересами и выбирать типично женские профессии, связанные с выполнением обслуживающих функций.

Семнадцатилетние казахские и уйгурские мужчины также являются наиболее полотицированными. В такой ситуации социум требует от них жесткого соответствия роли «настоящего мужчины».

Период «середины жизни» связан с противоречиями между индивидуальными потребностями личностного развития и нормативными представлениями, реализованными в гендерных предубеждениях. Эти противоречия проявляются как внутриличностные конфликты, возникающие между несовместимыми (или, по меньшей мере, трудно совместимыми) интересами, потребностями, представлениями и ролями. Ситуацию внутреннего конфликта человек воспринимает и переживает как психологическую проблему, требующую своего разрешения. Внутриличностный конфликт порождается амбивалентными стремлениями субъекта, которые ограничивают возможности нормального функционирования личности, по выражению Р.Мэя, «различные напряжения внутри личности блокируют друг друга, как два борца в захвате, что не могут сдвинуться с места. Человек теряет способность свободно говорить, думать и выражать свои чувства, чтобы быть адекватно понятым окружающими» [3]. Вследствие этого, социально активная женщина испытывает серьезные трудности не только объективного, но и субъективного характера. Так, необходимость выжить в условиях конкурентной борьбы приводит к потере типично женских черт и приобретению качеств, свойственных скорее стереотипам маскулинности: независимость, твердость, жестокость.

Данную тенденцию можно проследить в группах казахских и уйгурских женщин, которые выбирают нетрадиционные половые характеристики. Такая ситуация может спровоцировать психологическое напряжение в этнической группе или в семье, поскольку казахские

и уйгурские сорокалетние мужчины и шестидесятилетние мужчины и женщины являются приверженцами традиционных гендерных предубеждений.

Период поздней взрослости также можно обозначить как конфликтное столкновение гендерных предубеждений и жизненных ситуаций. Одним из примеров внутриличностного конфликта, порождаемого гендерными предубеждениями, является экзистенциальная кризисная ситуация. Это ситуация, которая затрагивает основы существования человека и обращает его к проблеме своего отношения с миром, поиску и обретению смысла своего бытия. Экзистенциальный конфликт может быть инициирован событиями или внешними обстоятельствами, которые неожиданно ставят человека лицом к лицу с фундаментальными вопросами его жизни, например, принятие важных необратимых решений, разрушение некоторых фундаментальных смыслообразующих моделей поведения или способов взаимодействия с другими людьми. Экзистенциальный конфликт затрагивает наиболее важные, жизненно значимые ценности и потребности человека, становится доминантой внутренней жизни человека и сопровождается сильными эмоциональными переживаниями.

Так, наиболее полотицированные казахские и уйгурские мужчины, воспринимающие профессиональную деятельность и карьеру как единственное и самое главное предназначение своей жизни, оказываются в ситуации экзистенциального конфликта в случае потери работы или выхода на пенсию. «Шок отставки», связанный с потерей значимого места в обществе, разрывом связей с референтной группой, утратой значимой социальной роли в сознании таких мужчин отражен, как «потеря главного смысла жизни», а на эмоциональном уровне отмечен всеми признаками острого стрессового расстройства [5].

Шестидесятилетние уйгурские женщины, как наиболее полотицизированные, реализуя «истинно женское предназначение быть матерью и хранительницей домашнего очага», часто переживают экзистенциальный кризис в период отделения повзрослевших детей от семьи. В психологической литературе этот феномен описан как «синдром пустого гнезда». Опустевшее гнездо — это период в семейном цикле, который наступает после того, как младший из детей покидает родительский дом. Если раньше вся жизнь женщины была насыщена эмоциональной и бытовой заботой о детях, то теперь, когда привычное течение жизни нарушается, возникает ощущение пустоты, ненужности, бессмысленности жизни. Экзистенциальный конфликт, дезорганизуя или даже делая невозможной обычную жизнедеятельность, требует от человека переосмысления своих жизненных целей, отношений с окружающими, образа жизни и др.

Как видим, гендерные этнические предубеждения обусловлены культурными условиями жизнедеятельности людей и их этнической принадлежностью и имеют тенденцию к изменениям, в зависимости от возрастных особенностей испытуемых.

В целом для социогенеза гендерных этнических предубеждений характерно прохождение определенных этапов от жестких традиционных через нетрадиционные к измененным традиционным гендерным предубеждениям. В возрастном аспекте прохождение этих этапов выглядит следующим образом: 1 этап — жестких традиционных гендерных предубеждений (от раннего детства до подросткового и юношеского возраста); 2 этап — нетрадиционных гендерных предубеждений («середина жизни», от 40 лет); 3 этап — измененные традиционные гендерные предубеждения (от 60 лет).

Как известно, все кризисы особо остро переживаются в период социальных потрясений. В таких условиях наиболее приспособленными оказываются люди, для которых характерна психологическая флексибельность, мобильность и изменчивость. Люди, находящиеся в «плёну» гендерных предубеждений в подобных кризисных ситуациях, являются наиболее уязвимыми и психологически незащищенными.

Литература

1. Алешина Ю.Е., Волович А.С. Проблемы усвоения ролей мужчины и женщины // Вопросы психологии. 1991. № 4. С. 74–82.
2. Берн Ш. Гендерная психология. — СПб.: Прайм-Еврознак; М.: Олма-Пресс, 2003. 320 с.
3. Бороденко М., Колясникова М., Петровский В. Феномен гетерогенности пола // Мир психологии. 2001. № 4. С. 179–190.
4. Каган В.Е. Стереотипы мужественности — женственности и «образ Я» у подростков // Вопросы психологии. 1989. № 3. С. 53–63.
5. Кон И. Мужские исследования: меняющиеся мужчины в изменяющемся мире. — СПб.: Алтейя, 2001. 606 с.
6. Лукин И.И., Старовойтова Г.В. Исследование родительских полоролевых установок в разных этнокультурных средах // Этнические стереотипы мужского и женского поведения. — СПб.: Наука, 1991. С. 6–16.
7. Нельсон Т. Психология предубеждений: секреты шаблонов мышления, восприятия и поведения. — СПб.: Прайм-Еврознак, М.: Олма-Пресс, 2003. 384 с.
8. Эриксон Э. Детство и общество. — СПб.: Лената, 1996. 592 с.
9. O'Neil J.M. Assessing men's gender role conflict // Problem solving strategies and interventions for men in conflict. In D.Moore & F.Leafgren (Eds.). — Alexandria, VA: American Association for Counseling and Development, 1990. P. 23–38.
10. Pleck J.H. The theory of male sex-role identity. The making of masculinities. — Boston: Alien & Unwin, 1987. P. 21–38.

Богомолова М.А., Лидерс А.Г.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ ГРУППОВОГО ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТРЕНИНГА НА РАЗВИТИЕ САМОСОЗНАНИЯ ПОДРОСТКОВ

1. Цели, гипотеза, задачи и методы исследования

Цель работы — выявление и изучение влияния группового психологического тренинга на развитие самосознания подростков. Автор исследования непосредственно принимал участие в проведении психологического тренинга с подростками в качестве соведущего (помощника тренера).

Объект исследования — самосознание подростка.

Предмет исследования — развитие самосознания в подростковом возрасте в условиях проведения психологического тренинга.

Гипотеза исследования

Общая гипотеза исследования заключается в том, что групповой психологический тренинг влияет на развитие самосознания подростков.

Сформулируем гипотезу более конкретно:

1. Мы предполагаем, что на развитие самосознания подростка влияет создание специальных условий взаимодействия в рамках групповой тренинговой работы:

а) создание условий «испытаний», где подросток получает возможность телесного, эмоционального, интеллектуального и ценностного переживания своего «Я»;

б) возможность получения обратной связи от сверстников, где происходит осознание этих переживаний и перевод их в «багаж» своего опыта;

с) открытость своих переживаний и чувств перед другими людьми, возможность их проявления и осознания;

д) возможность самостоятельного выбора и принятия решения, принятие ответственности за свой выбор.

2. Развитие самосознания в условиях групповой работы (психологического тренинга) повышает уровень самопринятия, самоотношения, адаптивность к жизненным ситуациям, осознанность собственных чувств и переживаний.

Исходя из поставленной гипотезы, можно определить следующие **задачи исследования**:

1. Провести тестирование испытуемых до проведения группового психологического тренинга и после проведения тренинга, используя выбранные методики.

2. Определить параметры для сравнения групп до начала тренинга и после его окончания.

3. Проверить гипотезу о влиянии психологического тренинга на самосознание подростков. Провести количественный и качественный анализ полученных данных.

4. Сделать вывод о влиянии группового психологического тренинга на самосознание подростков и ограничениях этого влияния.

Характеристика выборки:

Подростки возраста 13–17 лет, пришедшие заниматься в группы психологического тренинга, проводящихся на базе Московского Городского Дворца Детского (Юношеского) Творчества.

В сентябре 2006 г. в группы психологического тренинга личностного роста пришли 42 человека. Они были распределены в 4 группы (не более 12–15 человек в группе).

Принцип отбора подростков в группы:

– по возрасту, в группы принимают подростки не младше 13-ти и не старше 17-ти лет;

– беседа с тренером, в ходе которой тренер знакомится с подростком, выясняет его интересы относительно того, зачем подросток пришел в группу тренинга, а также удобное время для занятий, рассказывает о самом тренинге, форме, периодичности и длительности его проведения. Подросток заполняет анкету с указанием своей ФИО, адреса проживания, места учебы, контактных телефонов, ФИО родителей.

Через 3–4 занятия первоначальная группа пришедших на тренинг подростков сократилась. Произошел естественный отсев ребят, которые по личным причинам перестали посещать тренинг. Обычные причины прекращения занятий: по болезни, не понравилось, нехватка времени и прочие (выяснялись путем телефонных звонков ребятам, переставшим ходить на тренинг). Также в течение тренинга (первые 3–4 занятия) приходили новые ребята, которых тоже принимали в группу.

Так как к окончанию тренинга осталось 43% от изначально пришедших на тренинг ребят, выборка, на которой был проведен анализ результатов анкетирования, насчитывает 18 человек (4 мальчика, 14 девочек). Таким образом, в исследовании принимали участие только те подростки, которые участвовали в тренинге с самого его начала и до окончания. Распределение по возрасту: 13–14 лет — 11 человек, 15–17 лет — 7 человек.

С целью дополнительной проверки и подтверждения результатов исследова-

ния была набрана контрольная группа. Контрольная группа была набрана среди подростков, никогда не проходивших какие-либо тренинги для подростков. Группа была подобрана таким образом, чтобы ее возрастные характеристики и соотношение мальчиков и девочек соответствовали тренинговой группе, с которой проводилось сравнение. Контрольная группа состояла из 11-ти человек.

Основные методы:

1. Проведение психологического тренинга личностного роста.

2. Анкетирование.

Программа психологического тренинга личностного роста для подростков, проводимого осенью 2006 г. на базе МДД(Ю)Т. Тренинг проводился раз в неделю по 3 часа (с перерывом 15 минут). Всего 13 занятий в течение 4-х месяцев с сентября по декабрь.

Основной целью тренинга личностного роста была общеразвивающая и профилактическая работа с подростками, не имеющая жесткой направленности на развитие каких-либо способностей или навыков. Для подростков были созданы условия, дающие возможность удовлетворить потребность в безопасности через принадлежность к группе; потребность в независимости и эмансипации от семьи; потребности в привязанности; потребность в успехе, проверке своих возможностей; потребность в самореализации и развитии собственного Я.

Одной из основных задач тренинга являлась работа над формированием Я-концепции, самосознания. А именно, уточнение, конкретизация и расширение системы знаний о себе, своего образа Я как личности, выработка позитивного самоотношения, адекватное оценивание своих возможностей и потенциала и закрепление полученных знаний и опыта в конкретных ситуациях взаимодействия и общения.

Направленность тренинга:

1. Создание условий для общения.
2. Группообразование, сплочение группы.
3. Развитие способности к рефлексии.
4. Развитие сензитивности к собственным переживаниям и чувствам, а также к переживаниям других людей.
5. Развитие умения давать и получать обратную связь.
6. Самовыражение в творчестве.

Содержание тренинга

Занятие 1. Знакомство.

На первом занятии происходит знакомство группы, тренера с группой. Совместно устанавливаются правила работы в группе, в частности правило не опаздывать, говорить только за себя, не использовать оскорбительные выражения, правило конфиденциальности. Данные правила обсуждаются и принимаются общим голосованием.

Как и первое каждое занятие начинается с ритуального упражнения: каждый участник группы по очереди отвечает на 2 вопроса «Как я себя чувствую? Что интересного, эмоционального произошло у меня за прошедшую неделю?» Есть одно правило — нельзя отвечать односложно («хорошо», «плохо», «нормально»). Нужно попытаться описать свои чувства и переживания. Это упражнение позволяет ребятам «включиться» в группу, обратить взор внутрь себя и настроиться на дальнейшую работу.

Далее на первом занятии ребятам предлагаются упражнения на запоминание имен друг друга, узнавание друг друга, на группообразование. На первых занятиях используется достаточно большое количество игр, в том числе подвижных. Это позволяет преодолеть некую скованность, присутствующую в начале тренинга.

Примеры упражнений:

А) Каждый участник по кругу называет свое имя и любое свое качество в виде прилагательного на букву своего имени (например, «Я Владимир, волевой»). Следующий участник повторяет то, что сказал предыдущий и называет себя, и так по кругу.

Б) Участники встают в круг, берутся за руки. Им дается веревочка, связанная в кольцо. Необходимо, чтобы каждый участник пролез в это кольцо и так, чтобы веревочка сделала круг. Упражнение делается на время. Потом кольцо из веревочки делается все меньше и меньше. Суть упражнения в том, чтобы ребята помогали друг другу пролезать в веревочку, тогда получается гораздо быстрее. Однако в инструкции ничего не говорится о том, можно или нельзя помогать друг другу. На практике это выглядит так: первый раз каждый сам пытается пролезть через веревочку, все остальные на него смотрят и поторапливают, на третий раз ближайшие участники уже помогают соседу и упражнение делается намного быстрее.

В) Постановка целей. Каждый называет, с какой целью он пришел на тренинг и чему хотел бы научиться, чего достичь. Тренер помогает сформулировать цели и записывает их на лист ватмана.

Каждое занятие также заканчивается ритуальным упражнением: каждый участник по кругу отвечает на вопросы: «Как я себя сейчас чувствую? Что мне особенно понравилось во время занятия? Что не понравилось?»

На первом занятии вводится талисман группы (обычно мягкая игрушка). Ему выбирается имя. Этот талисман своего рода хранитель группы. Он участвует в упражнениях, где ребята высказываются по кругу и при обратной связи. Каждый, кто хочет что-то сказать — берет в руки талисман. Как известно, намного легче говорить, если вертишь что-то в руках. И этот талисман помогает ре-

бятam высказать свои переживания, чувства, мысли.

Занятие 2–3. Сплочение группы.

На этом занятии дается много упражнений на сплочение группы и дальнейшее знакомство.

Примеры упражнений.

А) «Альпинист». Все участники встают в одну шеренгу, необязательно в линейку, тесно друг к другу. Тренер очерчивает мелом на полу границы по ступням стоящих и называет их «Кавказским хребтом». «Альпинист» — последний в шеренге — должен «пробраться по горам» не заступая за линию, так как за линией пропасть... И так каждый участник должен перебраться по горному хребту с его конца к началу. Участники могут либо помогать «альпинисту», либо мешать ему, создавая препятствия. Задача группы — чтобы ни один альпинист не сорвался в пропасть. Суть в том, что упражнение можно выполнить, только если участники помогают друг другу.

Б) Участники группы встают в круг, держась за руки. Закрывают глаза. Задача группы — начать счет с единицы, чтобы каждый участник называл одну цифру по порядку. Если одну и ту же цифру называют 2 или несколько участников — счет начинается заново. Никак договориться между собой, кто начинает, а кто дальше продолжает считать, участники не могут, зрительного контакта также нет. Упражнение очень сложное и не всегда получается его выполнить. Хороший результат, если группе удастся досчитать до 20-ти, что говорит о высокой сплоченности группы.

В) Ребята рассчитываются на «апельсины» и «груши». «Апельсины» встают во внутренний круг, «груши» — во внешний, друг напротив друга так, что образуются пары. Задание: внешний круг рассказывает внутреннему кругу, что он больше всего любит делать. Внутренний круг слушает то, что рассказывает внеш-

ний. Дается 3 минуты. Потом внешний круг двигается вправо и пары таким образом меняются. Теперь рассказывает внутренний круг, а внешний слушает. Темы рассказов: «что я больше всего люблю», «на какой город я похож», «на какую книгу похож мой партнер в паре». И последнее задание в этом упражнении — просто посмотреть друг другу в глаза. После упражнения дается обратная связь — ребята по кругу отвечают на вопросы: «Что мне было легче, говорить или слушать? В чем были трудности? Что особенно понравилось?»

На этом занятии делается упражнение «Ромашка». Каждый участник делает свою ромашку из бумаги. На сердцевине цветка он коротко пишет: Что я люблю, что я не люблю, Чего я хочу, Чего я не хочу. А лепесточки цветка приклеивают ему остальные участники, написав на лепесточке какое-нибудь пожелание, или вопрос — что угодно. Таким образом, ромашка каждого участника обрастает лепестками с пожеланиями участников группы. Эта ромашка сохраняется на всем протяжении тренинга и каждый может что-то написать другому в любое время. В конце тренинга каждый участник забирает свою ромашку на память о группе.

В зависимости от группы упражнения на сплоченность проводятся и на последующих занятиях.

Также на втором занятии проводилось тестирование.

Занятие 4–5. Навыки общения.

Ребята осваивают в упражнениях и играх, что такое невербальное общение, вербальное общение, эффективные и неэффективные высказывания, Я-высказывания.

Примеры упражнений:

А) Доброволец уходит за дверь. В это время второму добровольцу оставшиеся участники загадывают какое-либо слово или понятие. Его задача объяснить

без слов это понятие тому, кто сейчас вернется, используя все свои возможности мимики, жестов, поз. Задача второго — угадать, о чем речь. Только второму тоже нельзя говорить. Все уточняющие вопросы он может задавать только невербальными средствами.

Б) Доброволец выходит за дверь. Остальные прячут какую-либо вещь в классе. Доброволец заходит, его задача найти вещь, ориентируясь на выражение лица участников. Участники получили инструкцию: «когда доброволец подходит близко к спрятанной вещи — нужно ему улыбаться и всячески проявлять радость, когда доброволец идет в неправильном направлении — хмуриться и огорчаться». Игра по принципу «холодно-горячо», только без слов.

В) Ребята опять встают в 2 круга — внутренний и внешний, образуя пары. Тренер дает ситуации, а пары должны их пережить, обсудить, прийти к какому-либо решению. С каждой новой ситуацией пары меняются. Ситуации: «вы подъехали к своему дому на машине и видите, как ваше место занимает другая машина. Вы оба выходите и начинаете спорить... ваша задача во что бы то ни стало занять свое машинное место»; «Один из вас ученик, второй учитель. Ученик не сделал домашнее задание и его задача непременно уговорить учителя не ставить двойку. А учитель очень принципиален и расценивает поведение ученика как личное оскорбление»; «Вы родители подростка. Ваш ребенок всю ночь где-то гулял и пришел только под утро, ничего не объяснив лег спать. Что вы будете делать?»; «Вы оказались в гостях и никого не знаете. Рядом с вами за столом симпатичный человек. Вам хочется познакомиться».

Занятие 6–7. Умение слушать и особенности восприятия информации.

Ребята осваивают, что такое пассивное, активное слушание, что помогает и

мешает слушать собеседника. Испытывают на себе избирательность восприятия информации, различные искажения восприятия информации.

А) Каждый по кругу называет свое имя и говорит по два фактора, которые помогают ему слушать и два, которые мешают. Задача следующего участника повторить все, что сказал первый и сказать про себя. Упражнение удивительно наглядно показывает, что часто участники не слышат друг друга, здесь это происходит с большой яркостью и вызывает бурную реакцию участников.

Б) Ребята разбиваются на пары. Определяются, кто будет говорить, кто слушать. Те, кто слушают, выходят за дверь и получают инструкцию от тренера: один будет слушать безучастно, смотря в другую сторону; второй — все время перебивая и давая ненужные советы; третий — давать негативные оценки; четвертый — внимательно и задавая уточняющие вопросы. Потом ребята садятся по своим парам, и один из участников начинает рассказывать какую-нибудь историю из своей жизни, а второй — слушать по инструкции. После упражнения обязательна обратная связь: «Как было слушать в заданных ситуациях, легко или трудно? Как было рассказывать? Какие переживания возникали в этот момент?»

В) Почти все участники выходят за дверь. Остается ведущий и один доброволец. Ведущий читает текст. Задача добровольца запомнить текст и максимально точно передать его следующему участнику. И так до последнего участника. Потом сравнивается то, что осталось от текста в конце и то, что было в начале. Упражнение очень ярко иллюстрирует, как теряется большая часть информации, как она искажается и трансформируется по мере передачи от одного другому.

Г) Несколько добровольцев выходят за дверь. Оставшиеся встают в 2 шерен-

ги напротив друг друга, образуя коридор, и получают инструкцию: сейчас по коридору будет медленно идти человек, в это время одна шеренга говорит ему комплименты и разные приятные вещи, вторая шеренга — неприятные вещи (в пределах допустимого). Задача — говорить одним тоном, не выкрикивая слова. Потом добровольцы один за другим проходят по коридору. Потом их спрашивают, что им удалось услышать и запомнить из того гула голосов, который их сопровождал. Получаются очень интересные практические результаты: большинство участников услышали что-то плохое и неприятное, воспроизведя конкретные выражения. Мало, кто услышал хорошее, но зато тот, кто услышал хорошее, вообще не услышал плохого. Упражнение ярко иллюстрирует избирательность нашего внимания и памяти. После упражнения тренер обязательно снимает негативные переживания, если они у кого-то возникли.

Занятие 8–9. Мир чувств и переживаний.

Повышение уровня сензитивности к своим переживаниям и переживаниям других людей.

Примеры упражнений:

А) Ребята садятся в круг. Им дается один лист ватмана, краски, кисточки. Задание: каждый рисует по кругу, что хочет. Правило: каждый может обмакнуть кисточку в краску один раз и рисовать, пока краска на кисточке не кончится. Так делается несколько кругов, пока группа не решит, что рисунок завершен. Потом обратная связь: «Что ты хотел выразить в своем рисунке? Это у тебя получилось? Тебе что-то мешало? Помогало? Что тебя удивило? Что ты чувствовал, когда рисовали другие? Тебе понравилось то, что у вас получилось?» Обсуждение может продолжаться довольно долго. Ребятам не надо останавливать и торопить, наоборот, поощрять это обсуждение дальше.

Б) Каждый из ребят получает лист бумаги, в его распоряжении краски и кисточки. Задание: выбрать основной цвет, свой любимый, и постепенно заполнять лист этим цветом, смешивая его с другими. Главное, чтобы получались красивые, приятные оттенки. Рисовать можно как угодно. Когда все закончат свои произведения — обсуждение: «Как тебе было рисовать, легко? Трудно? В чем была трудность? Тебе нравится то, что получилось? Как ты думаешь, на что это похоже? Что ты там видишь? Ты хотел бы что-то изменить? Что и как? Сделай это!» Далее идет полет творчества и фантазии. Главная идея обсуждения: каждый из нас имеет свой неповторимый рисунок и цвет, этот цвет может выражаться в различных оттенках. Так и мы с вами, в чем-то похожие, но все разные, неповторимые, со своими оттенками.

В) Ребята разбиваются в пары и получают задание в течение 2-х минут смотреть друг другу в глаза. В это время тренер говорит следующие вещи: «Посмотрите друг другу в глаза. Может быть, вы увидите в них что-то новое, уникальное, присущее только этому человеку. Постарайтесь почувствовать, что переживает ваш партнер, о чем он думает. Может быть, что-то тревожит его или, наоборот, радует». После выполнения каждый из участников пары пишет на листочке другому свой почтовый адрес. Тренер дает задание написать друг другу письмо — «что вы увидели в глазах своего партнера» — и отправить его по почте.

Занятие 10–11. Самопрезентация.

Примеры упражнений:

А) Ребята получают задание нарисовать на листе бумаги маску, в которой он чувствовал бы себя комфортно (используются цветные краски, ножницы и пр.). Потом каждый участник примеряет свою маску и говорит, как ему в ней? Что он при этом чувствует? Хорошо ли ему, ком-

фортно ли? Какая из присутствующих масок понравилась ему больше всего и почему? Какая меньше и почему? С какой маской он бы хотел подружиться? Упражнение позволяет в символической непрямой, а потому безопасной форме выразить переживания подростков по поводу себя, своего образа Я.

Б) Ребятам предлагается домашнее задание. Прийти в следующий раз на тренинг в необычном виде — так, чтобы вас трудно было узнать. Это может быть совершенно другой стиль одежды, макияж, что угодно. Назначается приз за самое неузнаваемое преобразование.

В) Упражнение «Послание потомкам» (нужна видеокамера). Ребятам предлагается подготовить речь на тему «Послание потомкам через 100 лет» (не более 5-ти минут). Каждого выступающего участника записывают на видеокамеру. Потом каждый высказывается, что ему понравилось или не понравилось в его выступлении. Чье выступление ему понравилось больше всего и почему. Упражнение позволяет ребятам увидеть себя со стороны, а также преодолеть естественный страх выступления перед камерой. Упражнение очень сложное и время его включения в тренинг ведущий должен определить сам. Группа должна быть максимально сплоченной и сензитивной к своим участникам, дабы избежать психотравмирующей ситуации.

Занятие 12. Подготовка к завершению группы.

Ведущий постепенно подводит ребят к тому, что тренинг заканчивается.

Примеры упражнений.

А) «Представьте, что во вселенной произошел космический взрыв, и появилась новая планета. Эта новая планета может быть какой угодно, такой — какой мы захотим. Задача каждого из вас привнести что-то свое на эту планету. У вас есть час, чтобы создать это что-то... А потом мы все вместе сделаем но-

вый мир, расположив свои произведения на этих двух партах. Вы можете использовать любые материалы (предлагаются пластилин, краски, бумага и прочее), а также вы можете выйти на улицу и принести что-нибудь оттуда... Начинаем!» В течение часа каждый создает свою неповторимую часть того мира, который он хочет видеть. Потом все произведения составляются на один стол в произвольном порядке. Каждый рассказывает, что он сделал, и какой мир он пытался создать. Потом все делятся впечатлениями о произведениях других ребят и о том, какой мир получился в целом.

На этом же занятии проводится повторное тестирование группы.

Занятие 13. Завершающее. Подведение итогов.

Занятие в основном состоит из обсуждений, кто что получил в этом тренинге, как себя чувствует, что открыл и приобрел для себя нового, достиг ли поставленных целей. Тренер достает лист ватмана, на котором ребята формулировали свои цели, когда пришли сюда. Происходит оценка адекватности этих целей, возможно, их переформулировка и подведение итогов. Ребята вспоминают наиболее яркие, запомнившиеся моменты тренинга. Пишут пожелания на будущее в «ромашках» участников. Можно повторить наиболее понравившиеся упражнения.

В данном описании приведены далеко не все проведенные упражнения. Каждое занятие сопровождается также различными играми, двигательными упражнениями, творческими заданиями.

Методики, применяемые в исследовании

В ходе подготовительной работы к исследованию, которая заключалась в апробации различных методик на участниках предыдущей тренинговой груп-

пы (группа проводилась в 2005–2006 гг. на базе МДД(Ю)Т), выяснилось, что к проективным методикам ребята скорее относятся как к творческому заданию, особенно если методика предъясняется в середине или конце тренинговой программы. Они стремятся проявить свои художественные и творческие способности, и в этой связи диагностическая ценность проведенной методики может вызывать сомнения. Поэтому для проведения исследования было решено не использовать рисуночные методики. Также выбор рисуночных методик затрудняется трудностью и неоднозначностью их интерпретации и количественной оценки. Хотя, бесспорно, в отдельных случаях эти методики дают очень ценный материал, особенно когда речь идет об индивидуальной диагностике каждого члена тренинговой группы. К тому же, выяснилось, что к рисуночным методикам подростки относились менее серьезно, тогда как заполнение полупроективных методик («Незавершенные предложения», «20 Я») вызывало большой интерес и высокую мотивацию.

Выбор методик довольно разнообразен. Но в исследовании в группе подростков нет возможности использовать их все. Поэтому необходимо выбрать те, которые будут удовлетворять следующим условиям:

1. Достаточная степень валидности.
2. Возможность проводить методики в группе.
3. Учитывать ограничения во времени при проведении опроса.

Были выбраны следующие методики, как отвечающие поставленным требованиям:

1. Методика «Незавершенные предложения».
2. Методика «20 позиций М.Куна «КТО Я».
3. Специально разработанная анкета.

Методика «Незавершенные предложения»

Мы предполагаем, что в результате прохождения тренинга, должно измениться отношение ребят к таким сферам своей жизни как: отношение к себе, временные перспективы, отношение к будущему, жизненные цели, отношение к своему и противоположному полу, сексуальной жизни. Это отношение должно стать более позитивным, осмысленным. Данные изменения должны проявить себя в ответах на незаконченные предложения.

Процедура проведения обследования:

Инструкция, независимо от варианта методики «Незавершенные предложения», не раскрывает испытуемому истинную цель исследования. Мотивировкой становится изучение или тренировка памяти, внимания. Перед испытуемым ставят задачу работать как можно быстрее, завершать начало предложений, не особенно раздумывая, первым, что приходит в голову.

Порядок проведения: при письменном варианте испытуемый получает готовый бланк с незавершенными предложениями. Ответ пишется прямо на бланке около соответствующего начала предложения.

Мы использовали вариант Saks-Sidney, адаптированный в лаборатории медицинской психологии Ленинградского НИИ психоневрологии им. В.М.Бехтерева. Изначально он состоит из 64 незавершенных предложений с более структурированным и детерминирующим реакцией началом. Первая, начальная часть предложения указывает сферу или объект отношения; завершая его, испытуемый выражает имеющееся у него отношение. Например, предложение, соответствующее сфере отношение к будущему, начинается: «Будущее кажется мне...» Предложения делятся на 16

групп по 4 предложения; каждая из этих групп соответствует определенной сфере отношений человека — к самому себе, к другим людям и т.п. В своем исследовании мы использовали этот вариант в сокращенном виде, оставив следующие группы:

Отношение к себе.

Если все против меня, то...

Думаю, что я достаточно способен (способна), чтобы...

Моя наибольшая слабость заключается в том...

Когда мне начинает не везти, я...

Жизненные цели.

Я всегда хотела...

Я мог(ла) бы быть очень счастливым (счастливой), если бы...

Моим скрытым стремлением в жизни...

Больше всего я хотел(а) бы в жизни...

Отношение к будущему.

Будущее кажется мне...

Надеюсь на...

Наступит тот день, когда...

Когда я буду старым (старой)...

Страхи и опасения.

Знаю, что глупо, но боюсь...

Большинство моих товарищей не знают, что я боюсь...

Хотелось бы мне перестать бояться...

Мои опасения не раз заставляли меня...

Отношение к прошлому.

Когда я был(а) ребенком...

Когда-то я...

Если бы я снова стал(а) молодым (молодой)...

Моим самым живым воспоминанием детства является...

Отношение к мужчинам.

Идеалом мужчины для меня является...

Считаю, что большинство юношей...

Мне очень не нравится, когда мужчины...

Отношение к сексуальной жизни.

Когда я вижу женщину вместе с мужчиной...

Секс для меня...

Отношение к женщинам.

Идеалом женщины для меня является...

Считаю, что большинство девушек...

Мне очень не нравится, когда женщины...

Анализируя ответы испытуемого, можно оценить существующую у него систему отношений к представителям того же или противоположного пола, к сексуальной жизни. Ряд ответов отражает отношение к испытываемым и переживаемым страхам и опасениям, а также свидетельствует об отношении к прошлому и будущему, жизненным целям и самому себе.

Обработка результатов, полученных с помощью методики «Незавершенные предложения», традиционно содержит качественный и количественный анализ.

Качественный анализ анализирует сами ответы испытуемых, их эмоциональную окраску, связанные с ними переживания.

При количественном анализе оценивается, как правило, то отношение, которое выражено испытуемым в ответе к субъекту или объекту, названному в первой части предложения. Выделяют три типа отношений:

- 1) нейтральное, оцениваемое как «0»;
- 2) положительное, оцениваемое как «+»;
- 3) отрицательное, оцениваемое как «-».

Внутри (2) и (3) возможны дополнительные градации. Например, по отношению к описываемому варианту методики Saks-Sidney применяются такие оценки:

(+2) — максимальное, отчетливо выраженное, сильно положительное отношение к задаваемому в предложении объекту или субъекту;

(+1) — положительное отношение;
 (0) — нейтральный по смыслу ответ;
 отношение не выражено или непонятен его эмоциональный знак;

(-1) — отрицательное отношение;
 (-2) — максимальное, отчетливо выраженное, сильно отрицательное отношение к задаваемому в предложении объекту или субъекту.

Например, начало предложения и оценка: «Будущее кажется мне...»

Варианты завершения:

1) «очень мрачным», «плохим», «печальным», «страшным» (-2);

2) «не очень светлым», «туманным» (-1);

3) «неясным», «неизвестным», «как настоящее» (0).

В частности, вербальные отказы (ответы типа «не знаю», «не думал») и поведенческие отказы (пропуск предложения, отсутствие его завершения) всегда оцениваются как (-2).

Некоторые предложения в своей первой части содержат не только указание на объект, но и включают в себя положительную или отрицательную позицию по отношению к данному объекту. Например: «Мне очень не нравится, когда мужчины...»

Количественная оценка завершения подобного предложения определяется тем, усиливает, увеличивает или снижает, уменьшает ответ испытуемого первоначально заданную позицию (особенно отрицательную).

Например, сфера *отношение к себе*: «Если все против меня, то...» (варианты завершения):

1) «это ужасно», «мне очень плохо», «я умру» (-2);

2) «то кто же за?», «то я за» (0);

3) «я не расстраиваюсь, не огорчаюсь, плел на это» (+1);

4) «я все равно стою на своем», «отстаиваю свое» (+2).

Количественный показатель подсчитывается для каждой сферы отдельно в виде общей суммарной оценки каждого из входящих в нее предложений. Так как количество предложений в каждой группе неодинаково, мы рассчитывали среднее значение. Его величина располагается в пределах от (+2) до (-2) или может быть нулевой. Положительное значение соответствует позитивному отношению подростка к исследуемой сфере (например, отношение к себе, отношение к своему будущему и пр.), и чем выше балл, тем позитивнее это отношение. «0» соответствует нейтральному отношению к исследуемой сфере. Отрицательное значение — негативному отношению.

Всего таких показателей соответствует количеству затрагиваемых в опросе сфер, которые также можно объединить в тематические группы. В нашем случае, это будут такие тематические группы:

1. *Сфера представлений о себе*:

1) страхи и опасения;

2) отношение к себе.

2. *Сфера временной перспективы*:

3) отношение к прошлому;

4) отношение к будущему;

5) жизненные цели личности.

3. *Сфера отношений со своим и противоположным полом*:

6) отношение к мужчинам;

7) отношение к женщинам;

8) отношение к сексуальной жизни¹.

Методика «20 позиций М.Куна «КТО Я»

Мы предполагаем, что те изменения, которые произойдут в самосознании подростков в результате прохождения

¹ Лидерс А.Г. Психологическое обследование семьи: Учебное пособие-практикум. — М.: Академия, 2006. 432 с.

тренинга, найдут свое отражение при выполнении данной методики. Должно измениться не только отношение к себе в более позитивную сторону, но и способ самопрезентации. Мы предполагаем, что ответы испытуемых после прохождения тренинга станут более осмысленными, будут касаться описания себя как личности, своих личностных качеств и свойств. Также мы ожидаем, что в своих ответах ребята продемонстрируют более высокий уровень самооценки, уверенности в себе и самопринятия.

Инструкция при проведении методики (может быть дана устно, либо письменно на бланке): *«перед вами ставится один единственный вопрос, на который вы можете дать бесчисленное количество ответов, которые сочтете возможными, в любых выражениях, фразах и образах русского языка. Вопрос этот «КТО Я?» и отвечает на него в течение 12 Минут. За 2 минуты до окончания работы будет подан сигнал о том, что время истекает».*

Обработка и интерпретация данных:

Любой вид рефлексивной продукции отмечается в качестве отдельного предъявления, например — «я любящая дочь, интересующаяся музыкой» 1 — любящая, 2 — дочь, 3 — интересующаяся музыкой. Подобная оценка предъявлений проводится по всему тексту. Подсчитывается общий объем рефлексивных предъявлений. Общий объем рефлексивной продукции характеризует сформированность рефлексивной функции у подростков, как новообразования этого возраста. В среднем, для подростков 14–16 лет общее количество рефлексивных предъявлений по этой методике составляет от 16 до 20 позиций и зависит не только от сформированности рефлексивной функции, но и от социокультурных представлений. Практика работы с данной методикой показывает, что подростки, способные в указанное время пред-

ставить 20 и более предъявлений, обладают большим объемом рефлексивной деятельности. Объем в 10 и менее позиций считается недостаточным, а менее 5 предъявлений, как правило, свидетельствуют о возможных явлениях средовой или личностной дезадаптации у подростков.

Данная методика в большей степени предназначена для качественного анализа рефлексивной продукции испытуемых. Данная методика будет использована в качественном анализе, так как содержит в себе ценный диагностический материал в сферах самопринятия, самоотношения и самопредъявления.

Анкета

Специально для данного исследования была разработана небольшая анкета, позволяющая определить самоотношение подростка. Мы предполагаем, что в результате прохождения тренинга самоотношение подростка изменится в сторону более позитивного, что выразится в более высоких баллах по анкете.

Анкета состоит из 12-ти утверждений, с которыми испытуемый может либо согласиться, либо не согласиться. Есть 4 градации ответа:

- 1 — нет;
- 2 — скорее нет, чем да;
- 3 — скорее да, чем нет;
- 4 — да.

Инструкция: «Каждое из приведенных ниже утверждений касается ваших мыслей и переживаний. Рядом с каждым утверждением приведены возможные варианты ответа. Обведите кружком тот ответ, который кажется вам правильным».

Подсчет результатов. В анкете есть как прямые вопросы (1, 2, 4, 5, 10, 11, 12) — подсчет баллов в прямом порядке. Так и обратные (3, 6, 7, 8, 9) — подсчет баллов в обратном порядке. Чем выше балл, тем благоприятнее са-

моотношение испытуемого. Максимальный балл — 48, минимальный балл — 12. Однако, если балл очень высокий, можно предположить завышенную самооценку и отсутствие критичности (но это только в рамках предположения).

2. Анализ полученных результатов. Количественный анализ

Статистическая гипотеза. Мы предполагаем, что между двумя зависимыми группами существуют значимые различия. Первая зависимая группа — испытуемые до проведения тренинга. Вторая зависимая группа — те же испытуемые после проведения тренинга.

На основе полученных данных для сравнения групп методом количественного анализа были выделены следующие параметры:

А. На основе данных, полученных по методике «Незавершенные предложения»:

1. Отношение к себе.
2. Жизненные цели.
3. Отношение к будущему.
4. Отношение к прошлому.
5. Страхи и опасения.
6. Отношение к мужчинам.

7. Отношение к женщинам.

8. Отношение к сексуальной жизни.

Б. На основе данных анкеты:

9. Самоотношение.

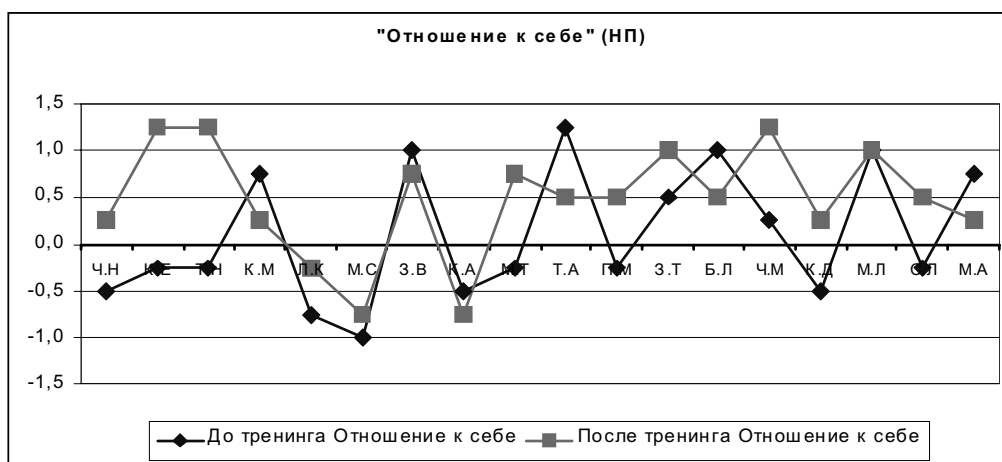
Методы статистической обработки данных.

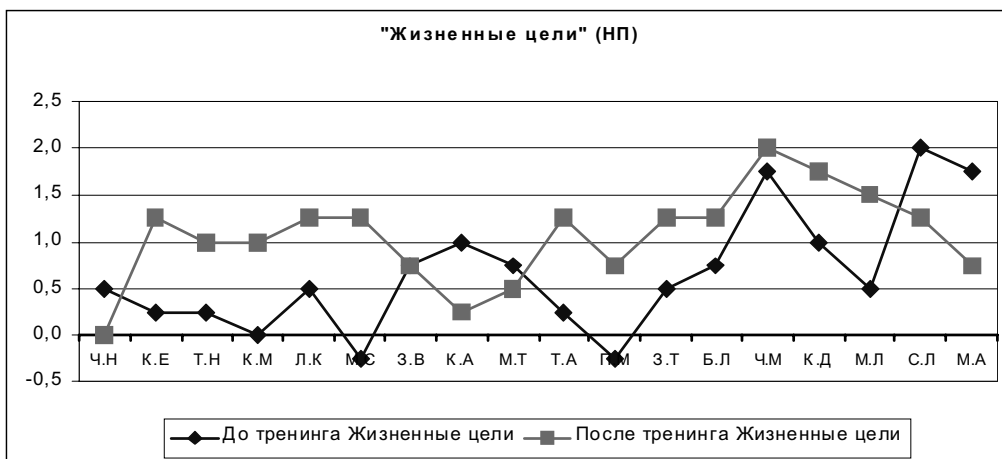
Для количественного анализа применялись методы статистической обработки данных, в частности Т-тест для зависимых выборок (Т-критерий Стьюдента для зависимых выборок) (Мохов В.А. Статистическая обработка результатов психологического исследования: Учеб. пособие. — М.: ВГНА, 2004. 96 с.).

Результаты исследования. Количественный анализ.

1. Были выявлены значимые различия между группами подростков до прохождения тренинга и после прохождения тренинга по параметру «Отношение к себе» (по методике «Незавершенные предложения») ($p < 0,05$):

В группе до прохождения тренинга средний коэффициент «отношения к себе» составлял 0,111. В этой же группе подростков после прохождения тренинга этот показатель составил 0,472. Таким образом, после прохождения тренинга в группе повысилось среднее значение по параметру «отношение к себе». То есть отношение подростков к самим себе ста-





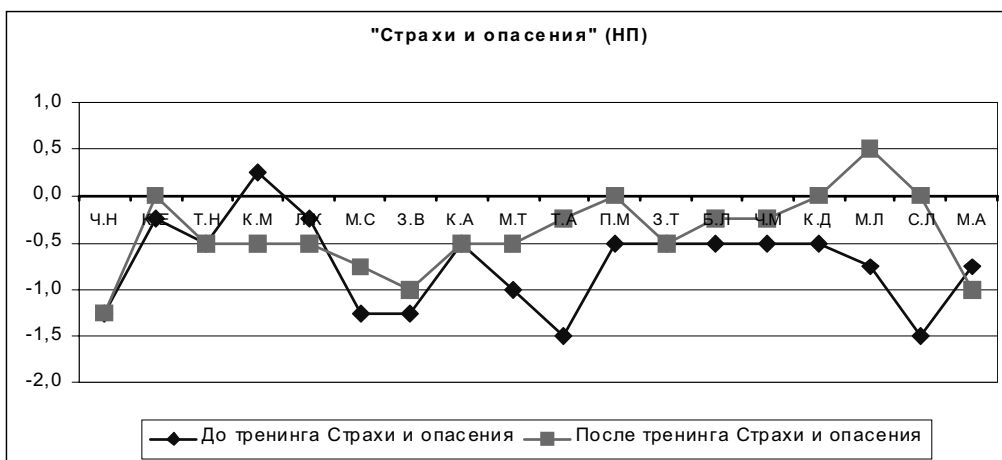
ло более позитивным. Следует также отметить, что повышение показателей по этому параметру отмечается практически у всех подростков, принявших участие в исследовании.

Если до прохождения тренинга отрицательные показатели по данному параметру были у 10-ти человек, то после тренинга — у 3-х.

2. Были выявлены значимые различия между группами подростков до прохождения тренинга и после прохождения тренинга по параметру «Жизненные цели» (по методике «Незавершенные предложения») ($p < 0,05$):

В группе до прохождения тренинга средний коэффициент по параметру «жизненные цели» составлял 0,667. В этой же группе подростков после прохождения тренинга этот показатель составил 1,056. Таким образом, после прохождения тренинга в группе повысилось среднее значение по параметру «жизненные цели». То есть подростки стали более позитивно смотреть на свои жизненные перспективы и более позитивно представлять свои цели на будущее.

Если до проведения тренинга по параметру «жизненные цели» были отри-



цательные значения, то после проведения тренинга — нет.

3. Были выявлены значимые различия между группами подростков до прохождения тренинга и после прохождения тренинга по параметру «Страхи и опасения» (по методике «Незавершенные предложения») ($p < 0,05$):

В группе до прохождения тренинга средний коэффициент по параметру «страхи и опасения» составлял $-0,722$. В этой же группе подростков после прохождения тренинга этот показатель составил $-0,403$. Таким образом, после прохождения тренинга в группе повысилось среднее значение по параметру «страхи и опасения». Что может свидетельствовать о некотором снижении уровня страхов и тревоги (на графике видно, что линия «после тренинга» располагается выше линии «до тренинга»).

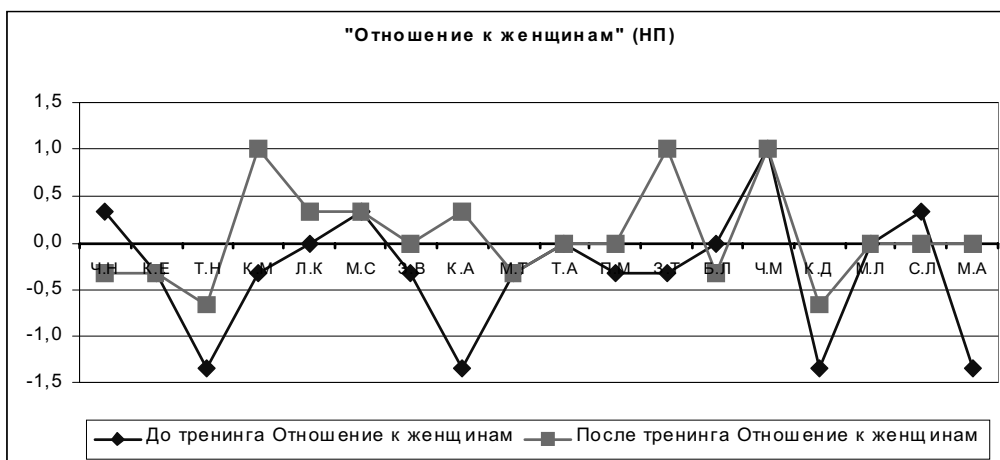
4. Были выявлены значимые различия между группами подростков до прохождения тренинга и после прохождения тренинга по параметру «Отношение к женщинам» (по методике «Незавершенные предложения») ($p < 0,05$):

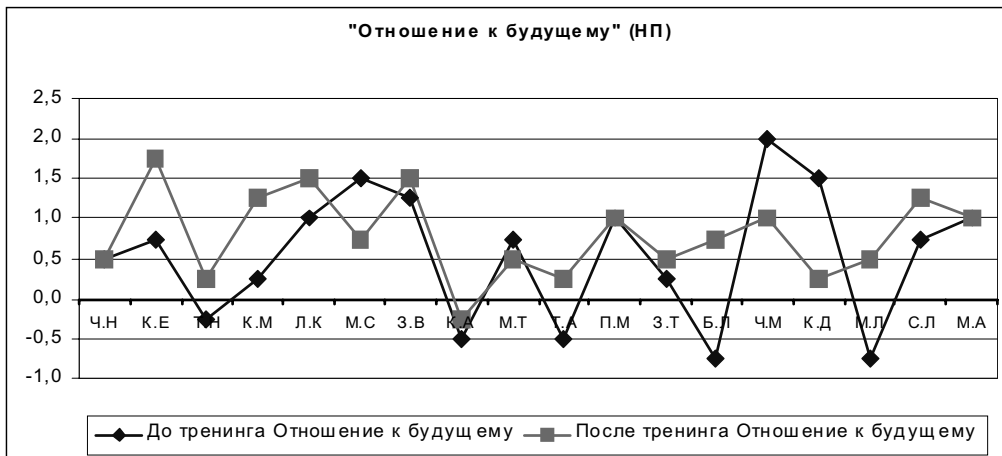
В группе до прохождения тренинга средний коэффициент по параметру «отношение к женщинам» составлял $-0,296$. В этой же группе подростков после про-

хождения тренинга этот показатель составил $0,074$. Таким образом, после прохождения тренинга в группе повысилось среднее значение по параметру «отношение к женщинам».

Из графика видно, как резко негативное отношение к женщинам изменилось и в группе «после тренинга» уже нет резких отрицательных значений.

Интересно отметить, что в отношении к мужчинам значимых различий между группой «до тренинга» и группой «после тренинга» не выявилось. Хотя среднее значение по группам и повысилось (с $-0,222$ до $-0,93$), но это повышение незначительно. Этот факт можно объяснить тем, что, во-первых, в группах занимаются практически одни девочки и, во-вторых, тренерами также являются девушки. В данных группах не было возможности создать условия для межполового взаимодействия в силу немногочисленности представителей мужского пола. У подростков не было возможности пережить опыт такого взаимодействия в групповом тренинге, поэтому сфера отношений с противоположным полом не была достаточно проработана в процессе занятий. В связи с этим также не было выявлено значимых межгрупповых различий по параметру





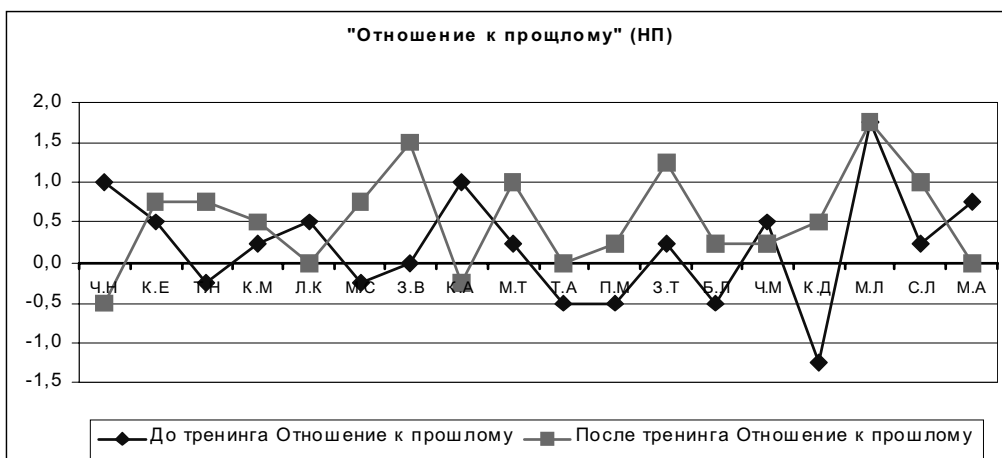
«отношение к сексуальной жизни», хотя средние показатели по параметру и повысились (с 0,417 до 0,639), что говорит о более позитивном отношении к области сексуальных отношений.

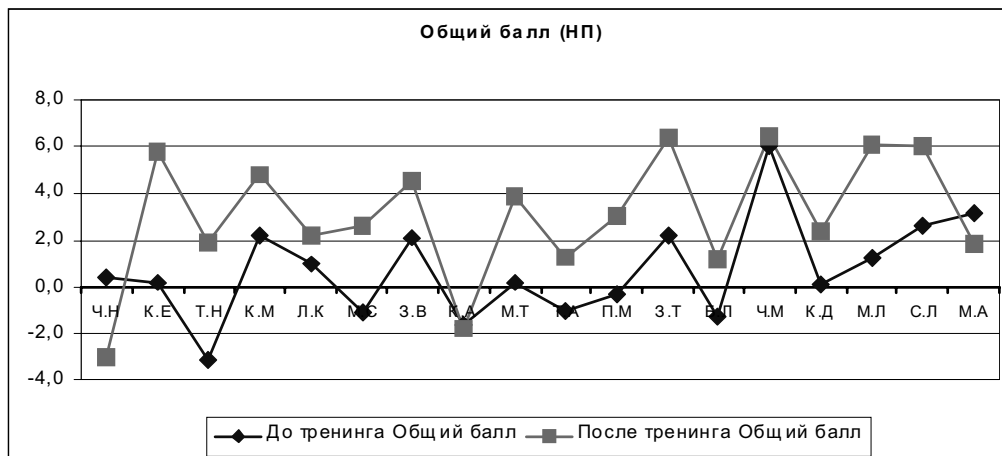
5. Не были выявлены значимые различия между группами подростков до прохождения тренинга и после прохождения тренинга по параметру «Отношение к будущему» (по методике «Незавершенные предложения»). Хотя среднее значение параметра повысилось (группа «до тренинга» 0,542; группа «после тренинга» 0,792). Что может говорить о повышении позитивного отношения к

будущему у подростков, но результат оказался статистически незначимым.

На графике видно, что в группе «до тренинга» были отрицательные показатели в отношении к своему будущему у 5-ти подростков. После тренинга отрицательный показатель остался только у одного подростка. В целом можно говорить о более позитивном отношении к своему будущему в группе подростков «после тренинга».

6. Не были выявлены значимые различия между группами подростков до прохождения тренинга и после прохождения тренинга по параметру «Отноше-





ние к прошлому» (по методике «Незавершенные предложения»). Хотя среднее значение параметра повысилось (группа «до тренинга» 0,208; группа «после тренинга» 0,542). Но данный результат оказался статистически незначимым.

На графике видно, что в группе «до тренинга» были отрицательные показатели в отношении к своему прошлому у 6-ти подростков. После тренинга отрицательные показатели у 2-х подростков, причем не у тех, у кого они были отрицательными в начале. В целом можно говорить о более позитивном отношении к своему прошлому в группе подростков «после тренинга».

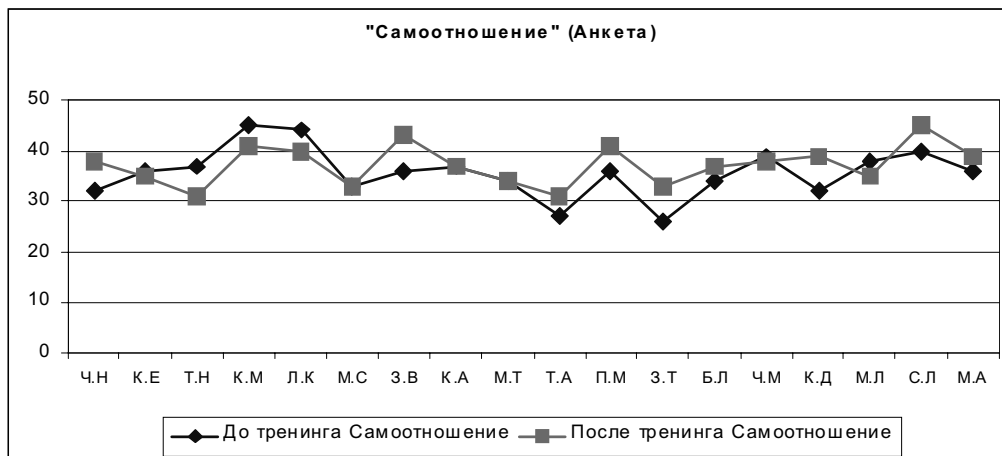
7. Был подсчитан также общий балл по анкете «Незавершенные предложения». Этот показатель имеет исключительно статистическое значение и отражает общее позитивное, негативное или нейтральное отношение подростка ко всем исследуемым сферам в целом. Подсчитывается простым суммированием показателей по каждой из выделенных сфер. При сравнении данных показателей в группах до и после проведения тренинга мы получили значимые различия между группами ($p=0,00$). Среднее значение по группе «до тренин-

га» составляло 0,704; по группе «после тренинга» 3,079.

На графике мы видим, что линия общих значений в группе «после тренинга» располагается значительно выше линии значений группы «после тренинга». Если до тренинга отрицательные значения наблюдались у 6-ти человек, то после тренинга — только у 2-х. Это может свидетельствовать об общем снижении негативного отношения к исследуемым сферам и преобладании позитивного отношения.

8. Не были выявлены значимые различия между группами подростков до прохождения тренинга и после прохождения тренинга по параметру «Самоотношение» (по анкете). Хотя среднее значение параметра повысилось (группа «до тренинга» 35,67; группа «после тренинга» 37,22). Но данный результат оказался статистически незначимым.

Из графика видно, что в целом уровень самооотношения повысился в группе «после тренинга» по сравнению с группой «до тренинга», что говорит о повышении позитивного отношения к себе со стороны подростков. Есть подростки, у которых этот уровень, наоборот, стал ниже. Можно заметить, что это те подростки, у которых изначально были



самые высокие, почти максимальные, баллы по анкете. Мы предположили, что максимальный балл может говорить о завышенной самооценке и низком уровне критичности. В данном случае снижение балла по анкете может говорить о более критичном к себе отношении со стороны подростков. Данный вывод нуждается в дополнительных исследованиях и может носить только характер предположения.

Выводы:

1. При количественном анализе данных были выявлены статистически значимые различия между группой подростков, проходившей тестирование до прохождения тренинга, и этой же группой подростков после прохождения тренинга в **сфере представлений о себе**. А именно по параметрам:

- Отношение к себе.
- Страхи и опасения.

Выявилось значимое повышение средних значений по параметрам «отношение к себе» и «страхи и опасения» в группе после прохождения тренинга. Таким образом, можно сделать вывод о том, что групповой тренинг личностного роста способствует повышению позитивного отношения подростков к самому себе, а именно, повышению уровня само-

принятия. На фоне повышения уровня самопринятия снижаются переживания страхов и опасений.

2. Были также выявлены статистически значимые различия между группой подростков, проходившей тестирование до прохождения тренинга, и этой же группой подростков после прохождения тренинга в **сфере временной перспективы** по параметру «жизненные цели». Значимое повышение уровня средних значений по этому параметру позволяет сделать вывод о том, что групповой тренинг личностного роста повышает уровень осознанности своих чувств и переживаний, что позволяет более четко и позитивно формулировать свои жизненные цели. Хотя и не было выявлено значимых различий между группами по показателям «отношение к будущему» и «отношение к прошлому», но мы также наблюдаем по этим показателям рост средних значений. Это позволяет говорить о повышении у подростков уровня осознанности переживаний относительно своего прошлого и будущего и способности формировать к ним более позитивное отношение.

3. В сфере межполовых взаимоотношений не удалось получить значимых результатов. Это связано с тем, что тре-

нинговые группы по большей части состояли из девочек.

Однако были получены значимые результаты по параметру «отношение к женщинам». Повышение средних показателей по этому параметру в группах после тренингов свидетельствует о влиянии тренинговой работы на более позитивное отношение девочек к своему полу, а мальчиков — к противоположному. Такие изменения в отношении подростков к другим людям способствуют повышению уровня компетентности в общении со сверстниками.

4. Если делать общий вывод по результатам количественного анализа полученных данных, мы можем говорить о влиянии групповой тренинговой работы на самосознание подростков в рамках повышения уровня самопринятия; изменения самооотношения в более позитивную сторону; повышения уровня осознанности в области переживаний относительно своих жизненных целей, будущего и прошлого; а также повышения уровня компетенции в общении со сверстниками.

3. Сравнение результатов исследования с контрольной группой

С целью подтверждения результатов исследования было проведено сравнение тренинговой группы с контрольной группой по тем же параметрам:

А. На основе данных, полученных по методике «Незавершенные предложения»:

1. Отношение к себе.
2. Жизненные цели.
3. Отношение к будущему.
4. Отношение к прошлому.
5. Страхи и опасения.
6. Отношение к мужчинам.
7. Отношение к женщинам.
8. Отношение к сексуальной жизни.

Б. На основе данных анкеты:

9. Самоотношение.

Контрольная группа была набрана среди подростков, никогда не проходивших какие-либо тренинги для подростков. Группа была подобрана таким образом, чтобы ее возрастные характеристики и соотношение мальчиков и девочек соответствовали тренинговой группе, с которой проводилось сравнение. Контрольная группа состояла из 11-ти человек.

Методы статистической обработки данных.

Для количественного анализа применялись методы статистической обработки данных, в частности показатель Манн-Уитни для независимых выборок (так как количество человек в контрольной группе не доходило до 15-ти).

Результаты сравнения.

Были выявлены значимые различия между контрольной группой и группой подростков после прохождения тренинга по параметрам:

1) «Отношение к себе» (по методике «Незавершенные предложения») ($p < 0,05$).

2) «Жизненные цели» (по методике «Незавершенные предложения») ($p < 0,05$).

3) «Отношение к прошлому» (по методике «Незавершенные предложения») ($p < 0,05$).

4) Общий балл по методике «Незавершенные предложения» ($p < 0,05$).

Таким образом, сравнение с контрольной группой подтверждает изменения в группе, прошедшей тренинг, **в сфере представлений о себе** (значимое изменение по параметру «отношение к себе») и **в сфере временной перспективы** (значимые изменения по параметру «жизненные цели» и «отношение к прошлому»).

4. Качественный анализ результатов исследования по методике «20 Я»

Для качественного анализа результатов методики «20 Я» мы использовали метод контент-анализа.

Контент-анализ как метод исследования появился в 40-е гг. XX в. в США. Окончательно метод сложился в 50-е годы прошлого века. Контент-анализ представляет собой анализ документа, в котором используется статистическая процедура по подсчету определенных смысловых единиц, которые задаются целями исследования. Метод направлен на выявление частоты употребления смысловых единиц информации, зафиксированной в любой форме.

Специфика контент-анализа: его процедура предусматривает подсчет частоты и объема упоминания смысловых единиц в текстах, которые выступают как категории контент-анализа. Полученные таким образом количественные данные позволяют сделать вывод о качественном содержании документа в соот-

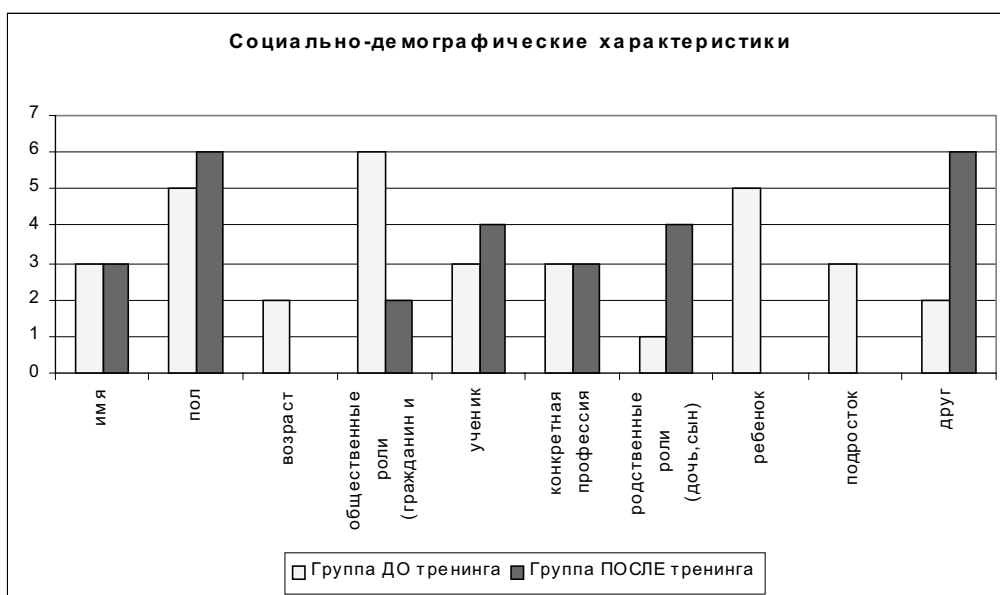
ветствии с целями исследования (По материалам: Богомолова Н.Н., Стефаненко Т.Г. Контент-анализ. — М., 1992).

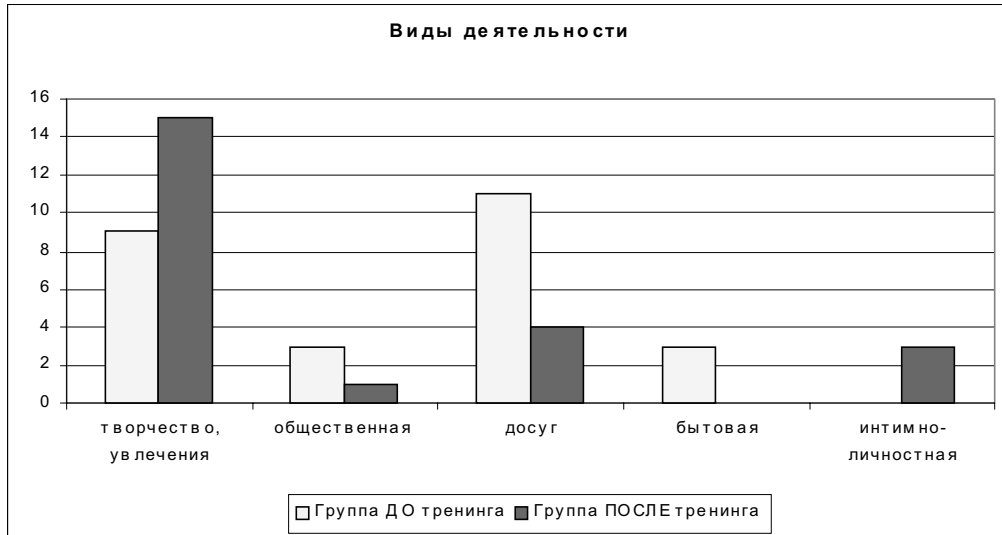
В соответствии с целями и гипотезой исследования нами была разработана категориальная сетка для проведения контент-анализа результатов методики «20 Я». Согласно этой сетке была осуществлена обработка документов — бланков опросника, полученных в группе до проведения тренинга и в этой же группе после проведения тренинга. Далее было проведено сравнение по каждой категории и подкатегории категориальной сетки, что позволило выявить качественные различия результатов методики «20 Я», проведенной в двух этих группах.

Результаты контент-анализа методики «20 Я»:

1. Социально-демографические характеристики.

В группе до тренинга ребята чаще использовали в ответе на вопрос «Кто Я?» социально-демографические характери-





стики, такие как пол, возраст, социальные роли, чем в группе после тренинга.

Интересно то, что ребята в группе после тренинга существенно чаще стали использовать представление себя как «дочери» или «сына», а также в качестве «друга». Также исчезло упоминание себя как «ребенка» и «подростка».

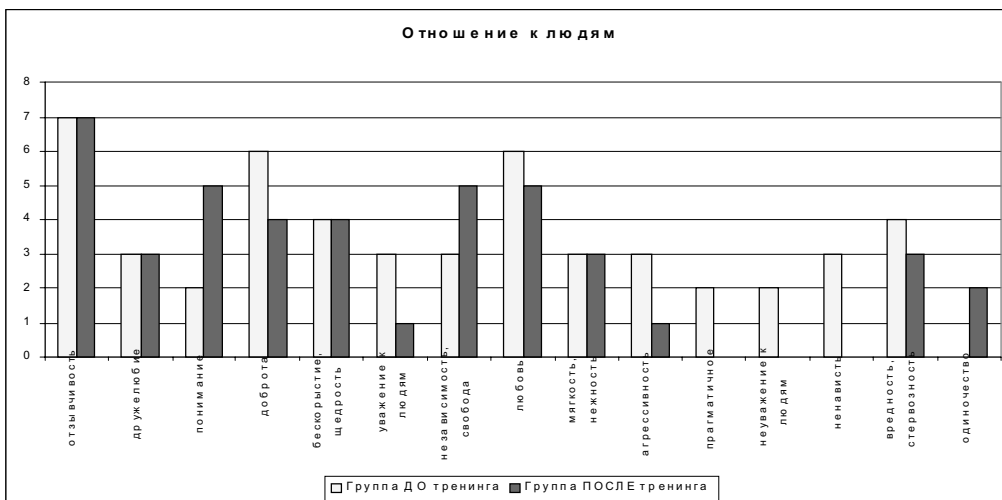
2. Виды деятельности.

В группе до тренинга чаще себя упоминали в контексте досуговой, творче-

ской и бытовой деятельности. В группе после тренинга значительно возросло упоминание себя в контексте творческой деятельности, снизилось упоминание в контексте досуговой деятельности, исчезло упоминание в контексте бытовой деятельности и появился новый вид деятельности — интимно-личностная.

3. Отношение к людям.

Ребята, как до проведения тренинга, так и после отмечают себя как людей





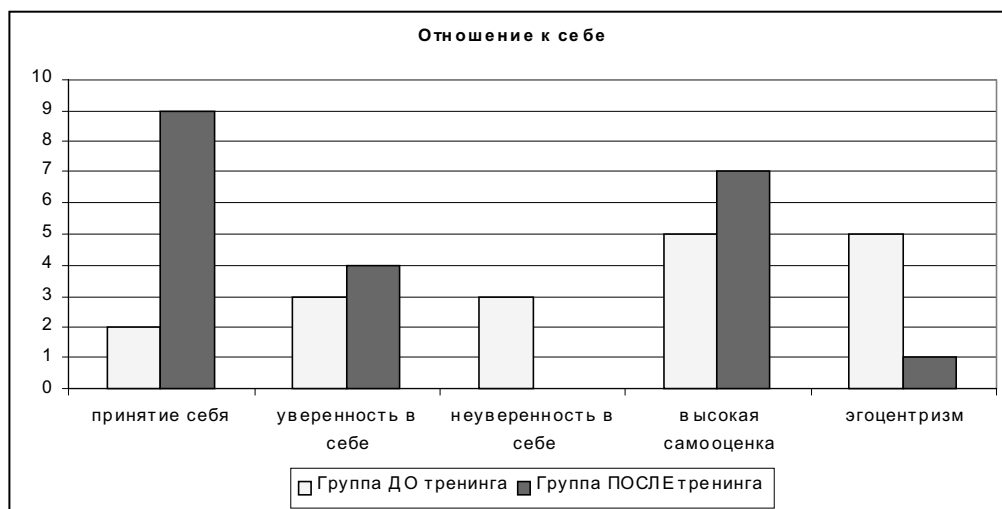
отзывчивых, дружелюбных, добрых, бескорыстных, независимых, мягких и нежных. В группе до тренинга встречаются упоминания об агрессивности, неуважении, ненависти в отношении других людей, «вредности» и «стервозности».

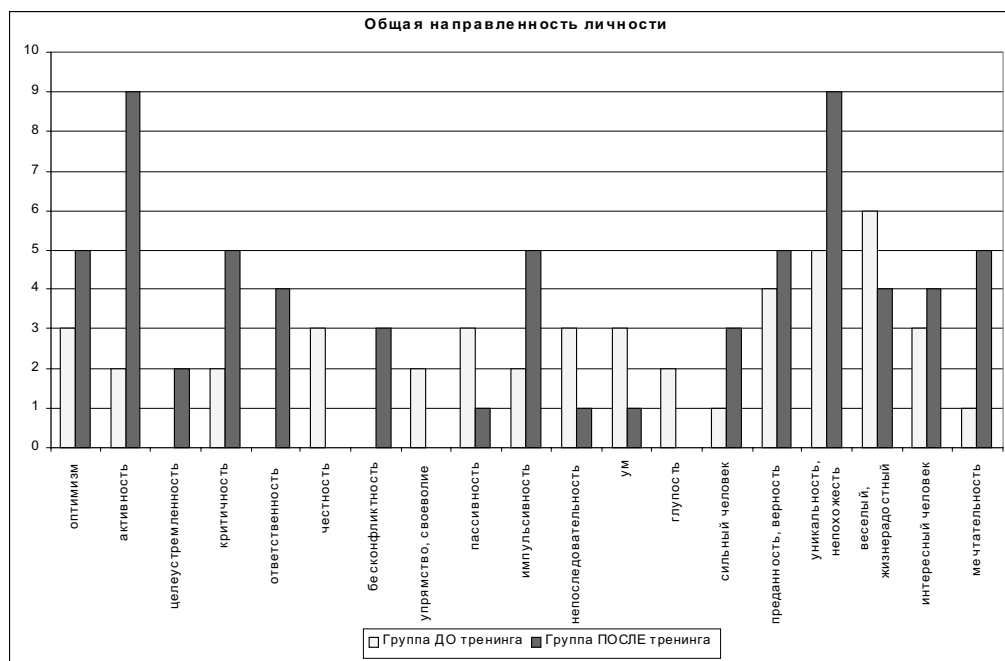
В группе после тренинга существенно возрастает число упоминаний себя как людей понимающих, свободных и

независимых. Снижаются или пропадают вовсе упоминания о себе как агрессивных, прагматичных людях, о неуважении и ненависти к людям.

4. Коммуникативные характеристики.

В группе до тренинга ребята в отдельных случаях пишут о своей общительности и лживости. В группе после тренинга существенно возрастает характе-





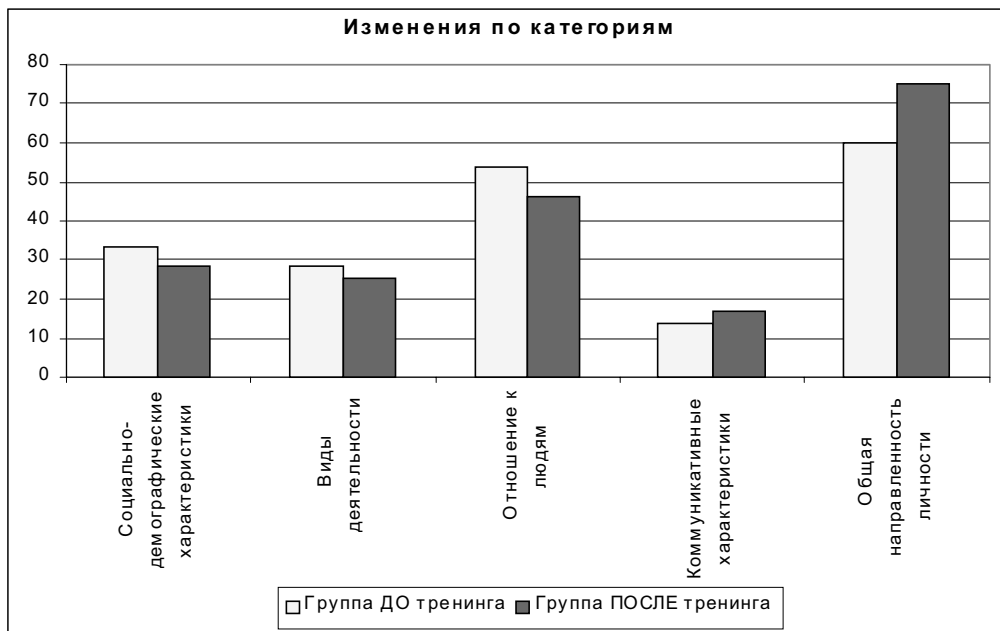
ристика себя как общительного, появляются новые характеристики — раскованность, чувство юмора. Исчезает из описания характеристика «лживость».

5. Отношение к себе.

В группе до тренинга по ответам ребят только в ряде случаев можно говорить о принятии себя, уверенности в себе, высокой самооценке. С такой же частотой встречаются неуверенность в себе и эгоцентризм. В группе после тренинга существенно возрастает доля высказываний о себе, которые характеризуют принятие себя (например, «я себе нравлюсь», «я такой, какой есть, и хочу остаться таким», «я позитивный человек»). Также возрастает количество высказываний, которые свидетельствуют о высокой самооценке («я знаю себе цену», «я один из лучших по географии»), снижается количество высказываний, характеризующих эгоцентризм, исчезают высказывания, связанные с неуверенностью в себе.

6. Общая направленность личности.

В группе до тренинга подростки в ряде случаев отмечают себя как оптимистов, честных людей, умных, преданных и верных, уникальных и непохожих на других, веселых и жизнерадостных, интересных, но в то же время пассивных и непоследовательных. В группе после тренинга существенно возрастает количество высказываний, которыми подростки определяют себя как активных людей, уникальных и непохожих на других, оптимистичных, критичных («я энергична и готова всегда к новому», «я творец своей судьбы»). Появляется такое определение себя, как ответственного и целеустремленного человека, бесконфликтного («принимаю сама многие решения», «старюсь добиться намеченных целей», «человек, который если захочет, все сможет»). Становится заметным упоминание о себе, как о сильном человеке. Появляется такое определение



себя, как мечтательного человека. Также становится заметным упоминание себя как импульсивного человека.

7. Изменения по категориям.

Наиболее существенные изменения произошли по категориям: социально-демографические характеристики, виды деятельности, отношение к людям, коммуникативные характеристики, общая направленность личности. Если количество самопредъявлений в социо-демографической, деятельностной сфере, в сфере отношения к людям уменьшилось, то определение себя с точки зрения личностных характеристик существенно возросло.

8. Подростки с незначительной частотой представляли себя в сфере непосредственного круга общения, своих эмоциональных состояний.

Иногда подростки упоминали о своем внешнем виде или физических данных. Интересно, что в группе после тренинга появилась такая характеристика себя как сексуально привлекательного.

Были также случаи самопредъявления в виде неких философских и общечеловеческих понятий («живое существо», «человек», «личность», «Я», дихотомии типа «добро и зло», «любовь и ненависть»). Также многие подростки использовали представление себя в символическом виде («я тень», «я четыре письма в день», «я туман», «я отголосок тишины», «я свежесть травы»). Но данные определения сложно интерпретировать и поэтому мы не стали их относить к какой-либо категории.

Вывод:

На основе проведенного анализа можно сделать вывод о том, что форма самопредъявления в группе после тренинга изменилась. Ребята стали в большей степени уделять внимание характеристике своих личностных свойств, и значительно меньше социо-демографическим и другим характеристикам.

Весьма заметно повышение уровня позитивного к себе отношения, общего

уровня самопринятия, самооценки. Ребята отмечают себя как активных личностей, обладающих свободой, независимостью и ответственностью. Подростки после прохождения тренинга чаще отмечают свои творческие способности, свою уникальность и непохожесть на других.

5. Психологическое обсуждение полученных результатов

В нашем тренинге мы ставили цель создания таких условий общения и взаимодействия для подростков, которые позволили бы им решать важнейшие возрастные задачи развития, а именно:

Во-первых, построение и принятие своего телесного образа Я через повышение позитивного отношения к себе, поиск своих сильных сторон и возможностей, проверку и испытание себя в ситуациях общения и взаимодействия.

Во-вторых, эмансипация и автономизация от родителей через вступление в отношения сотрудничества и кооперации со сверстниками, пробу себя в ситуациях принятия решений и ответственности.

В-третьих, становление идентичности через осознание временной протяженности своего Я, осознание себя, которое реализуется в попытках саморефлексии и получении обратной связи от других. Также в игровых ситуациях тренинга подросток получает возможность осуществления системы выборов, которые обеспечивают цельность личности.

Для осуществления этой цели в тренинге создавались уникальные ситуации взаимодействия и общения между подростками, дающие возможность проверить себя и других в разных жизненных ситуациях, получить обратную связь и возможность саморефлексии. Теплое эмоциональное и содержательное общение в ходе тренинга позволяет затронуть,

обсудить и обдумать многие вопросы, волнующие подростка на этапе взросления. Подросток имеет возможность получить возможность самораскрытия и обратную связь от сверстников на свое поведение, находясь в атмосфере безопасности и эмоционального принятия. Создание и поддержание такой атмосферы в группе — одна из основных задач тренера.

В целом можно сказать, что мы добились поставленной цели. Это показывают как объективные результаты, которые мы получили благодаря анкетированию подростков в ходе исследования, так и субъективные ощущения, которые можно было прочувствовать, находясь на тренинговых группах.

Объективно мы получили статистические значимые различия между группой ребят, прошедших тестирование до начала тренинга и той же группой ребят, которые прошли тренинг. Эти различия были выявлены по выделенным параметрам в сфере отношения к себе и сфере временной перспективы. Если делать общий вывод по результатам количественного анализа полученных данных, мы можем говорить о влиянии групповой тренинговой работы на самосознание подростков в рамках повышения уровня самопринятия; изменения самоотношения в более позитивную сторону; повышения уровня осознанности в области переживаний относительно своих жизненных целей, будущего и прошлого; а также повышения уровня компетенции в общении со сверстниками. Также на основе проведенного анализа можно сделать вывод о том, что форма самопредъявления в группе после тренинга изменилась. Ребята стали в большей степени уделять внимание характеристике своих личностных свойств, и значительно меньше социодемографическим и другим характеристикам. Весьма заметно повышение

уровня позитивного к себе отношения, общего уровня самопринятия, самооценки. Ребята отмечают себя как активных личностей, обладающих свободой, независимостью и ответственностью. Подростки после прохождения тренинга чаще отмечают свои творческие способности, свою уникальность и непохожесть на других.

Субъективно необходимо отметить следующие изменения в поведении ребят, участвующих в тренинге:

Во-первых, существенно меняется отношение подростков к тем заданиям, которые предлагаются для выполнения. Если в начале тренинга ребята более охотно участвуют в игровых заданиях, их достаточно трудно сориентировать на обсуждение и дачу обратной связи, ребята затрудняются в определении своих эмоциональных состояний, своего самочувствия, своих мыслей по поводу тех или иных вопросов. То к концу тренинга любимыми становятся задания, где требуется обсуждение и дискуссия по какой-либо проблеме, где нужно рассказать о своих чувствах и переживаниях, поделиться с другими своими мыслями и дать обратную связь другим участникам. Бывали занятия, которые практически полностью проходили в содержательных обсуждениях каких-либо проблем, чувств или переживаний. Ребята научаются определять свое состояние, свои переживания и эмоции, готовы поделиться ими с другими, а также выслушать и поддержать другого.

Во-вторых, многие из ребят именно в подобной тренинговой группе получают возможность найти понимание и теплое эмоциональное принятие. В нашей группе была девушка-подросток из неблагополучной семьи, с трудной и драматичной историей жизни. Занятия в группе стали для нее отдушиной, возможностью рассказать о своих переживаниях и чувствах, получить эмоцио-

нальную поддержку, почувствовать себя неодиноким. Ее откровенность и переживания позволили другим ребятам увидеть другую сторону жизни и получить опыт поддержки другого человека, находящегося в трудной ситуации.

С чем же мы связываем произошедшие изменения? Здесь можно отметить несколько важных, на наш взгляд, моментов:

1. Особое значение имеет личность тренера, который своей душевной работой создает уникальную неповторимую атмосферу безопасности и эмоционального принятия в тренинговой группе. Именно эти условия дают участникам возможность самораскрытия и рефлексии. Сегодня, когда в современной жизни наши подростки испытывают крайний дефицит в переживании чувства безопасности и теплого эмоционального общения, создание подобных условий способно оказать неоценимую помощь в решении задач развития, стоящих в подростковом возрасте.

2. Упражнения и ситуации, создающие особые условия взаимодействия и общения между участниками группы, новый опыт переживаний и чувств, а также возможность осознать эти переживания через обратную связь.

3. Личности самих участников, их уникальность, неповторимость. Каждый имеет возможность выразить и показать себя, а также увидеть и услышать другого — непохожего на тебя.

Однако мы не должны забыть о проблемах, которые неизбежно встают при обсуждении результатов тренинга. Во-первых, это проблема касается того, насколько сохранятся те изменения, которые произошли в самосознании подростков. Здесь можно сделать предположение, что если эти изменения соответствуют задачам возрастного развития, то мы можем говорить об их сохранении и после тренинга. Мы надеемся, что тот

новый опыт, который подросток получает в ситуации тренинга, помогает ему решать свои задачи за его пределами — в реальной жизни.

Вторая проблема — почему изменения касаются не всех участников группы? Есть участники тренинга, которые не обнаружили никаких изменений в ходе проведенного исследования. Эту проблему можно проиллюстрировать на примере одной из участниц тренинга. Девушка в течение тренинга переходила из одной группы в другую в связи с тем, что не смогла посещать группу в определенное время. По результатам ее анкетирования не было выявлено никаких особых изменений после прохождения тренинга. Посещение группы для нее скорее было приятным развлечением, чем душевной работой. Наиболее заметные изменения по результатам анкетирования наблюдались у тех участников, которые постоянно посещали группу и активно участвовали во всех упражнениях. Итак, можно сделать вывод, что качество душевных изменений в ходе прохождения тренинга зависит как от внутренней готовности и позиции самого участника, так и его дисциплинированности в отношении посещения всех занятий тренинга. Часто пропуск занятий ведет к тому, что участник группы «вы-

падает» из процесса и не всегда удается включиться обратно.

Третья проблема касается того, имеет ли тренинг личностного роста эффект за пределами поставленных целей. Можно отметить, что данный тренинг имеет также и профориентационную задачу. Участники группы открываются для себя мир психологии и профессию психолога. Многие из ребят в конце тренинга отмечают, что хотели бы в будущем заниматься психологией.

В заключение необходимо сказать несколько слов о **задачах на будущее**.

1) Интересным представляется исследование, которое позволило бы выявить факторы, способствующие эффективности тренинга личностного роста, так и факторы, снижающие эту эффективность. Эти факторы могут касаться как особенностей личности самого тренера, так и процесса организации тренинговой работы и особенностей личности участников тренинга.

2) Также представляет интерес работа по поиску других форм работы с подростками, которые можно совмещать с тренингом личностного роста. Возможно, это занятия с привлечением элементов арттерапии, развития творческого мышления, телесно-ориентированной терапии и другие формы.

Дорофеева Н.В.

СЕМЕЙНАЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СРЕДА В РАЗВИТИИ ЛИЧНОСТИ РЕБЕНКА

Формулирование и исследование проблемы психологической среды происходит, как правило, через категории субъективного бытия человека. Причем, современные психологи с неизбежностью при этом используют понятия, традиционно применяемые для описания объективного бытия. Так, они говорят о внутреннем мире человека, о жизненном мире, о факторе места и обособлении личности, а также о категориях, имеющих отношение к объективному существованию человека, — психологическом времени и пространстве. В самом общем понимании, психологическая среда — это совокупность социальных и психологических связей, представляющих собой фон жизнедеятельности человека.

Помимо наблюдений психологов-практиков обоснованием понятия «психологическая среда» могут служить теоретические подходы: учение об инстинктах и территориальном поведении животных, развиваемое, в частности, К.Лоренцом, об эмпирическом «я», созданное У.Джемсом, теория поля К.Левина, учение о социальном диалоге М.Бубера, идея диалектической связи внешнего и внутреннего, развиваемая в работах отечественных психологов — С.Л.Рубинштейна, Э.В.Ильенкова, А.Н.Леонтьева.

Эти направления психологической мысли, соприкасаясь с заявленной нами проблемой, тем более четко обозначают сферу исследований, существующую во круг обоснования феномена жизненного пространства личности.

Психологическое пространство личности — это субъективно значимый фрагмент бытия, то есть существенный, выделяемый из всего богатства проявля-

ний мира и определяющий актуальную деятельность и стратегию жизни человека. Психологическое пространство включает в себя комплекс физических, социальных и чисто психологических явлений, с которыми человек себя отождествляет (территория, предметы, привязанности, установки). Значимыми эти явления становятся благодаря обладанию личностным смыслом для субъекта, и потому границы психологического пространства охраняются физическими и психологическими средствами.

Пространство подвижно и зависит от интенсивности и осмысленности жизнедеятельности человека. Так, оно может «стягиваться» в случае возникновения сверх ценной идеи или, что случается чаще, в состоянии влюбленности и расширяться при наличии «рыхлых» и неопределенных жизненных перспектив.

Однако большинство психологов склонны рассматривать жизненное пространство скорее как устойчивую характеристику личности, чем как ее состояние. В пространстве можно выделить его объем, количество измерений, сохранность (устойчивость — подвижность границ). Оно развивается в онтогенезе и сочетается с другими качествами личности. Но наиболее важным, на наш взгляд, является прочность его границ, дающая человеку переживание суверенности собственного Я, чувство уверенности, безопасности, доверия к миру. Таким образом, не очень интересно, каким «метражом» исчисляется пространство, главное, чтобы оно было достаточным для субъекта.

При содержательном описании пространства духовного развития специаль-

ного внимания заслуживает следующее существенное обстоятельство: человек при рождении попадает в уже обжитой, опознанный мир. Ребенок зарождается, рождается и живет в системе реальных, живых, хотя и разнородных связей с другими людьми (первоначально с матерью, затем еще с близкими, впоследствии и с дальними). Усиливая эту мысль, можно вообще сказать: нигде и никогда мы не увидим человека до и вне его связей с другими. Он всегда существует и развивается в со-обществе и через со-общество. Живая общность, сплетение и взаимосвязь двух жизней, их внутреннее единство и внешняя противопоставленность друг другу указывают на то, что взрослый для ребенка не просто одно из условий его развития наряду со многими другими, а фундаментальное онтологическое основание самой возможности возникновения собственно человеческого в человеке, основание его нормального развития и полноценной жизни.

Подобная общность по сути и есть то пространство, та ситуация развития, где впервые зарождаются специфические, собственно человеческие способности, позволяющие человеку стать и быть субъектом своей жизни. Принцип развития — динамическое преобразование систем связей и отношений между людьми в со-бытийной общности в процессах социализации и индивидуализации. При этом индивидуализация определяется как процесс оформления уникального и неповторимого Я, приобретения индивидом все большей самостоятельности и относительной автономности. Социализация трактуется как вращение индивида в мир человеческой культуры и общественных ценностей.

Чтобы обеспечить ребенку условия здоровой и духовно полноценной жизни, необходим взрослый человек. Это аксиома, не требующая сегодня доказательства. Можно сказать, что «собствен-

но человеческое в человеке» — это всегда — Другой человек. Детству естественно присущи стремления к дополнению, потребность и способность обретения полноты человеческого бытия. Старшие создают особую, располагающую, дружественную среду, в которой младшим легче раскрепощаться и осваивать глубины и потенции собственного внутреннего мира, обогащать ими свою жизнь и жизнь других людей. Приближенный еще не значит близкий. Именно духовная близость ребенка и взрослого гармонизирует индивидуализацию, обособление ребенка, обеспечивает нормальное развитие его личности; отчуждение искажает и блокирует его. Специфика духовной близости ребенка и взрослого (в отличие от витальной, эмоциональной, социальной связанности) состоит в одухотворении взрослым жизненного мира ребенка. Основа такого отношения — любовь взрослого к личности ребенка, его устремление навстречу становящемуся индивидуальному духу в непрерывном, напряженном поиске отношения, соразмерного с детскими возможностями. Значимый взрослый (в норме!) — ответственный координатор со-бытия — использует собственную самость в качестве инструмента выстраивания развивающей психологической среды для ребенка, не подавляющей, а гармонично соприкасающейся с его личным психологическим пространством.

Каждому индивиду присущ свой способ существования, своя динамика развития, в основе которой лежит образ действия, задающий вектор или направление его психической активности. Образ имеет власть над любыми проявлениями психики во «вне», он лежит в основе продуктивного творческого действия (как акции), а также адаптивных форм поведения (действия как реакции).

Эффективность детско-родительских отношений может устанавливаться на

основе анализа диадической связи ребенка со взрослым с точки зрения ее функциональности. В современном психоанализе диада выделяется как основной фактор, определяющий духовное пространство развития личности. «Диада» означает движение вдвоем, где один движущийся не может действовать без другого; это единство действия, исходящих из двух центров, ни один из которых не способен начать действовать, жить без соучастия другого. Например, в семейном контексте необходимо уделять внимание прогрессирующему росту каждого его члена, вне зависимости взрослый это или ребенок. Психологическая зрелость родителей, а, следовательно, и их детей связана, прежде всего, со способностью к самоопределению, умением ставить цель (моделировать образ желаемого) и находить средства для ее достижения. В единстве образного плана и действия проявляется целостность и функциональность личности.

Чтобы понять суть внутренней диады «ребенок-мать», ее реальность, достаточно проанализировать содержание образов, которые являются результатом отражения ребенком отношения к нему близких взрослых. Всякий раз, когда мать (или тот человек, который несет на себе функцию матери) создает интересующую ее диаду при эмоциональном соучастии, происходит перенос психоэмоциональности на ребенка. В рамках этой диады возникает трансляция материнских образов ребенку, задавая, тем

самым, контуры его будущей активности.

Опыт зарубежных и отечественных исследований в области психоанализа подчеркивает то, что своеобразие и особенности моделей поведения закладываются на ранних ступенях онтогенеза (внутриутробное развитие, младенчество, ранний возраст). Психоанализ (З.Фрейд, К.Г.Юнг, М.Кляйн и др.), примененный к сотням людей, однозначно указывал на семью, как на единственную причину, создающую предрасположенность к любому патологическому расстройству. Семья остается первой структурой, задающей базовый образ любого регресса субъекта. Каждый человек подвержен влиянию семейной среды, в частности, взрослого-матери. В здоровой форме психологический симбиоз с матерью постепенно разрывается, начиная с дошкольного возраста для достижения реальной независимости ребенка. Отделение от матери происходит подобно клеточному развитию: молодая клетка, зародившись в зрелой, по мере ее созревания, обретает собственную целостность и динамику. В действительности, большинство людей тем или иным образом поддерживают на протяжении жизни симбиотическую зависимость от матери или тех людей, которые ее замещают. Сохраняя привычку к материнской опеке, ребенок встает на путь инфантилизма и удовлетворения собственных нужд за счет другого (самоутверждение), не имея здоровых механизмов самореализации.

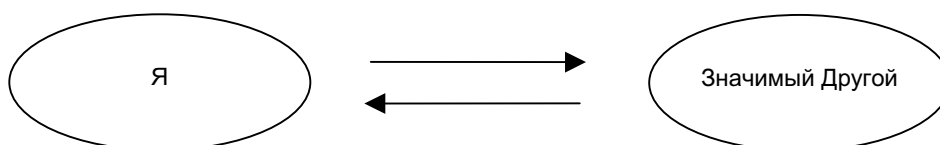


Рис. 1. Диада — «движение вдвоем».

Психотерапевтическая практика позволила обнаружить, что изначальная основа этого явления заложена исключительно в личности матери. Другими словами, для того, чтобы сформировался невротик или любой психически больной человек, нужна особая чувствительная мать, которую характеризуют вытесненные или сознательные фрустрации. Для ребенка мать играет роль проектного образа социальной связи. Психоэмоциональная структура матери в значительной степени определяет функциональность ребенка на различных этапах онтогенеза, развитие его творческих действий и эффективность социальных взаимодействий, своеобразии психической активности ребенка, ее направление и форму.

Так, например, если мать плохо обучает ребенка выстраивать социальные отношения, то впоследствии он оказывается социально ущербным, что в конечном итоге приводит к прогрессирующему саморазрушению. Вскормленный

определенной материнской аффективностью, привыкший к ней индивид, усваивает такую модель поведения, которая оказывается не функциональной вне связи с матерью.

Это происходит потому, что неудовлетворенность матери, ее собственная незрелость, состояние фрустрации проецируется на ребенка — самого незащищенного существа в ее окружении. Если же детство ребенка совпадает с периодом любви матери к мужу или другому мужчине, то у него появляется возможность более свободного развития как личности и возрастает способность к реализации в социальной среде.

В соответствии с природным проектом, истинная мать — это взрослый, который с самого рождения ребенка заботится о нем, защищает и питает его до тех пор, пока он не становится взрослым и независимым. Взрослый постепенно отдаляется, отдавая инициативу в руки ребенка, и способствует его выходу в социальный мир. В здоровой фор-

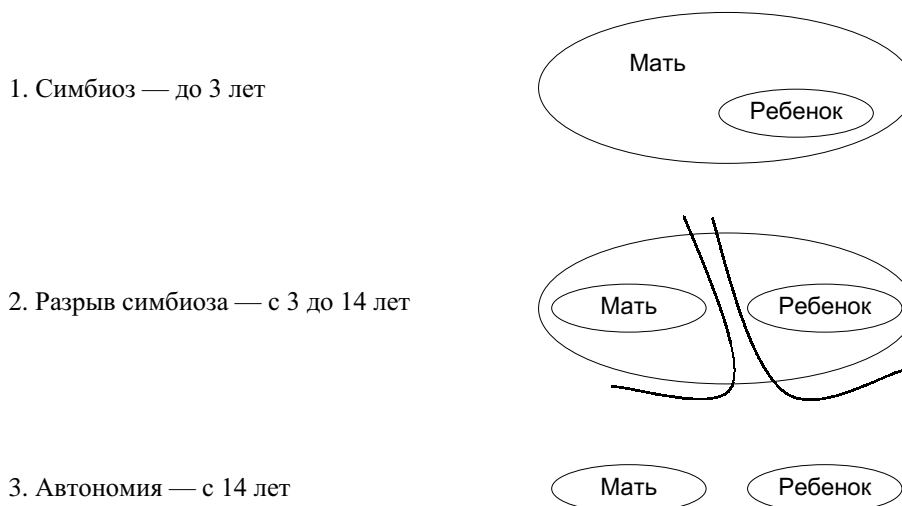


Рис. 2. Этапы здорового развития личности в семейных диадах.

ме психологический симбиоз с матерью постепенно разрывается, начиная с дошкольного возраста, для достижения реальной независимости ребенка. Отделение от матери происходит подобно клеточному развитию: молодая клетка, зародившись в зрелой клетке, по мере ее созревания, обретает собственную целостность и динамику.

При самом абстрактном рассмотрении можно выделить две формы диады «ребенок-мать»: патологическую и здоровую.

Патологическая скрывает в себе психическую застенчивость, статичные образы — комплексы, нефункциональные стереотипы, навязчивые переживания. Если внутренняя функциональность матери нарушена, то в диаде с ребенком этот регресс будет усугубляться; так как она будет переносить (сознательно или бессознательно) на ребенка свою нереализованность, компенсировать собственные потребности. Ребенок будет испытывать давление, напряжение, транслируемое ему матерью, подчиняясь ей. Его жизнь — это заряд, не находящий разрядки. Практически идет отработка запрограммированных матерью образов: морали, стереотипов, способов реагирования; но без их реализации. Вследствие чего, возникают нерешительность и сомнение: негативные переживания из прошлого вытесняются в область бессознательного, на поверхности оставляя лишь неоправданное чувство вины; будущее воспринимается со страхом и тревогой (как проекция прошлого опыта), а настоящее проживается на основе заданных семейных стереотипов.

С точки зрения психоанализа З.Фрейда, мать выступает инструментом для внедрения в новую жизнь оперативного механизма «Сверх-Я», определяющего ментальную ригидность в субъекте, устанавливающего комплексные вытеснения и стереотипы поведения. Уже

зафиксированная матерью структура человеческого «Сверх-Я» в ребенке, будет продолжать действовать и в детских садах, школах, при усыновлении или удочерении и т.д. Этот механизм монополизировал главные человеческие чувства, поэтому, где бы не возникала любовь, способная породить новую жизнь, «Сверх-Я» тотчас запускает программу отчуждения и разобщенности. Но это происходит бессознательно: сознательное «Я» убеждено, что действует правильно, поскольку окружающие одобряют выбираемый способ действия.

Ребенок, накапливая напряжение, ограниченное рамками материнских образов, не способен найти выход самостоятельно; совершаемые действия, вынужденно направляя против самого себя. Причину этого необходимо искать в семейном воспитании: мать относится к ребенку как к своему продолжению, ребенка не учат правильно использовать собственный потенциал, создавать свой априорный проект жизни, так как родители сами не владеют таким проектом в полноте. Происходит отрыв от первоисточников развития, нарушается его самобытность. Ребенок пребывает в ситуации постоянной разделенности, двойственности. Ориентировочные и контрольные функции психики смещены и переданы матери, сам же ребенок становится предметом манипуляции не только в условиях семьи, но при любом социальном взаимодействии (в школе, больнице, на работе и т.д.).

Невольно встает ассоциативный образ. Большинство детей проходят традиционный ритуал под Новогодней елкой, когда в окружении волнующихся за состоятельность ребенка родителей, гостей и Деда Мороза малыша ставят по вышке «на табуретку» и он во имя похвалы и одобрения рассказывает стихотворение, затем получает подарок в форме окон-

чательного подкрепления своих правильных действий и успеха. С тех пор ребенок по заданной программе для того, чтобы заслужить любовь взрослых или от страха не соответствовать ожиданиям родителей, пытается все время залезть на ту самую пресловутую «табуретку» и получить некую призрачную награду от жизни. Так для многих «взрослых» мальчиков и девочек жизнь протекает в лазанье на «табуретку» и падение с нее. Искусственно созданный родителями подиум (пьедестал) вносит огромное разобщение в природный мир ребенка, отрывает его от истинной «почвы под ногами», то есть от самого себя, от истинного проекта жизни в нем, и вместе с этим — от чувства реальности бытия.

Основные характеристики патологических моделей отношений в семье:

- удовлетворение собственных нужд за счет другого — самоутверждение;
- не сформированы здоровые механизмы самореализации;
- ребенок пребывает в ситуации постоянной разделенности — нарушение целостности ребенка;
- ориентировочные и контрольные функции психики смещены и переданы матери;
- снижена роль отца в семье.

Здоровая диадическая модель отношений матери и ребенка способствует эволюции ребенка. Один из двух полюсов обеспечивает рост другого. Такая ситуация может сложиться в том случае, когда мать вступает в эту диаду не нарушая реальности ребенка, признает его как полноценную и дееспособную личность. При этом сама сохраняет относительную внутреннюю свободу и собственную функциональность. Она позволяет ребенку пройти через незначительные повседневные сражения, приобрести малый негативный опыт, чтобы победить в главном — устранить препят-

ствия на пути к счастью, удовлетворению и росту.

Мать, сохраняя гибкое сознание, не загнанное в ограниченные формы комплексов и стереотипов, на любой стадии развития диады, в любой момент может понять, где произошли сбой и что необходимо сделать для их исправления. Взрослому важно научиться разрывать диадическую связь в правильный момент, устраняясь от нее, тем самым, стимулируя творческое движение ребенка. Матери тем легче это сделать, чем больше она Женщина (не девочка), ответственно относящаяся к себе и реализована в отношениях с партнером Мужчиной. В восстановлении изначального проекта семьи и формировании целостности ребенка, одним из основных шагов должно стать восстановление важности и целостности фигуры отца, как личности, мужчины и реального партнера. Когда мать отдает свою монополию на право владеть ребенком как собственностью, она перестает «укрупнять» себя за счет плагиата над ребенком и тем самым перестает подавлять мужчину и манипулировать им. Роль, которую должен играть мужчина-отец заключается в обучении ребенка успешному восхождению во внешнюю социальную реальность. До тех пор, пока общество поддерживает существующее разделение ролей, матери необходимо опосредовать в детях отцовскую реальность как предпочитаемую ценность для самой себя и объективную для них.

Родители всегда должны готовить своего ребенка к самостоятельному росту, чтобы он смог развиваться во взрослой жизни, когда их больше не будет рядом. Родители не должны ограждать ребенка от реальности, чтобы научить его принимать жизнь во всей ее сложности и многообразии, тем самым, закладывая здоровые причинные образы и модели действий в его психику.

Вектор здорового и личностно зрелого развития в семейной психологической общности идет по направлению от симбиотической связи (удвоения и подражания в отношении друг друга) к «самостоянию», то есть созданию своего автономного субъективного пространства и рефлексии своей позиции в нем и вне его. Подобная динамика характерна развивающейся личности на каждом возрастном этапе жизни. Состояние психологической общности важно для человека всегда при вхождении в новую социальную среду (младенцу — в семью, дошкольнику — в детский сад, ребенку 7 лет — в школу и т.д.). Актуальность самостояния и отделения проявляется в периоды наращивания личностного (профессионального) потенциала и желанием выразить себя неповторимым образом в собственной деятельности и собственном пространстве. Иначе эти периоды развития можно характеризовать как переход от идентичности с Другим Значимым Человеком к самоидентичности. Застревание на первом этапе идентичности свидетельствует либо о регрессе субъекта, либо об аномальных путях его развития.

В отношениях семейной психологической среды и социальной, в том числе образовательной, господствует закон взаимопроницаемости — взаимоотражения, что подразумевает:

– во-первых, социальная среда является проекцией общественной семейной культуры;

– во-вторых, личность воссоздает модель семейных отношений в каждой новой социальной среде.

Семейные модели отношений, способы трансляции собственных чувств, переживаний, характер выражения себя в общении с партнером, способность к совместному действию и социальным эмоциям — все это многогранной проекцией переносится в большой мир социальных связей, деятельностей и отношений.

Можно выделить как минимум три основных модели взаимодействия психологического пространства личности и социальной среды (рис. 4).

В первом случае, психологическое пространство личности и социальная среда едины в проявлениях, то есть человек, чувствует себя органично и целостно в тех социальных общностях, в которые он включен. Более того, он находит возможности свободно самоопределяться в социуме и реализовываться в нем, преобразуя и внося изменения в саму социальную общность. Такая способность опирается на чувство реальности субъекта, объективное видение себя, своей позиции в актуальной социальной общности. Острое и чуткое переживание настоящего момента бытия дает возможность субъекту действовать креативно,

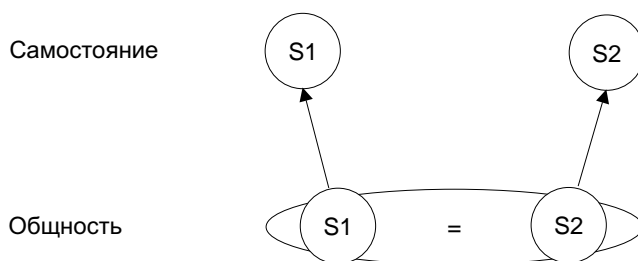


Рис. 3. Вектор развития в диаде.

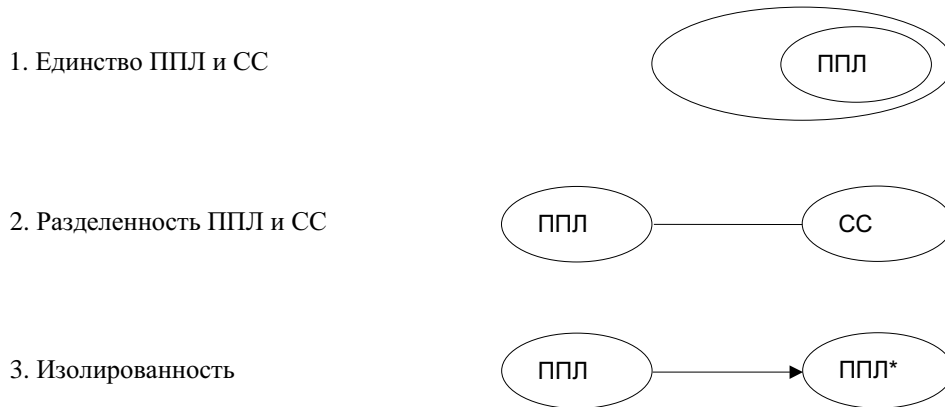


Рис. 4.

накладывая свой неповторимый отпечаток на каждое личное действие.

Вторая модель взаимодействия характеризует некоторую разделенность и обособленность личности от среды. Активность в отношении среды носит в большей степени не преобразующий, а реактивный характер, где субъект остается в пассивном, зависимом от других значимых людей (партнеров). Социальные общности вторгаются в субъекта, ориентируя и контролируя его действия и мысли, что в свою очередь заставляет личность защищаться известными ей психологическими способами, усвоенными в детстве.

Последняя третья модель отражает изолированность субъективного пространства личности от социальных воздействий. Внешне субъект конечно пребывает в социуме, но внутренне отторгает любую другую психологическую реальность отличную от него самого. По отношению к социальной среде человек использует крайние формы психологической защиты, такие как противостояние, соперничество, уход от реальной действительности и т.п. Такой человек в своем внутреннем мире пребывает всегда либо в прошлом, либо мечтая о будущем, но никогда в настоящем «здесь и сейчас».

Подводя итог анализу специфики развитие личности ребенка в среде, необходимо указать основные характеристики, позволяющие субъекту эффективно и свободно проживать свое онтогенетическое становление. В данном случае, это характеристики развивающей психологической среды (семейной; образовательной и т.д.):

- Со-общество;
- Со-бытийность;
- Со-трудничество.

Все характеристики здоровой среды основаны на психологическом равенстве и совместной деятельности партнеров, находящихся в социальной общности, в которой каждый самостоятельно определяется в зоне своего ближайшего развития, но учетом общих целей. Кроме того, одним из важнейших условий для проектирования развивающейся психологической среды является — личностный рост всех субъектов развития.

Таким образом, психологическая среда — это пассивный элемент, сконструированный, с одной стороны, семьей (обществом), а с другой — нашей позицией согласия ради того, чтобы избежать страха. Личность, изменяющаяся в направлении к своей целостности и

зрелости, подобна семени, способному развиваться в разных направлениях. Это — некая изначально задаваемая общая форма, постепенно эволюционирующая, открывающая для человека новые измерения. Речь идет о прототипизме собственной жизни: «я знаю, что могу создавать свою жизнь, я отдаю отчет в том, что именно я являюсь креативным арбитром своего успеха». Знание собственного «проекта» личности предполагает автономию, расширение сферы своего включения в различные социальные общности, богатство и осуществление через него великого проекта жизни.

ЛИТЕРАТУРА

1. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии. — М., 1995.
2. Бубер М. Я и Ты. — М., 1993.
3. Валединская О.Р. Материнские возрастные кризисы: кризис «двухлетней мамы» // Сборник трудов студентов и аспирантов МОСУ. — М., 2001.
4. Василюк Ф.Е. Психология переживания: Анализ преодоления критических ситуаций. — М., 1984.
5. Джемс У. Психология. — М., 1991.
6. Ильенков Э.В. Что же такое личность? // С чего начинается личность. — М., 1979.
7. Калмыкова Е.С. Внутриличностные противоречия и условия их разрешения: Автореф. дис... канд. психол. наук. — М., 1986.
8. Левин К. Теория поля в социальных науках. — СПб., 2000.
9. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. — М., 1975.
10. Лоренц К. Агрессия (так называемое зло). — М., 1994.
11. Матвийчук Е.А. Личное жизненное пространство мальчиков и девочек // Сборник трудов студентов и аспирантов МОСУ. — М., 2000.
12. Мухина В.С. Возрастная психология. — М., 2000.
13. Нартова-Бочавер С.К. Развитие жизненного пространства ребенка в онтогенезе // Стратегия дошкольного образования в 21 веке: проблемы и перспективы. — М., 2001.
14. Рубинштейн С.Л. Бытие и сознание. — М., 1957.
15. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Основы психологической антропологии. Психология развития человека: развитие субъективной реальности в онтогенезе: Учебное пособие для вузов. — М.: Школьная Пресса, 2000. 416 с.
16. Фрумин И.Д., Эльконин Б.Д. Образовательное пространство как пространство развития («школа взросления») // Вопросы психологии. 1993. № 1. С. 24.
17. Чудновский В.Э. К проблеме соотношения «внешнего» и «внутреннего» в психологии // Психологический журнал. 1993. № 5.

Назаров Е.А., Нелюбов С.Д., Нелюбова Е.С. Почанина Т.Г., Русских Ю.С.

ФОРМИРОВАНИЕ ЗАВИСИМОГО ПОВЕДЕНИЯ КАК МЕХАНИЗМ РАЗРУШЕНИЯ ЛИЧНОСТИ

В современном обществе тема зависимости с каждым годом становится все более актуальной, выделяют все больше и больше объектов зависимости (наркотики, алкоголь, табак, игровые автоматы, пища, Интернет, компьютерные игры и т.д.). При этом большинство научных работ посвящено исследованию последствий возникновения зависимости, непосредственных проявлений зависимости и т.д. Практически не предпринимаются попытки объяснения причин возникновения той или иной зависимости, механизмов, которые участвуют в ее формировании, и существующие работы на наш взгляд не отвечают на эти вопросы. В нашей статье отражена попытка ответить на вопросы о том, как зависимость формируется, какие механизмы в этом участвуют, какое место занимает личность в этом процессе, и как она разрушается в процессе формирования ее зависимой части.

В первую очередь нам видится необходимым дать определения основным понятиям: личность, зависимая личность и зависимое поведение.

Для определения понятия личность мы обратимся к трудам В.А.Петровского, где он определяет личность как особый феномен, в котором непосредственно обнаруживаются разворачивающиеся в межличностном пространстве предметные и коммуникативные связи между людьми. Характеристика личности, следуя логике В.А.Петровского, осуществляется на уровнях: интраиндивидуальном, интериндивидуальном, метаиндивидуальном [7, 8].

Интраиндивидуальный уровень — индивидуально-психологический уровень.

Интериндивидуальный уровень — уровень межличностных связей.

Метаиндивидуальный уровень — уровень, существующий за пределами актуальных связей индивида с другими индивидами, за пределами его совместной с ними деятельности.

Механизм развития личности также был описан В.А.Петровским. У субъектов в процессе общения формируются представления друг о друге, затем каждый из них вносит собственные изменения в эти представления, и в дальнейшем они возвращаются друг другу в измененном виде. Таким образом, принимая представления другого о самом себе, личность развивается. В терминах Петровского, это обозначается как «взаимопереходы», «отраженная» и «возвращенная субъектность» («Развитие личности — это взаимодействие отраженной и возвращенной субъектностей» В.А.Петровский). Данный механизм применим и к развитию зависимой личности, то есть отражая те изменения, которые зависимый производит в жизни других людей, он сам развивается как личность. Только разница состоит в том, что возвращаемые представления о субъекте, которые в дальнейшем закрепляются, являются не здоровыми, а зависимыми [6].

Зависимая личность также проявляется на трех уровнях: интра-, интер-, метаиндивидуальном.

Интраиндивидуальный уровень состоит из характеристик, свойств, особенностей зависимой личности, появление которых связано с непосредственными зависимыми отношениями. Отсюда различные попытки построения «портретов», «профилей» зависимых [9, 10].

Интериндивидуальный уровень состоит из специфических взаимодействий зависимой личности с ее окружением в непосредственном общении.

Метаиндивидуальный уровень состоит из представлений о зависимом в сознании его родных и близких.

Зависимое поведение, как мы его определили — это формирующиеся в процессе онтогенеза привычные родительские идентификационные паттерны, носящие функциональный характер. Основной развития зависимых отношений является нарушение процесса отделения ребенка от матери.

Анализ взаимоотношений в диаде мать-ребенок наиболее полно был проведен в работах психоаналитиков, в частности М.Малер, Д.Винникотт и другие [2, 4, 11].

Для формирования зрелой, независимой личности, по их мнению, необходимо окружение, которое точно и эмпатически отражает все проявления ребенка в полном объеме и в случае необходимости способствует ее оптимальной фрустрации. М.Малер говорит о том, что формирование психических структур происходит в контексте диадной intersубъективности. При этом важное значение здесь приобретают факторы, которые с одной стороны, способствуют формированию внутриспсихических структур, позволяющих ребенку в последующем функционировать независимо от объекта привязанности (матери), а с другой стороны способствуют патологизации этих структур.

Д.Винникотт в своих трудах пишет о том, что в психологическом смысле такое явление как младенец не существует, что ребенок может быть объектом изучения только в диаде с матерью, только с ней он может существовать, «способен чувствовать себя». Таким подходом Винникотт подчеркивает, что симбиотическая привязанность младенца обязательно должна рассматриваться наряду с эмоциональным вкладом «достаточно хорошей матери». Ребенок практически постоянно включается в контакты с реальным внешним миром, людьми, и соответствен-

но основной задачей детей до трех лет состоит в формировании образа мира, матери и сопоставление с этими образами представлений о себе. Формирование этих представлений происходит в постоянно сменяющихся друг друга процессах сепарации и индивидуации.

Сепарация — процесс формирования целостных и устойчивых внутриспсихических репрезентаций себя (образа самого себя) отдельных от столь же устойчивых и целостных репрезентаций объекта; имеется в виду не физическое, пространственное отдаление от родителей или распад межличностных отношений, а развитие интрапсихического чувства возможности функционировать независимо от матери [2].

Индивидуация — формирование собственной уникальной идентичности и воспроизведение своих индивидуальных характеристик.

В норме эти процессы идут одновременно, но они так же могут и расходиться в результате задержки или ускоренного развития тех или иных сторон психики. Формирование навыков стояния, ходьбы, речи и т.д. является не только физиологическим развитием ребенка, но и начальным этапом сепарации в симбиотических отношениях «мать — ребенок». Появление ходьбы является базовым компонентом получения автономии, что особенно касается принятия решения автономного риска, инициативы, самостоятельного определения и оценки действий. При нарушении же процесса развития родители делают невозможным собственное самоопределение ребенка (формирование самоидентификации), способность идти на риск и способность самоконтроля. Проявляя при этом реакции страха, угрозы и наказания за те действия и поступки, которые служат созданию дистанции, определению различий, демонстрации агрессии и выработке самостоятельно выбранной идентичности. Одновременно преувеличенное значение приписывается

слиянию, эмпатии и зависимости от родителей. В результате незрелый, беспомощный ребенок, не имея возможности получить соответствующего одобрения от родителей с помощью естественных проявлений идентифицирует себя с таким образом себя самого, который нужен родителям для достижения их собственных целей, и делает все, чтобы соответствовать этому образцу. Таким образом, он получает хоть какую-то реакцию на его действия, присутствие, существование.

Началом формирования зависимого поведения можно считать процесс выбора (вычленения) и последующего «изъятия» родителями собственных проявлений ребенка в раннем возрасте, что является началом возникновения идентификации как системообразующего механизма для дальнейшего воспроизводства особого рода отношений.

Термин «идентификация» достаточно широко трактуется в современной науке.

«Идентификация» (от лат. *identificare* — отождествлять):

1. Идентификация — ситуативное уподобление (как правило, неосознанное) себя значимому другому (например, родителю) как образцу на основании эмоциональной связи с ним.

2. Идентификация — устойчивое отождествление себя со значимым другим, стремление быть похожим на него. Различают первичную и вторичную идентификацию. Первичная идентификация — это идентификация ребенка (младенца) сначала с матерью, затем с родителем, пол которого ребенок признает своим. Вторичная — это идентификация в более позднем возрасте с людьми, не являющимися родителями.

3. Идентификация — механизм психологической защиты, заключающийся в бессознательном уподоблении объекту, вызывающему страх или тревогу [5].

На наш взгляд создание идентификационной программы и идентификационных пространств происходит за счет соз-

дания родителями ситуации, в которой у ребенка преобладают тревога и страх. Достигается это разными способами, как правило, в каждой семье это достаточно ограниченный набор паттернов, которые изменяются и совершенствуются практически всеми членами семьи по мере необходимости. Кроме этого в ситуациях, когда существующие паттерны поведения не работают вообще или их интенсивность снижается, в семье могут актуализироваться процессы формирования новых паттернов поведения для поддержания тревоги как постоянного фона (закон гомеостаза — так как эти семейные системы могут нормально существовать только при определенном уровне напряжения и тревоги) [1]. За счет различной комбинации этих паттернов достигается нужный, практически постоянный, уровень личностной тревоги у ребенка и в результате, ребенку ничего не остается кроме как прибегать к помощи психологических защит, в частности идентификации. Идентификационное пространство является своеобразной психологической запрудой и блоком на пути обращения ребенка не только к родителям, но и от них, с последующим нарушением процессов самоидентификации и самодифференциации. Ребенок начинает бессознательно уподобляться объекту, вызывающему страх и тревогу, в данном случае это родители (или один из родителей), он начинает подражать поведению, оценивать собственное состояние, желания, потребности и т.д. через их поведение, оценку. И как следствие всего этого начинают образовываться «идентификационные пустоты» внутри ребенка. Проявление непосредственно его собственному детскому заменяется на демонстрацию социально приемлемого и одобряемого и как следствие безопасного для него. Так постепенно идентификация из разряда психологических защит переходит в системообразующий паттерн, поддерживая семейный гомеостаз. На этом этапе у ребенка фак-

тически прекращаются все процессы самоидентификации.

Самоидентификация (аутоидентификация, автоидентификация) — самоопределение. В более узком смысле самоидентификация «означает лишь те процессы личностной идентификации, которые являются продуктом сознательных стремлений и усилий личности, а не побочным продуктом стихийных процессов подражания, заражения, психологической защиты или результатом внешнего внушения и воспитания».

Идентификация обычно остается на уровне подражания, повторения; поведение в этом случае приобретает черты наигранности, театральности, демонстративности, однако знание о себе не то что бы не появляется вообще, оно носит специфический характер («Я тоже умею так ходить», «Я тоже умею читать и писать» и т.д.). Это знание весьма поверхностно и ситуативно (сегодня могу, завтра не могу; сегодня позволяют, завтра — нет). При этом у ребенка не формируется механизмов самостоятельного развития.

В результате ребенок не в состоянии самостоятельно давать оценку своим действиям, самостоятельно их контролировать и корректировать, выносить самостоятельные суждения по тому или иному поводу и как следствие он автоматически становится заложником получения информации и оценок себя и своих действий извне. Он становится более ориентированным на окружающих, нежели на себя, на первое место выходят интересы и желания других людей (матери, отца, других значимых взрослых) а не свои. Формируются определенные правила, регулирующие коммуникации, права и обязанности всех членов семьи, в которые включается и ребенок. Эти правила, являются своеобразным «сводом законов», который определяет жизнь в семье, по сути это — идентификационная программа (начало ее формирования и механизмы, обеспечивающие ее существование).

Все выше перечисленное в свою очередь является признаками созависимых отношений. Таким образом, процесс усвоения ребенком идентификационной программы можно считать началом формирования созависимых отношений, а это в свою очередь формирует зависимую субличность в пространстве самой личности [6].

Под созависимыми отношениями мы понимаем многокомпонентную представленность в личности, содержащую в себе модель отношений с человеком, который дал начало формированию идентификационной программы (чаще всего один из родителей), и, исходя из которой, личность в дальнейшем строит свои отношения с окружающей действительностью. То есть, мы говорим о том, что созависимость — это не просто отношение созависимого к химически зависимому, это создание изначально зависимой личности в условиях, диктуемых созависимым.

Зависимая субличность является обратной стороной созависимости и формируется не в момент «обретения» предмета зависимости (наркотики, алкоголь, игра, еда и т.д.), а процессе длительного «изъятия» из личности основных формирующих ее компонентов (в раннем возрасте — собственные границы, на более поздних этапах — мнения, взгляды и т.д.).

Обеспечению процессов, описанных выше, служит, на наш взгляд, глубинный конфликт между различными аспектами личности на интраиндивидуальном уровне. В данном случае под конфликтом мы понимаем несогласование и несовпадение отраженных, возвращенных и реально действующих личностных проявлений ребенка (личность как индивидуальность в совокупности ее свойств, норм, ценностей, историко-культурального компонента, индивидуальных различий). То есть, реально действует ребенок как носитель формирующейся зависимой субличности, так как она функциональна, в других отражаются субъективные проявления его

психической зависимости, а возвращаются достроенные до целостной завершенности образы зависимой личности.

В последующем, по мере взросления, у ребенка становится все меньше возможностей воспроизводиться как личность в каждом из пространств — Жизнь, Культура, Другой человек, Я сам [7].

Пространство «Жизнь» (по Петровскому) подразумевает под собой существование субъекта, воплощенное в собственных телесных проявлениях. В процессе онтогенеза, по мере того, как родитель прививает ребенку первичные навыки контроля за своими физиологическими отправлениями, навыки самообслуживания, он в тоже время лишает ребенка возможности выбора по отношению к своему телу (запреты на свободные физиологические отправления, негативное эмоциональное реагирование на самостоятельные попытки ребенка справиться со своими нуждами и т.д.).

Пространство «Культура» — существование субъекта в сфере социокультурных отношений. Любая культура, которая ставит один пол выше другого, одну религию выше другой или одну расу выше остальных, создает общество, препятствующее личностной самореализации как таковой. Несмотря на то, что наше современное общество формально является многоликим и в нем признаются разные культуры, нации, которые уравниваются между собой и провозглашаются равнозначными, тем не менее, подспудно дается оценка и предпочтение тем или иным религиям, нациям, формам и нормам поведения, (культ денег, карьеризм и т.д.). Естественно, что все это препятствует свободному самораскрытию.

Пространство «Другой человек» — существование субъекта в сфере межличностных отношений. Описание невозможности самореализации субъекта в данной сфере мы приводили ранее, когда говорили о механизмах самовоспроизводства зависимой субличности в терминах отра-

женных, возвращенных и реально действующих личностных проявлений субъекта. Здесь необходимо пояснить, что когда происходит общение между двумя зависимыми субъектами, то каждый из них приходит со своей идентификационной программой, имеющей свой уровень дифференцировки, свою сложность и свое содержание. При этом каждый из них пытается взаимодействовать на своем уровне и взаимодействия как такового не происходит. Если встречаются зависимый и условно здоровый, то зависимый не может в единицу времени считывать и понимать различные комбинаторные возможности поведения, которые предьявляет условно здоровый. Они всегда будут больше по диапазону тех ограниченных возможностей или тех ограниченных паттернов, которые есть у зависимых. Одна из причин этого заключается в том, что зависимый всегда предьявляет кого-то, а здоровый — себя, в силу чего они оба не могут существовать в пространстве другого.

Пространство «Я сам» — существование субъекта в Другом в качестве значимого другого, вначале извне, а далее как бы изнутри, определяя сознание и поведение. Эффекты воздействия идеальной представленности Другого А.В.Петровский обозначает термином Вклад. «Вклады — это только те изменения, которые существенны для субъекта, выявляют свою значимость для его самоопределения, для постановки и решения его собственных проблем и задач». В рамках зависимых отношений между субъектами вклады не могут возникнуть как таковые, поскольку постоянно дается возможность приобретения готовых, функциональных, жестких и ригидных представлений, предписаний к действию, оценок, взглядов, решений, разрешений, вариантов поведения и т.д. При этом субъект, получая все готовое, не затрачивает никаких собственных сил и ресурсов на переработку получаемой «информации», а просто воспроизводит зависимые паттер-

ны поведения, со временем совершенствуя их. В результате этого, у здоровой части нет возможности проявляться и самовоспроизводиться ни на одном из уровней: интра-, интер-, метаиндивидуальном.

Мы, вслед за Петровским, считаем, что у человека есть потребность персонализации (потребность быть личностью). Эта потребность может рассматриваться как базисная потребность человека, лежащая в основе множества явлений. Поскольку, из-за процессов описанных нами выше, человек не может удовлетворить данную потребность ни в одном из пространств, он ищет новое пространство, в котором это будет возможно. В этот момент особый вклад вносят родители, которые дают «разрешение» на формирование этого пространства, а в отдельных случаях на личном примере показывают способ его формирования. Одним из таких пространств является — пространство зависимости от объектов и веществ внешнего мира: наркотики, алкоголь, игра, пища и т.д. Здесь субъект может существовать независимо от другого, так как оно ему недоступно. Он может строить свою «алкогольную», «наркоманскую» семью, зарабатывать деньги, решать проблемы, то есть формировать себя самостоятельно.

Как следствие, формируется еще одна субличность — субличность наркомана, алкоголика, игрока и т.д. Эта субличность, основанная на болезни, является составной частью зависимой субличности, но при этом она более функциональна, автономна, динамична. Она имеет тенденцию к постоянному развитию, за счет постепенного наслаения на здоровую часть личности.

Результатом такого наслаения является тотальная захваченность здоровой субличности субличностью наркомана, алкоголика и т.д. Вследствие чего происходит нарушение естественного хода развития личности и в конечном итоге — ее разрушение.

Таким образом, мишенью психотерапевтического воздействия при лечении зависимых, на наш взгляд, является система семейных взаимоотношений, приведших к формированию зависимости и ежедневно вносящих вклад в ее дальнейшее развитие и существование.

Литература

1. *Варга А.Я.* Системная семейная психотерапия. — Самара, 1996.
2. *Винникотт Д.В.* Маленькие дети и их матери. — М.: Класс, 1998.
3. *Горьковская И.А.* Влияние семьи на формирование делинквентности у подростков // Психологический журнал. 1994. № 2.
4. *Джонсон С.* Психотерапия характера. — М.: Центр психологической культуры, 2001.
5. Идентичность: Хрестоматия / Сост. Л.Б.Шнейдер. — М.: Изд-во Московского психолого-социального института; Воронеж: изд-во НПО «МОДЭК», 2003.
6. *Назаров Е.А.* Созависимость в семье как условие становления наркотической личности. Канд. дисс. — Самара, 2000.
7. *Петровский В.А.* Личность в психологии: парадигма субъектности. — Ростов-на-Дону: Феникс, 1996.
8. *Петровский В.А.* Психология неадаптивной активности. Российский открытый университет. — М.: ТОО «Горбунок», 1992.
9. Психологические исследования и психотерапия в наркологии. — Л.: Изд-во Ленинградского психоневрологического института, 1989.
10. Психологические особенности наркоманов периода взросления (опыт комплексного экспериментально-психологического исследования) / Под ред. С.В.Березина, К.С.Лисецкого. — Самара: Изд-во «Самарский университет», 1998.
11. *Тайсон Ф., Тайсон Р.* Психоаналитические теории развития: Пер. с англ. — Екатеринбург: Деловая книга, 1998.
12. *Терентьева А.В.* Особенности развития ребенка в алкогольной семье и возможности реабилитационной работы. // Семейная психология и семейная терапия. 1998. № 3.

Марк Пальчик

СОВРЕМЕННАЯ ВЕРСИЯ ДРЕВНИХ ЭНЕРГЕТИЧЕСКИХ ПРАКТИК

I. Энергетический подход в современном мире

Наше время характеризуется высоким темпом внешних (эволюционных) изменений и, в связи с этим, высоким уровнем личной ответственности. Мы вынуждены брать на себя ответственность за каждый фрагмент своей жизни, каждое событие, каждую удачу или неудачу.

Но как реализовать эту ответственность? В прежние времена человек опирался на духовную традицию, затем на интеллект и науку. Сегодня эти старые опоры утрачены, а новые опоры, основанные на глубинном «безмолвном» знании (знании себя), еще не сформированы.

Вызов для современного человека в том, чтобы найти дорогу к этому глубинному внутреннему знанию, постепенно познавая себя через активную социальную жизнь. В этом знании содержатся ответы на все вопросы и решение всех внешних проблем.

Предлагаемые здесь энергетические технологии развития осознания представляют собой попытку найти эту дорогу. Направление возникло в процессе многолетней экспериментальной и тренинговой работы, осуществляемой нашей исследовательской группой. Мы опирались [1] на моделирование духовных традиций, а также на идеи и разработки теории управления, кибернетики, психологии, современной физики и математики.

Главная особенность данного подхода состоит в том, что для решения проблем не требуются их содержательный анализ и дополнительные ресурсы.

Управление внешним контекстом и событиями в нем осуществляется только через управление внутренним состоянием.

Существенно, что в данном подходе любая проблема — профессиональная или духовная — рассматривается как результат неадекватного состояния. Отсюда вытекает, что решение проблемы может быть получено не внешними усилиями, а через медитацию (то есть внутренним усилием, меняющим состояние). Таким образом, точность внутреннего воздействия, восстанавливающего целостность энергии, является единственной гарантией решения любой задачи — как в бизнесе, так и в духовной жизни.

В этом состоит главное отличие данного подхода от многих других, где ставка делается на внешнюю активность.

Цель каждого приема в этом подходе — создание такого состояния сознания, в котором решение проблемы возникает спонтанно, как естественная реакция на проблемный контекст. Появление проблем, даже если эти проблемы носят объективный характер, рассматривается здесь как результат ошибок в способе восприятия и мышления. Действуя неточно, человек обнаруживает проблемы — подобно тому, как начинающий водитель видит проблемы там, где опытный шофер просто ведет машину.

Другая особенность предлагаемых технологий касается обучения. Осваивать их необходимо в процессе проживания реальных жизненных сюжетов, черпая энергию из встречающихся трудностей и тупиков. Осуществление социальных (или деловых) проектов и личностное

развитие рассматриваются как аспекты единого движения: осуществление социальных задач — это путь личностного развития в практиках; и наоборот, личностное развитие в практиках создает новые возможности для социальной активности.

Еще одна особенность состоит в том, что владеющий ими человек способен применять их самостоятельно, не обращаясь к консультантам, а опираясь только на собственную интуицию и внутреннюю силу. Эти методы доступны любому социально активному человеку, обладающему развитым интеллектом и волей.

2. Энергетическая природа человеческих проблем. Энергии *инь*, *ян* и *ци*

Любая проблема в деловой или духовной жизни представляет собой распад целостной духовной энергии. В восточных традициях она называется энергией *ци*; проблема является следствием ее распада на составляющие *инь* и *ян*.

При появлении проблемы составляющие *инь* и *ян* могут переживаться последовательно и сопровождаются сильными эмоциональными переживаниями. К *инь*-ским эмоциям относятся состояния страха, тревоги, обиды, беспомощности, неуверенности, бессилия, безнадежности и т.д. К *ян*-ским эмоциям относятся состояния гнева, раздражения, ярости, злорадства, торжества и т.д. Энергия *ци* переживается как ощущение покоя, уверенности, силы, спонтанности.

Обычно в каждый конкретный момент времени переживается одна из полярных энергий; другая в этот момент вытеснена в подсознание. Затем может произойти переворот, после которого осознанно переживается другая полярность.

Эти процессы хорошо описаны в китайской традиции, где с полярными энергиями *ян* и *инь* связываются философские

категории *дух* и *материя*. Полярным энергиям предшествует неполярная, целостная энергия *ци*, пребывая в которой *дух* и *материя* не отделены друг от друга и потому непрерывно обмениваются информацией.

В процессе распада информационный обмен между *духом* и *материей* прерывается, и возникают две полярные по смыслу устойчивые реальности, закрытые друг для друга. Одна из них находится в энергии *инь*, другая — в энергии *ян*. Это и есть рождение проблемы.

Энергия *инь* в своем положительном значении (то есть в состоянии взаимодействия с *духом*) проявляется в таких качествах, как **постоянство, стабильность, восприимчивость, чувство внутренней опоры**. В случае распада эти качества энергии *инь* вырождаются в ригидность, медлительность, застревание, остановки, тревожность, неуверенность, страхи, отчаяние, безнадежность и другие подобные состояния.

Энергия *ян* в своем положительном значении (то есть в состоянии взаимодействия с *материей*) проявляется как **изменчивость, активность, воля, творчество, подвижность**. В случае распада энергия *ян* проявляется как непостоянство, легкомыслие, поспешность, суэта, директивность, давление, раздражительность, гневливость и т.д.

Энергия *ци* проявляется как состояние равновесия, в котором способность системы к активным изменениям (в ответ на внешние воздействия) уравнивается процессами, ведущими к устойчивости и стабильности. Такая система способна к адекватному реагированию на любые внешние изменения и, вместе с тем, сохраняет стабильность при их отсутствии.

Субъективно (в индивидуальном человеческом опыте) энергия *ци* переживается как сочетание многих качеств: спо-

койствия, стабильности, выдержки, восприимчивости, высокой чувствительности, с одной стороны, и активного волевого творческого начала с другой стороны.

В случае распада энергии *ци* человек склонен к неадекватным реакциям на внешние воздействия: выдержка превращается в бездействие, восприимчивость в тревогу, обиду, страх, а активность становится неуместной и проявляется в виде суевы и агрессии.

Заметим, что чистое состояние активности, как проявление энергии *ци*, ведет к изменениям в системе. С другой стороны, энергия *ци* может проявляться и как качество стабильности, то есть неизменности. Когда эти полярные качества — изменчивость и неизменность — проявлены одновременно, в системе может возникнуть противостояние (внутренний конфликт). Таким образом, конфликт оказывается потенциально заложенным в любой целостной системе. Сильный или длительный внутренний конфликт сопровождается распадом энергии *ци*.

* * *

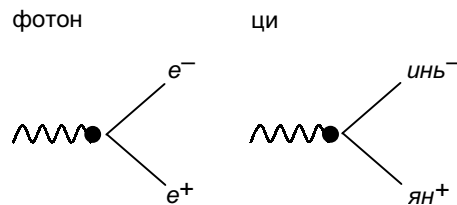
Итак, болезнь, конфликт, проблема — это состояние распада, где одна из составляющих состояния осознается, другая уходит в бессознательное: кажется неактуальной, подавляется либо скрывается; например, явный героизм на фоне подавленного страха. Эти две составляющих всегда разнозаряжены: активная (янская) — героизм, гнев, острая боль, лихорадка... — и пассивная (иньская) — страх, обида, слабость, тупая боль и т.д.

Соответственно, решение любой проблемы представляет собой своеобразный процесс аннигиляции этих двух типов энергии и, как результат, рождение нового качества энергии *ци*. Это может осуществляться через особым образом организованное духовное усилие, которое

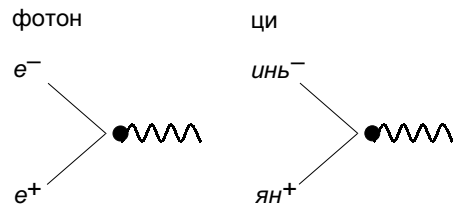
в данном подходе оформляется в виде практик, представляющих собой определенную комбинацию навыков концентрации и деконцентрации и специальных приемов работы с телом.

Распад энергии *ци* на компоненты *инь* и *ян* можно рассматривать как аналог распада фотона на электрон и позитрон; соответственно, процесс интеграции энергий *инь* и *ян*, в результате которого рождается энергия *ци*, рассматривается как аналог процесса аннигиляции электрона и позитрона, порождающей квант света.

Эта аналогия между явлениями физического и духовного планов не случайна, и имеет множество практических следствий. В частности, в данном подходе многие энергетические приемы и правила обращения с энергией получены [1, 2] прямым переносом представлений современной физики, в том числе квантовой, в область психологических описаний.



Распад фотона и энергии *ци*



Аннигиляция электрон-позитронной пары и энергий *инь-ян*

3. Классификация практик

В различных духовных традициях существует большое многообразие практик трансформации внутреннего состояния или, что то же самое, трансформации энергии. Практики разных традиций, будучи культурально окрашенными, внешне не похожи друг на друга.

Здесь нас будут интересовать только базовые принципы, одинаковые для многих традиций. Являясь универсальными, они представляют собой своего рода аксиоматику. Конкретные практики строятся на основе этих принципов. Мы выразим эти принципы в виде особого набора правил внутреннего поведения, которое поддерживается упомянутыми практиками, являясь в то же время их источником.

В разных традициях базовые принципы и вытекающие из них правила внутреннего поведения предьявляются в форме метафор, философских или этических категорий, хотя в действительности в них закодированы закономерности эволюции внутреннего состояния (эволюции энергии). Здесь эти закономерности будут сформулированы в форме пошаговых технологий.

Мы будем исходить из идеи о том, что современный человек, зная базовые

принципы, правила и технологии, может создать для себя особую, уникальную практику трансформации состояний, изоморфную тому, что с разной степенью проявленности заключено в любой традиции. Тогда личная ответственность каждого человека состоит в адаптации упомянутых правил и технологий к своим индивидуальным особенностям.

Для того, чтобы классифицировать практики, удобно исходить из модели *тонких тел* (см. рис. 1 и 2), принятой в традиции и породившей впоследствии различные многоуровневые модели в психологии (пирамида Маслоу, логические уровни в НЛП и т.д.). В традиции, помимо физического тела, принято рассматривать «тела» ощущений, эмоций, мыслей, событий, ценностей и тело идентичности. В последнем, согласно традиции, заключено, бессмертное «я» и знание о миссии (обычно неосознанное).

Каждое вышележащее тело состоит из материи (энергии) более тонкого порядка, чем нижележащее. Интеллектуально познаваемыми и, следовательно, подлежащими словесному описанию, являются только те уровни, которые расположены ниже ментального тела. Другие тонкие тела, находящиеся выше ментально-



Рис. 1. Модель *тонких тел*. Стрелками обозначены энергетические потоки, объединяющие разные уровни в замкнутую систему.



Рис. 2. Модель *тонких тел*, принятая в традиции.

го, содержат так называемое *безмолвное знание*, невыразимое на языке ментального тела. Это знание является более точным и объемным, чем все, что может быть выражено словами.

Каждому из *тонких тел* можно сопоставлять особый тип внутренней энергии. Под энергией здесь и ниже понимается набор тонких ощущений, сопутствующих различным видам деятельности. Под движением энергии следует понимать перераспределение тонких ощущений.

Можно, таким образом, говорить об эфирной энергии — энергии телесных ощущений и ощущений контакта с фрагментами внешней реальности; об астральной энергии — энергии ощущений, стоящих за эмоциональными переживаниями; ментальной энергии — энергии ощущений, стоящих за словами и убеждениями, и т.д. Например, произнося фразу «Я должен быть успешным», многие ощущают легкое напряжение в области ключиц, горла, плеч, затылка, а иногда и в нижней части тела. Эти ощущения представляют собой проявление энергии, заключенной в данном высказывании. Нетрудно убедиться, что любое высказывание сопровождается определенным набором ощущений.

Аналогичным образом переживается астральная энергия: при воспоминании о сильном эмоциональном переживании, например, в конфликте, можно заметить тонкие ощущения в груди, горле или солнечном сплетении. Такой набор ощущений уникален для каждого человека так же, как уникальны реакции человека на любое внешнее событие.

Эфирная энергия проявляется в ощущениях усталости, болезненной симптоматики или телесного комфорта.

Существенно, что ощущения эфирного уровня могут быть в десятки раз сильнее ощущений астрального уровня, в то время как последние могут быть в десятки раз сильнее ощущений ментального,

и т.д. Таким образом, сила ощущения тем меньше, чем выше его уровень.

Заметим, однако, что значимость, тяжесть и временная протяженность переживания, наоборот, возрастают. Например, тупик в бизнесе (каузальное тело) может сопровождаться достаточно тонкими телесными ощущениями, если не принимать во внимание сопутствующие ощущения ментального и астрального уровней. Однако переживается он тяжелее, чем эмоциональный конфликт или дефицит информации (проблемы астрального или ментального тел), а ценностные переживания (осуществление или потеря мечты, большого проекта, семьи, любви и т.д.) намного тяжелее, чем тупик в бизнесе. По этой причине физическая боль, даже сильная (эфирный уровень), забывается мгновенно, в то время как страх перед ней (астральный уровень) может оставаться надолго.

Таким образом, мы имеем два параметра, характеризующих энергию. Назовем первый из них *интенсивностью*, а второй — *глубиной*. Если сравнивать эти параметры с характеристиками волновых процессов, то первый из них аналогичен амплитуде волны, а второй — ее частоте. С ростом уровня *интенсивность* («амплитуда») обычно уменьшается, а *глубина* («частота») возрастает. Высоким частотам соответствует большая информационная емкость, поэтому *глубокие* переживания и проблемы, как правило, оказываются более значимыми и трудноразрешимыми, чем *сильные*.

Из сказанного ясно, что каждая проблема человеческой жизни принадлежит одному из тонких тел. Отсюда вытекает следующая классификация проблем.

- Проблемы физического и эфирного тел проявляются в виде заболеваний и соответствующей симптоматики, а также всевозможных ощущений дискомфорта и усталости.

• К проблемам астрального и ментального тел относятся эмоциональные конфликты, проблемы выбора, понимания, планирования.

• Следующий уровень проблем (каузальное тело) — это тупики в деловых, социальных и личных проектах, суэта, спешка, неудачливость.

• Проблемы ценностного уровня касаются стратегически важных решений, планов и выборов, имеющих отдаленные последствия: выбор профессии, бизнеса, создание семьи и т.д.

Каждой из проблем соответствует определенный набор телесных ощущений, которые в данном подходе рассматриваются как проявления энергетических искажений в деятельности определенного тонкого тела, а работа с проблемой представляет собой работу с энергией, направленную на восстановление энергетического равновесия.

Проблема каждого уровня решается здесь с помощью особой медитации, называемой *трансформацией энергии данного уровня*. Тогда можно говорить о трансформации эфирной энергии, трансформации астральной (эмоциональной) энергии, ментальной энергии и т.д., причем процесс, в ходе которого энергия трансформируется, представляет собой (по определению) медитацию соответствующего тела. Мы получаем, таким образом, **классификацию трансформационных практик**. Каждый из полученных типов трансформации представлен в данном подходе в виде отдельной технологии. Ниже приведены примеры.

С другой стороны, если мы возьмем любую проблему, то обнаружим, что она представлена одновременно во всех *тонких телах*. Предположим, человек находится в событийном тупике. Тогда у него возникает, в соответствии с его картиной мира, определенный набор горестных мыслей (ментальный тупик), негативных эмоций (астральный тупик), пло-

хое самочувствие (эфирный тупик). В физическом теле такому тупику, как правило, соответствует мышечный спазм (блок), характерный для данного фрагмента картины мира. Во многих случаях хронический мышечный спазм становится источником хронического заболевания, развивающегося постепенно, в течение многих лет.

4. Об универсальном принципе трансформации энергии. Принцип усиления. Принятие страдания как энергетическая практика

Для решения такой многоуровневой проблемы можно использовать медитацию одного из тонких тел. Под медитацией тонкого тела мы понимаем осознанную трансформацию энергии данного тонкого тела. Длительное и регулярное выполнение такой медитации постепенно нормализует процессы и в других тонких телах. На это, однако, требуется длительное время — иногда месяцы и годы. Именно так принято поступать в традиции.

В нашем подходе разработана единая практика, в которую включены медитации всех уровней (тонких тел), включая работу с мышечным блоком. Они осуществляются одновременно и синхронно, хотя одна из них (в зависимости от типа проблемы) акцентирована. Многоуровневость процесса существенно усиливает эффективность работы и ускоряет решение проблемы. В результате многие проблемы могут быть решены в течение одной медитации. Личностные изменения также существенно ускоряются по сравнению с принятыми в традиции темпами.

В принятой здесь семиуровневой модели тонких тел можно рассматривать семь типов медитаций, каждый из которых относится к определенному тонкому телу. В действительности имеется по-

рядка десяти базовых медитаций и еще несколько десятков вспомогательных медитативных процессов, так что каждый из практикующих может подобрать для себя наиболее удобную комбинацию базовых техник, входящих в вышеупомянутую единую практику.

Все медитации, о которых идет речь, строятся по единому закону. Ниже он рассматривается на примере двух простейших типов медитации: 1. медитации эфирного тела, или эфирной медитации (то есть осознанной трансформации ощущений); 2. медитации астрального тела (то есть осознанной трансформации эмоций). При всей их простоте эти медитации позволяют быстро устранять болевые симптомы и сильную эмоциональную захваченность. Более сложные проблемы решаются с помощью других медитаций, которые невозможно поместить в столь короткий текст.

В каждой медитации участвуют два типа внимания: центральное и периферийное (концентрация и деконцентрация, соответственно). **Объединенное (синхронное) использование деконцентрации и концентрации внимания — это то особое состояние, из которого можно управлять энергией.** Назовем его *состоянием осознанности*. Технически оно достигается следующим образом:

1. Расслабить тело.
2. Расфокусировать внимание так, чтобы чувствовать все тело, от макушки до пальцев ног (деконцентрация).
3. Одновременно удерживать внимание на локальном ощущении — например, найти какую-то конкретную боль или ощущение дискомфорта в теле (концентрация).

Эти три шага необходимы в медитации любого тонкого тела. *Состояние осознанности* представляет собой обязательное условие для ее успешного осуществления, и должно поддерживаться на всем ее протяжении.

1. Эфирная медитация.

В случае эфирной медитации далее выполняются следующие шаги.

1. Вспомнить ассоциированно проблемную ситуацию (например, фрагмент конфликта).

2. Определить свою эмоцию в данном фрагменте (например, раздражение).

3. Найти телесный (эфирный) дискомфорт — локальное ощущение, вызванное этой эмоцией, и захватить его в фокус концентрации. Если имеется несколько локальных ощущений, направить концентрацию на все ощущения одновременно.

Комментарий к третьему шагу. Для успешного выполнения этого шага необходим высокий уровень чувствительности и осознания всех телесных зон одновременно. То и другое достигается в процессе деконцентрации.

4. Усилить ощущение дискомфорта. Для этого продолжать расслабление тела, особенно в зонах дискомфорта, направить на эти зоны концентрацию и раскрывать тело навстречу ощущению дискомфорта. Здесь концентрация и деконцентрация работают синхронно.

После четвертого шага начинается быстрая эволюция ощущений. Локальное ощущение дискомфорта как бы меняет свои очертания в теле. Оно может расплываться, локализоваться еще больше, подниматься, опускаться, перемещаться по телу в разных направлениях — и, в конце концов, либо растворяется во всем теле, превратившись в приятное тепло или жар, либо «выходит за пределы» тела, оставив после себя чувство легкости или, наоборот, приятной наполненности. В этом случае можно говорить о том, что «негативная» эфирная энергия (или энергия проблемы) трансформируется в «позитивную» (энергию решения проблемы). Таким способом можно работать с любыми дискомфортными ощущениями, включая сильную боль, сопровождающую симптомы острых заболеваний.

На протяжении всех шагов удерживается образ проблемы, то есть ментальный уровень также включен в медитацию. Отношение к этому образу непрерывно меняется, пока выполняются шаги, и в конце процесса не только нет эмоции раздражения, но появляется глубинное знание о более конструктивных способах поведения и решения проблемы, а также необходимая для этого сила.

2. Астральная медитация (упрощенная версия, см. также [1, 2]). Принцип принятия страдания

Первые шаги уже известны, это вход в медитацию: создать *состояние осознанности*, вспомнить ассоциированную проблемную ситуацию, определить эмоцию, продолжать расфокусировать внимание по всему телу и углублять расслабление в течение всей медитации.

Дальнейшие шаги:

- Продолжать расслаблять тело, усиливать негативную эмоцию до максимально возможных пределов (при этом возникает впечатление, что она выходит за пределы тела и заполняет все пространство) и продолжать это усиление еще и еще, *за пределы возможных границ*. Часть внимания направлена на осознание стоящих за эмоцией ощущений.

- Начинать медитацию следует с иньской эмоции (страх, обида, уныние и т.д.). При этом могут течь слезы, но тело должно оставаться расслабленным — это возможно, если при страдании сохраняется осознанность и не допускается жалость к себе. Далее может последовать янская эмоция — например, гнев, которая также должна переживаться с расслабленным телом. Как слезы без внешних проявлений (при расслабленном теле), так и запредельная ярость без сжатых кулаков и стиснутых зубов переживаются как мощная энергетическая волна, освобождающая тело.

- Обратит внимание на момент, когда негативная эмоция внезапно начинает трансформироваться. Она сменяется либо состоянием покоя и пониманием, что проблема решена, либо появлением противоположной эмоции. В первом случае медитация завершена; во втором случае она должна быть продолжена (см. ниже).

Комментарий ко второму и последующим шагам. Процесс трансформации проблемной энергии сопровождается объединением *инь-ян*-пары в энергию *ци*. При этом осознанно переживается либо одна из полярностей, либо обе. В частности, в эфирной медитации ощущение дискомфорта (стадия *инь*) обычно сменяется ощущением повышенного комфорта (стадия *ян*), затем идет стадия выравнивания (*ци*), в процессе которой приходит решение проблемы. Иногда янская стадия настолько кратковременна, что не успевает осознаться. Аналогичная ситуация может возникать в астральной медитации: после осознанного проживания одной из эмоций может наступить стадия интеграции (это означает, что вторая стадия была кратковременной или не осознавалась). Гораздо чаще происходит переворот, когда переживаемая эмоция усиливается и внезапно исчезает, а вместо нее появляется полярная эмоция. В этом случае выполняется дополнительный шаг:

- Усилить противоположную эмоцию так же, как в начале процесса — расслабляя все тело; продолжать это до тех пор, пока не начнется стадия интеграции, которая сопровождается эмоционально нейтральным состоянием; (то есть иньская и янская энергии интегрируются в целостную энергию *ци*). Обычно достаточно одного полного (*инь-ян*) цикла.

- Иногда необходимо выполнить несколько циклов — повторяя эти перевороты (то есть циклические переходы иньской и янской энергии) до тех пор, пока

не возникнет нейтральное эмоциональное состояние.

- На протяжении всего процесса удерживается проблемный образ. К концу процесса возникает эмоциональный покой, останавливается внутренний диалог, появляются конструктивное видение проблемного контекста (изменения в более тонких телах, создаваемые восходящим потоком из астрального тела) и комфортные ощущения в теле (изменения на эфирном плане, создаваемые нисходящим потоком из астрального тела).

Обе медитации — и эфирная и астральная — являются многоуровневыми; в каждой из них присутствует осознание, по крайней мере, трех уровней — эфирного, астрального и ментального. В процессе этих медитаций ощущения или эмоции меняются не только под воздействием концентрации, но также и под воздействием образа (ментальный уровень). И наоборот, отношение (ментальный и эмоциональный уровни) меняются под воздействием изменения в ощущениях (системная связь ощущений, эмоций и мыслеобразов).

Название «эфирная (или астральная) медитация» выделяет основной акцент концентрации, направленный на ощущения (или на эмоции), однако сам факт осознания образов в процессе этой медитации подразумевает, что часть концентрации направлена и на них.

Трансформация более тонких энергий — ментальной, каузальной и т.д. технически значительно сложнее [1], и требует некоторой тренированности, при достижении которой развивается достаточный уровень концентрации и чувствительности (способности к деконцентрации).

Основной принцип, на котором строятся все подобные медитации — это **принцип принятия и медитативного усиления стрессового переживания**, создаваемого проблемой — вплоть до его полной трансформации. В эфирной ме-

дитации усиливается ощущение телесного дискомфорта или боли, в астральной — усиливается негативная эмоция. Принятие переживания достигается на шаге телесного расслабления, сопровождающего медитативное усиление дискомфорта.

В христианской традиции в этом случае говорят о **принятии страдания**. Фактически, обе приведенные выше медитации можно рассматривать как варианты **технологии принятия страдания**. Таким образом, принятие страдания представляет собой не столько этический принцип, сколько особую практику трансформации энергии. В рамках традиции верующий, следуя этому принципу, неосознанно (или осознанно) выполняет все необходимые шаги трансформации энергии и достигает необходимых результатов.

Этот принцип — открыто (то есть расслабив тело) идти навстречу страданию, медитативно усиливая его — определяет структуру медитаций всех тонких планов.

Еще один важнейший принцип в трансформации энергии любого телесного уровня — никогда не отвлекаться на содержание эпизода, интересуясь лишь структурой практики и удерживая себя на каждом ее этапе до получения ожидаемого на этом этапе результата.

5. Телесно-ориентированные медитативные практики

Нисходящий поток на рис. 1 заканчивается в физическом теле. Это означает, что, на каком бы уровне ни возникла проблема, она начинает опускаться по тонким телам (если только не решена сразу), порождая свои более плотные копии до тех пор, пока не материализуется как телесный (мышечный) спазм. Все искажения картины мира, порождающие проблему, постепенно опускаются в тело,

создавая в нем уникальный (хронический) узор мышечных спазмов, — тех самых телесных блоков, с которыми работают массажисты. Таким образом, состояние тела можно рассматривать как материализацию картины мира. Все жесткие убеждения, эмоциональные предпочтения, характерные поведенческие реакции зафиксированы в структуре телесных блоков.

Технически это происходит следующим образом: каждый поступок или мысль (каузальный или ментальный уровень) в состоянии стресса сопровождается эмоциональной реакцией, за которой стоит эфирное ощущение. Последнее представляет собой множественные микроскопические напряжения мышц. Попадая в ситуации, типичные для своей картины мира, человек получает типичный набор подобных мышечных напряжений. В каждой такой типичной ситуации происходит своеобразная тренировка мышц — так, что постепенно эти напряжения становятся привычными и образуют хронические мышечные спазмы.

Таким образом, каждый телесный блок содержит память обо всех соответствующих расколах буддхиального плана, ошибках в профессиональной и личной деятельности (каузальный план), неточных и ошибочных мыслях и интеллектуальных тупиках (ментальный план) и эмоциональных конфликтах (астральный план).

Иначе говоря, любой телесный блок связан с некоторым глубинным стереотипом, проявляющимся на всех тонких планах. В данном подходе связь телесных блоков и конкретного глубинного стереотипа должна быть осознана с помощью специальной практики — практики выслеживания (см. ниже). Далее эта связь используется для решения профессиональных и личных проблем.

Проблема при этом рассматривается как результат неадекватного реагиру-

ния, вызванного данным стереотипом. Тогда решение проблемы может быть легко найдено после того, как будет изменен ответственный за нее стереотип. Соответствующий телесный блок является аккумулятором энергии, извлеченной из разных контекстов и периодов жизни.

С другой стороны, каждую проблему можно рассматривать как энергетическую несостоятельность человека. Энергетическое обеспечение деятельности любого тонкого тела поддерживается восходящим потоком на рис. 1. Если физическое тело содержит много заблокированных зон, то такой поддерживающий поток искажен или ослаблен. Недостаток энергии проявляется как неосознаваемый страх и ограничения, и обусловлен тем, что энергия изъята из соответствующих контекстов (переживаемых как стресс) и периодов жизни и «заморожена» в данном блоке.

Таким образом, телесные блоки создают неточностями картины мира и событийными или ментальными ошибками. Последние, в свою очередь, поддерживаются сложившейся структурой телесных блоков. Возникает замкнутый круг, типичный для целостной (кибернетической) системы и обеспечивающий ее стабильность. Для эффективного разрыва «порочного круга» необходимы уже упомянутые многоуровневые практики, в которых работа с картиной мира и с физическим телом проводится синхронно.

В дополнение к ним ниже приводятся **две техники работы с телесными блоками**. Работая с блоком и возвращая «замороженную» энергию в физическое тело и далее, в тонкие тела, мы меняем неэффективный стереотип. Как правило, после такой процедуры исходная проблема оказывается легко разрешимой.

Суть такой работы состоит в следующем. Сначала *выслеживается* зона тела, ответственная за данную проблему, и на-

ходится наиболее спазмированная мышца в этой зоне.

Далее проводится многоуровневая работа, в которой используются два дополнительных приема.

Первый из них — «*раскрыть тело*». Термин *раскрыть тело* означает, что, во-первых, выбранная зона должна быть максимально расслаблена, и во-вторых, что в ней нужно создать ощущение, будто ткани тела становятся проницаемыми или расходятся. У многих людей в таком состоянии возникает ощущение и визуальный образ потока патогенной энергии, выходящей из тела.

Второй прием — «*расширить ощущение границ тела*». Он состоит в создании ощущения, как будто границы физического тела отодвигаются, и окружающее пространство вместе с наполняющими его объектами становятся его частью.

Первая техника трансформации телесных блоков начинается с перечисленных выше шагов, к которым добавляются оба новых приема:

1. Создать *состояние осознанности* (концентрация и деконцентрация);

2. Создать образ проблемной ситуации;

3. Расширить ощущение границ тела до таких размеров, чтобы образ проблемной ситуации оказался внутри этой области;

4. Продолжая выполнять инструкции из предыдущих пунктов, *раскрыть тело*.

После этого шага возникает ощущение потоков из проблемных зон тела. Проблемными мы называем те зоны, в которых при создании проблемного образа возникают дискомфортные ощущения. Эти потоки связываются с образом; можно убедиться, что если усилить образ (то есть сделать его ярким, контрастным, цветным, четким, объемным, движущимся, звучащим и т.д.), то усиливаются и потоки.

Далее выполняются следующие шаги:

5. Найти мышечный блок в зоне ощущения. Сжать мышечный блок с такой силой, чтобы получить максимальную боль, которую можно выдерживать без потери контроля.

6. Направить концентрацию на расслабление этой мышцы и тканей вокруг нее — усиливая, расширяя, как бы втягивая, расфокусируя боль.

7. Продолжать удерживать образ и расслаблять мышцу. Направить концентрацию одновременно на образ и на ту область сжатой мышцы, где имеется отклик на образ. Одновременно расфокусировать внимание так, чтобы осознавались части тела, включающие данную мышцу и другие мышцы, в которых есть отклик на образ, а также ту область «расширенного» тела, где находится сам образ.

8. Продолжать этот процесс до тех пор, пока боль и дискомфорт не превратятся в ощущения тепла и комфорта. Комфорт переживается в периферийном внимании — вокруг сжатой мышцы и в других, иногда достаточно далеких зонах тела.

9. Продолжая выполнять все предыдущие шаги и удерживая концентрацию на образе, мы получаем одновременно два ощущения в одной зоне. Это ощущение тепла и комфорта, возникающих в процессе разблокировки, и одновременно ощущение дискомфорта, создаваемого образом проблемы. Эти два ощущения интенсивно взаимодействуют, если на них направлена концентрация, а вся эта область находится в зоне деконцентрации.

10. Запрещается в этот момент обдумывать проблему. И периферийное, и центральное внимание целиком должны быть заняты удержанием контакта с ощущением и образом проблемы.

11. Этот процесс продолжается до тех пор, пока не начнется трансформация.

12. Работу с проблемой можно считать завершенной, когда она перестает

восприниматься как проблема. Приходит новое видение, которое либо заключает в себе решение, либо делает проблему неактуальной. Телесный блок при этом частично или полностью расслабляется и становится безболезненным.

Примечание: один и тот же телесный блок, как правило, заключает в себе память о множестве однотипно переживаемых (но разных по содержанию) проблем, поэтому работа по полной трансформации одного блока включает в себя множество сессий работы по трансформации проблем.

Во второй технике используются **йо-гические асаны**. Вначале (одновременно с асаной) выполняются первые четыре шага предыдущей техники. Затем добавляются следующие шаги:

- Оставаясь в асане, осознать все зоны тела, где есть боль или дискомфорт.
 - Расслабить эти зоны, направить концентрацию в эти зоны; усиливать ощущение дискомфорта, расслабляя тело.
 - *Раскрыть* тело в этих зонах, продолжая расслаблять мышцы. В каждой из этих зон появляются ощущение и образ потока.
 - Создать образ проблемной ситуации. Определить, какая эмоция при этом возникает.
 - Раздвинуть ощущение границ тела так, чтобы образ проблемы оказался внутри. Осознать дополнительные зоны напряжения, вызываемого образом, и *раскрыть* их.
 - Стабилизировать состояние, продолжая *раскрывать* и расслаблять тело.
 - Остаться в асане до полной интеграции состояния.
 - Перейти к следующей асане и повторить все шаги, работая с этим же образом, или взять образ следующей задачи.
- Кроме работы с блоками и йогических асан, можно использовать множество других способов воздействия на физиче-

ское тело. Мы используем такие виды телесных воздействий, как сауна, контрастный душ, скипидарные ванны, бег, плавание, танцы, занятия на тренажерах, многие спа-процедуры. В частности, мы активно применяем паровитосауну (кедровую бочку), сочетая ее с йогой и массажем. Можно также использовать и другие традиционные телесные практики.

Техника трансформации во всех этих случаях состоит в выполнении первых четырех шагов первой техники на протяжении всей процедуры — до полной интеграции проблемного образа. В наших тренингах каждого практикующего сопровождает ассистент, который помогает ему расслаблять и *раскрывать* тело на протяжении всего процесса. Однако пройдя определенный период обучения, каждый может делать это самостоятельно.

Важно понимать, что во всех описанных телесных практиках в работу включены все уровни от физического тела до ментального. Благодаря восходящему потоку, постепенно включаются также каузальное и буддхиальное тела. Как только энергия достигает соответствующего плана, происходит полная перестройка данного фрагмента картины мира, так что не только данная проблемная ситуация, но и целый проблемный контекст начинает выглядеть совершенно иначе.

6. Синхронная медитация

Из описания эфирной и астральной медитаций видно, что в проблеме синхронно участвуют разные тонкие уровни. В описанных медитациях работа начинается с ментального и охватывает все нижележащие уровни.

Позитивные результаты медитации также проявляются на всех уровнях от ментального до физического. В частности, при таком способе действий гарантировано улучшение физического состоя-

ния, то есть некоторое приближение к исцелению. С помощью многоуровневой медитации можно в течение одной сессии снять острое заболевание или обострение заболевания хронического. В таких случаях медитации должно предшествовать *выслеживание симптома*, то есть осознание мысли и фрагмента картины мира, порождающих симптом.

Для того, чтобы получить запланированные изменения на более тонких уровнях, то есть ликвидировать каузальный тупик или глубинные проблемы ценностного уровня, необходимы более тонкие медитации в сочетании с телесным воздействием. В частности, в результате осознанной каузальной медитации оптимизируется событийный поток. Эти практики технически значительно сложнее, и доступны только после длительных тренировок.

* * *

Уже говорилось о том, что в традиции принято «прорабатывать» каждое из *тонких тел* отдельно. На это тратятся годы — сначала на медитации физического и эфирного тел, потом астрального и т.д. В индийской традиции медитациям разных тонких тел соответствуют разные уровни йоги, в китайской традиции — разные уровни энергетических практик, которые передаются ученику постепенно. В христианской традиции разные формы молитвенных практик, ритуалов и таинств относятся к разным тонким планам (*таинства* относятся к наиболее тонким планам). Переходя к все более сложным практикам, ученик движется к мастерству.

Реализованный мастер, последовательно освоивший все стадии обучения, способен одновременно выполнять все практики; непрерывной практикой становится сама его жизнь. Каждое его действие является синхронной медитацией, в

которой участвуют все тонкие тела одновременно.

Как правило, в традиции нет проявленной классификации, классификация существует «по умолчанию». Но в некоторых практиках акцент определенно ставится (также «по умолчанию») на конкретных тонких телах. Например, практика «випашьяна» в буддизме — в одном из ее распространенных сегодня вариантов — сопровождается трансформацией энергии эфирного и астрального тел. Как уже говорилось, достаточно отчетливо тонкие тела прослеживаются в йогической традиции. Так, хатха-йогу можно рассматривать как способ трансформации энергии, в основном, физического и эфирного тел; бхакти-йогу — как способ трансформации энергии астрального и буддхиального тел, джняна-йогу — ментального, раджа-йогу — ментального и буддхиального, карма-йогу — каузального тела.

В научной психологии (опять-таки «по умолчанию») для решения проблем разных логических уровней используются разные технологии и даже разные психологические направления. Приведенную выше систему тонких тел можно рассматривать как одну из возможных основ для классификации различных психологических технологий и направлений.

Естественно, что если практики, подобные описанным, становятся образом жизни и применяются ко многим эпизодам личной истории, позитивные изменения охватывают все большие контексты, что постепенно ведет к полному исцелению всех тонких тел.

В отличие от традиционно-психологического подхода, в данном подходе можно и не ставить конкретных задач — действуя так, как принято в традиции. Человек, движущийся в традиции, регулярно восстанавливает состояния веры и душевного покоя, что сопровождается постепенным накоплением мудрости и зре-

лости. Непрерывно практикуя синхронную медитацию и другие многоуровневые технологии, можно достичь того же результата. Попутно решаются конкретные задачи, возникающие при осуществлении социальных проектов.

7. Круг практик

Следующий принцип касается порядка использования основных практик. В предлагаемом подходе рассматриваются три основных практики: практика *выслеживания себя*, практика *трансформации энергии проблемного состояния* и практика *неделания*¹. Центральная из этих практик — практика трансформации — представлена в предыдущем разделе. Ее можно было бы также назвать практикой трансформации картины мира. Под картиной мира мы понимаем устойчивые стереотипы мышления, восприятия и событийных выборов (поведения). При выполнении центральной практики трансформируются стереотипы восприятия и поведения, ведущие к возникновению проблемы.

Выслеживание предназначено для осознания сути и истоков проблемы — к каким тонким планам она относится, как она в них проявляется, какова корреляция между разными ее проявлениями.

Трансформация предназначена для создания изменений, необходимых для решения проблемы.

Неделание порождает новые варианты поведения и действий, исключающих повторение проблемы (прекращение *делания* прежнего поведения).

Используя эти три практики в указанной здесь последовательности, можно решать жизненные проблемы и развиваться самостоятельно, не опираясь на какую-либо традицию (либо продвигаясь в любой из них), а также не прибегая к помо-

щи внешнего учителя или консультанта. Эта последовательность («круг практик») позволяет естественным образом встроить практики в обыденную жизнь и сделать каждую из них максимально эффективной.

Круг практик отражает собой глубинную архетипическую структуру, которая явно или неявно присутствует во всех духовных традициях. В данном подходе выбрано описание этой структуры, связанное с троичным архетипом (творение — осуществление — разрушение, или рождение — зрелость — угасание, или, в индийской традиции — саттва — тамас — раджас).

Практика выслеживания. Объектами выслеживания могут быть конкретные проблемы — деловые или духовные — привычки, стереотипы неудачи или болезни (или наоборот, стереотипы эффективности и удачи), и многое другое.

Мы исходим из того, что опора и ведущие подсказки (*знаки внешнего мира*) содержатся прямо в событийном потоке, принадлежащем данному человеку. Именно поэтому такие подсказки не могут быть предложены внешним консультантом, живущим в собственных событийных потоках (если только он не является просветленным учителем). Таким образом, знанием о единственно верном способе решения проблемы владеет только ее носитель. Именно этот способ рождается в круге практик — и в значительной степени на этапе выслеживания.

В основе практики *выслеживания* лежит навык осознания тончайших телесных сигналов, понимаемых как внутреннее отражение знаков внешнего мира. Цель *выслеживания* — найти искаженный фрагмент картины мира и связанный с этим ошибочный поступок или ошибочную мысль, порождающие данную проблему.

Следует помнить, что каузальный план (событийный поток) находится выше мен-

¹ Для обозначения первой и третьей практик удобно использовать терминологию толтекского мифа.

тального, то есть достаточно близко к миссии, которая является источником глубинного знания о том, как данному человеку следует развиваться и жить.

Таким образом, событийный поток содержит более тонкое знание, чем любые ментальные конструкции, и это самый адекватный источник знания о миссии (из доступных человеку, не укорененному в традиции). Заметим, что восприятие событий есть более легкое занятие, чем осознание буддхиального плана непосредственно, и доступно почти каждому. Осознавать же напрямую глубинные мотивы и ценности, ведущие человека и составляющие содержание буддхиального тела, под силу только тому, кто прошел достаточно длительную подготовку (в том числе, в рамках практик, касающихся более плотных тел). Итак, *практика выслеживания себя* позволяет извлечь необходимое знание непосредственно из событийного потока.

Важнейшая часть этой практики состоит в восстановлении согласованного и адекватного восприятия проблемы разными тонкими телами. Обычно в ситуации стресса человек оказывается разбалансированным: эмоционально переживает одно (астральное тело), думает другое (ментальное тело), делает третье (каузальное тело), мечтает о четвертом (буддхиальное тело). Многие годами живут в таком состоянии, однако в норме между разными тонкими планами должна существовать согласованность, так как каждый из объектов данного тонкого плана порождает свои (более грубые) копии во всех нижележащих (более плотных) телах. Любая проблема, будучи повреждением одного из тонких тел, сразу или постепенно приводит (через создание более тонких и более плотных копий) к повреждению всех остальных, хотя осознается, как правило, только в одном.

Здесь и применяется практика *выслеживания*. Она позволяет осознать, как

данная проблема, чем бы она ни являлась, представлена одновременно на всех тонких планах.

В частности (сверху вниз): любое событие порождает определенные мысленные формы и соответствующее эмоциональное переживание, затем телесное ощущение и, наконец, движение физического тела. Если поступок был неадекватным, то эмоциональное переживание негативно, а в теле появляется набор дискомфортных ощущений. Результатом выслеживания будет осознание всех этих ощущений и знание о том, какую часть поступка или мысли каждое из них представляет.

Наоборот (снизу вверх): если осознание проблемы начинается с обнаружения дискомфорта в теле или симптома болезни, то, используя особые технические приемы, всегда можно восстановить неадекватные мысли, действия или глубинные ценностные расколы, которые привели к этому дискомфорту или обострению симптоматики. Применение этой техники требует определенной тренированности и высокой чувствительности.

Итак, выслеживание — это осознание человеком всего комплекса *тонких тел* и чувствование вертикальных цепочек, имеющих начало и конец в одном теле, то есть замкнутых круговым образом; например, в физическом: *дискомфортное ощущение (стресс) — негативная эмоция — ошибочный выбор — поступок или событие — ошибочный вывод — новая негативная эмоция — симптом болезни* (цепочка от физического тела к каузальному и назад к физическому). Между звеньями этой цепочки могут проживаться разные временные интервалы — минуты, часы, дни и даже более продолжительные периоды.

Еще одна, дополнительная, разновидность этой практики — *выслеживание себя в личной истории*.

Здесь подразумевается, что любая проблема и ее представленность на всех тон-

ких планах формируется в течение длительного периода «тренировок», в которых происходит закрепление некоторого стереотипа — распада энергии Ци — проявляющегося в виде внешней проблемы.

Такие распады могут закладываться на самых ранних этапах личной эволюции, порождая характерные поведенческие стереотипы. В определенный период они могут быть спасительными для человека, помогая ребенку или подростку адаптироваться к окружающему миру. Дальнейшая «тренировка» этих стереотипов превращает их в ограничения, которые порождают объективные (внешние) трудности.

Целью *выслеживания в личной истории* является выяснение основных стрессовых моментов жизни, в которых формировались эти стереотипы; специальные технические приемы выслеживания часто позволяют восстановить цепочку таких моментов не только до самого раннего детства, но и до пренатального периода и более глубоких трансперсональных слоев. После выслеживания таких цепочек стрессовых впечатлений каждое из них должно быть подвергнуто трансформации.

* * *

Термин «выслеживание» подчеркивает отличие этой практики от обычного анализа. Анализ — это горизонтальная ментальная медитация, основанная на причинно-следственных связях в рамках некоторой аксиоматики, обычно неосознаваемой. Выслеживание же основано на чувствовании и является частью системного подхода, где нет причинно-следственных связей (все связи организованы круговым образом) и не может быть заданной извне аксиоматики.

* * *

Вторая практика — **трансформация энергии**, заключенной в выслеженных

негативных стереотипах — позволяет превратить переживание любого тупика в силу для новых активных действий и создания новых, эффективных стереотипов.

Эта практика включает набор приемов трансформации энергии, вложенной в различные эпизоды личной истории, убеждения и глубинные страхи (в том числе трансперсональные). Другими словами, она осуществляет возврат «замороженных» еще в раннем детстве внутренних ресурсов.

Трансформация обычно выполняется *за пределами событийного контекста*, в спокойной обстановке (в традиции — во время молитвы или медитации и некоторых ритуалов). В толтекском мифе примерами таких практик являются практики *перепросмотра* и *стирания личной истории*.

* * *

В практике неделания создается новое, более адекватное, поведение, которое затем снова должно выслеживаться. Если новое поведение удовлетворяет всем необходимым критериям, то проблема считается решенной. Если же нет, то практикующий переходит во второй круг тех же практик, снова выслеживает и трансформирует то, что его не устраивает, затем снова идет в реальный контекст и т.д. Как правило, после двух-трех добросовестно пройденных кругов любая проблема оказывается полностью решенной.

Практику *неделания* можно буквально определить как прекращение делания того, что человек делает обычно; в этом случае он начинает делать что-то другое, постепенно создавая новую картину мира и новые стереотипы поведения.

Эта практика выполняется *в событийном потоке, при каждом повторении проблемного контекста*. Как уже сказано, ей предшествует дополнительный шаг — трансформация проблемных сте-

реотипов реагирования, проходящих через всю личную историю и превращающих актуальные события в стресс.

При этом условии практика *неделания* становится настоящим творчеством: каждый акт *неделания* рождается непременно в результате внезапного импульса или в момент озарения, и представляет собой спонтанное (но осознаваемое) действие, возникшее в результате трансформации энергии проблемного поведения.

В итоге практикующий обретает способность находить уникальное решение или поведение в любой ситуации, а упомянутый выше *круг практик* может рассматриваться как *пошаговая технология процесса творчества*.

С помощью круга практик можно двигаться от события к событию, постоянно меняя себя и используя каждую жизненную трудность или задачу как точное указание на характер требуемых изменений и реальную опору для них.

* * *

Рассмотрим пример. Допустим, обнаружена конкретная жизненная проблема. Это может быть страх публичного выступления, трудность в принятии решения, частые обострения болезни и т.д.

Сначала применяется *практика выслеживания*. Это позволяет точно идентифицировать ограничивающий стереотип, ведущий к проблеме — проявленный во всех тонких телах и проложивший стандартный путь в стандартный тупик — после *выслеживания* уже понятно, какой именно.

Затем этот стереотип перерабатывается в практике *трансформации*. Тем самым возвращена вытесненная энергия и достигнута готовность к новому событию данного типа, в котором присутст-

вуют примерно те же (или такие же), как и в прежних проблемных эпизодах, люди и обстоятельства. Именно в таком событии практикуется *неделание*.

После пройденной подготовки (трансформации прежнего стереотипа, то есть всех его проявлений в разных тонких телах) практикующий приобретает новое состояние и новый взгляд на ситуацию. Теперь он непременно будет делать то, что неожиданно для всех — в том числе для него самого, проявляя максимально доступный на сегодняшний день уровень спонтанности и находчивости. Если он недостаточен, то выслеживаются и трансформируются оставшиеся ограничения, после чего жизнь приносит еще один новый эпизод того же типа, где можно вновь проверить себя.

Это повторяется вновь и вновь до тех пор, пока проблемный стереотип не исчезнет бесследно. В этот момент события подобного рода прекращаются, и человек оказывается в совершенно иных (более оптимальных) событийных потоках. *Круг практик* позволяет сделать такие явления закономерными, постоянно присутствующими в жизни.

Важно, что для освоения и использования *круга практик* необходимо активное участие в бизнесе, социальных или семейных проектах. Решение деловых, личных и духовных задач, таким образом, объединяется, что дает практикующему возможность достигать максимального уровня целостности и духовной силы.

Литература

1. Пальчик М. Квантовая модель эволюции личности. — Новосибирск, 2007.
2. Пальчик М. Об интеграции эмоциональных переживаний // Вестник интегративной психологии. — Ярославль, 2004. Вып. 2. С. 199–201.

Фабрикант М.С.

ОБЪЯСНИТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ ИМПЛИЦИТНЫХ ТЕОРИЙ НАЦИОНАЛЬНОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ У БЕЛОРУССКИХ СТУДЕНТОВ

Феномен национальной идентичности представляет собой одну из основных тем современного междисциплинарного дискурса о национальности, поскольку именно на данную категорию возлагались надежды на объяснение исторической и философской значимости мира наций, причин эмоциональной притягательности националистических идеологий во всем их многообразии, но прежде всего — условия, детерминирующие либо означающие возникновение массовых националистических движений и реализацию их исторической роли [3, 4, 7].

Тот факт, что реализация данной исследовательской программы, несмотря на разработку ряда оригинальных теорий наций и национализма, не смогла дать достаточно эвристичного и убедительного ответа ни на один из этих вопросов, обусловлен, на наш взгляд, историко-социологическим характером проведенных эмпирических исследований, в которых национальная идентичность воссоздается опосредованно на основании исторических фактов, то есть, уже после ее избирательной реализации, и представляет собой конструкт, близкий к эксплицитно представленным идеологиям и далекий от многообразия представлений разной степени структурированности, используемых для повседневного социального объяснения явлений, релевантных национальной идентичности [5, 10]. Непосредственное обращение к существующим вне области специальных исследований объяснительным ресурсам, начиная с наличествующего в понятийном поле релевантного

тезауруса и восходя к конфигурациям в виде имплицитных теорий национальной идентичности, требует разработки специфического инструментария в рамках социально-психологической методологии [2, 12]. Один из вариантов осуществления такого проекта изучения национальной идентичности представляет собой наше эмпирическое исследование.

В исследовании приняли участие 200 студентов из различных областей Беларуси, обучавшихся в период проведения исследования (сентябрь — декабрь 2007 г.) в различных минских вузах. Одну половину респондентов составили студенты гуманитарных специальностей, вторую — студенты негуманитарных специальностей.

Тезаурус, релевантный проблематике национальной идентичности

С целью выявления тезауруса, формирующего понятийное поле данной категории респондентов, релевантное проблематике национальной идентичности, участникам исследования предлагалось написать свои ассоциации отдельно на слова «идентичность» и «национальность».

Семантический анализ двух ассоциативных полей позволяет, прежде всего, отметить принципиальное качественное различие в их внутренней структуре. Если понятийное поле, релевантное национальности, образует относительно отчетливое содержательное единство с различными возможностями проведения

внутренних границ, то совокупность ассоциаций на слово «идентичность» распадается на две семантически противоположные группы (так, среди обнаруженных нами ассоциаций встречаются пары «повторимость — неповторимость», «оригинальность — неоригинальность»). Следует отметить неслучайный характер подавляющего большинства ассоциаций и достаточно высокую степень согласованности доминирующих значений, приписываемых слову «идентичность» респондентами данной категории, что находит свое подтверждение в выявлении статистически значимых различий в частоте упоминания ассоциаций ($\chi_{\text{эмп}}=4679,11$, $p \leq 0,01$).

Наиболее часто встречающиеся ассоциации на слово «идентичность» соответствуют пониманию идентичности как наличия разделяемых признаков, то есть, полного или частичного сходства. Из этой группы слов наиболее распространенным оказалось слово «одинаковый», указывающее на абсолютную тождественность двух и более объектов. Далее, в порядке убывающей частоты, идут весьма близкие по значению слова, соответствующие отношению тождественности по нескольким, но не всем признакам: «похожий», «схожесть», «сходство», «подобие», — после чего снова появляются слова со значением полной тождественности: «равный», «такой же», «близнецы», «копия». Значительно реже среди ассоциаций на слово «идентичность» встречаются слова, соответствующие значениям идентичности как уникальности, как фундаментальной самоидентичности и, особенно редко, идентичности как принадлежности к группе [11].

Из этого можно сделать, на наш взгляд, два основных вывода. Во-первых, значение идентичности как принадлежности, которое, применительно к идентичности субъекта дает социальную идентичность — родовое понятие по от-

ношению к национальной идентичности, — присутствует в понятийном поле лишь у 1% выборки. Иными словами, понятие идентичности в том смысле, в котором оно представлено в социальной психологии, вовсе не соответствует тому смыслу, которым это слово наделяют большинство участников исследователя [1]. Таким образом, дебаты в СМИ, посвященные проблемам кризиса идентичности как состояния как определенной возрастной группы, так и современного общества в целом, изначально почти не оказывают влияния на обсуждаемую группу. Более того, поскольку доминирующие ассоциации на само слово «идентичность» организованы вокруг значения тавтологичности, тематика идентичности не будет связываться в сознании не только с вопросом об уникальности собственной личности и поиске своего места в мире, но и вообще с возможностью получения какой-либо новой информации!

Такое распределение смысловых ассоциаций применительно к идентичности находит свое выражение и в понятийном поле, релевантном понятию национальности. Здесь можно разграничить ряд областей, соответствующих различным критериям национальной (само)идентификации — кровное родство, внешне наблюдаемые особенности, правовые отношения гражданства, а также эмоциональные отношения к своей и другим нациям. Характерно, что, за предсказуемым исключением названия собственной национальности, среди выявленных ассоциаций почти не встречается, казалось бы, закономерного перечисления различных конкретных национальностей. Все это свидетельствует о высокой степени абстрактности в понимании национальности данной группой респондентов. Однако абстрактность не тождественна рефлексивности осмысления, о чем свидетельствует сочетание наиболее часто встречающихся ассоциаций. Так,

наиболее часто, на уровне статистической значимости ($\chi_{эмт}^2=4679,11, p \leq 0,001$), встречающимися ассоциациями на слово «национальность», в порядке убывания, являются следующие: «страна», «традиции», «народ», «нация», «язык», «принадлежность», «культура», «Родина», «государство». Все эти слова обладают относительно высокой степенью абстрактности, которая, тем не менее, имеет не рефлексивный, но, напротив, самореферентный, характер. Взятые вместе, эти слова очерчивают определенное пространство, при этом не отделяя границ от внутреннего их наполнения [9].

Тесное соседство «страны» и «государства», с одной стороны, и «нации» и «народа», с другой, по нашему мнению, позволяет делать лишь осторожные предположения, но не выводы относительно преобладания национально-эксклюзивного, а не инклюзивного понимания государственности и гражданства. Во всяком случае, выявленная особенность предоставляет дополнительные возможности обоснования и интерпретации данных, полученных на других этапах исследования. Что же касается ассоциаций «традиции», «язык» и «культура», высокая частота встречаемости каждой из них свидетельствует об определенных особенностях. «Традиции» и «культура», взятая в контексте традиций, не уравновешенных словами со значением инновации, создают представление о национальной идентичности как о гомогенном и атемпоральном феномене. Именно это сочетание похожести, стремящейся к совершенной однородности, как сочетания однородности и повторяемости (традиции — то, что делают все и, при заданных обстоятельствах, всегда), которое в точности соответствует ранее выявленному нами преобладающему у данной категории респондентов пониманию идентичности вообще.

Таким образом, на основании наиболее часто встречающихся ассоциаций

складывается своего рода этнографический взгляд на национальность, как на сочетание обособленности, архаичности (неизменное наследие нелокализуемого исторически прошлого) и отстраненности. Ориентация на наследие неопределенно далекого прошлого, на первый взгляд, свидетельствует о наличии предпосылок для возникновения этнолингвистического типа национализма, в то время как отстраненность, напротив, предлагает аналогию с позицией ученого. Однако в данном контексте отстраненность, свидетельствующая не о рефлексивности, а о дистанции между национальным прошлым и индивидуальным уникальным настоящим, препятствует как реализации наличествующих предпосылок этнолингвистического национализма, так и развитию альтернативных условий возникновения гражданского национализма, которому соответствует принятие ответственности как вовлеченности в проблематику национальности.

Имплицитные теории национальной идентичности

В данной части исследования респондентам предлагалось ответить на ряд закрытых вопросов. Вопросы были составлены таким образом, чтобы в фокусе внимания оказались имплицитные представления о национальной идентичности, а ответы были подобраны так, чтобы позволить локализацию ответов в поле современных академических версий объяснения национальности [3, 4, 9].

1. Первый вопрос требовал от респондента определить его общую позицию относительно природы и генезиса национальной идентичности. В результате статистической обработки данных были обнаружены ярко выраженные различия в распределении мнений между четырьмя возможными вариантами ($\chi_{эмт}^2=68,92, p \leq 0,001$), главным образом,

за счет бросающейся в глаза непопулярности ответа: «Национальность выбирается в результате поиска, размышлений о различных возможностях», — по сравнению с тремя остальными. Этот вариант не предусматривается подавляющим большинством теорий национальной идентичности, поскольку добавление новой степени свободы в виде внутреннего мира (по сути, предмета психологического исследования) с неизбежностью требует радикального пересмотра условных констант на других уровнях осмысления национального.

Среди популярных мнений наибольшую поддержку имеет версия «Национальность приобретается в результате воспитания и обучения в определенной национальной традиции», — соответствующая так называемой стандартной модели социальных наук и активно используемая многими современными националистическими идеологами для мобилизации усилий, направленных на формирование национальной идентичности новых поколений. Несколько менее распространена среди данной категории респондентов версия: «Национальность дана каждому изначально, но проявляется в его характере и поступках только после того, как человек начинает осознавать свою национальность», — представляющая собой своего рода компромисс между стремлениями к социально-трансцендентному пониманию национальной идентичности и социально-имманентному пониманию социальной реальности. Наконец, почти четверть опрошенных отдала предпочтение формулировке: «Национальность дана каждому с момента рождения и проявляется в его характере и поступках в течение всей жизни», — соответствующей предельно жесткой версии национализма, в котором национальная идентичность не только выносится за рамки изменчивых социокультурных реалий, но и оказывает на

них одностороннее детерминирующее воздействие [6, 9]. На наш взгляд, такая позиция отражает не столько признание приоритета интересов нации перед всеми другими насущными вопросами, сколько поиск «окончательного решения» релевантных вопросов менее общего порядка.

2. При ответе на второй вопрос респондентам предлагалось проранжировать восемь факторов определения национальной идентичности в порядке их убывающей значимости. Для всех факторов, кроме одного, обнаружен статистически значимый консенсус относительно его предполагаемой роли в процессе национальной самоидентификации.

Фактор «национальность родителей» получил преимущественно высокие оценки значимости ($\chi_{эмп} = 77,92$, $p \leq 0,001$). Действительно, при ближайшем рассмотрении обнаруживается, что, поскольку родители выступают как первые и наиболее влиятельные воспитатели, так и в роли непосредственных агентов передачи врожденных признаков, данный фактор имеет большое значение для сторонников всех трех точек зрения на общую природу национальной идентичности, пользующихся поддержкой у данной категории респондентов. Это указывает на реальное наличие значимых точек соприкосновения у этих, казалось бы, столь различных позиций.

Фактор «место рождения» демонстрирует интересную тенденцию к преобладанию крайних значений рангов ($\chi_{эмп} = 37,12$, $p \leq 0,001$). По нашему мнению, это обусловлено двусмысленностью его роли в формировании личности: наряду с признанием значимости социокультурного контекста, обнаруживается характерное стремление к одностороннему ограничению частной жизни.

Фактор «место проживания в ранний период жизни» получил преимущественно низкие оценки значимости

($\chi_{эмп}=16,96, p \leq 0,05$), поскольку он разделяет с предыдущим фактором вышеуказанные особенности, но не квазидетерминистские коннотации.

Фактор «воспитание в определенной национальной традиции» был удостоен высокой оценки ($\chi_{эмп}=78,16, p \leq 0,001$), как и следовало ожидать, учитывая ранее выявленную популярность стандартной модели социальных наук. Существенную роль также играет соответствие между высокой степенью предпочтения данного фактора и высокой частотой встречаемости «традиций» среди ассоциаций на слово «национальность», отмеченной в первой части нашего исследования.

Фактор «место наиболее длительно проживания» по распределению частот весьма напоминает рассмотренный выше фактор «место проживания в ранний период жизни» ($\chi_{эмп}=16,64, p \leq 0,05$), поскольку именно для данной категории респондентов, в силу относительно небольшого жизненного опыта, фактические значения обоих факторов совпадают.

Фактор «признание своей национальной принадлежности со стороны других представителей этой нации» демонстрирует выраженный сдвиг распределения в сторону низких рангов ($\chi_{эмп}=89,92, p \leq 0,001$). Это может объясняться относительной социальной обособленностью данной категории респондентов. Тем не менее, на наш взгляд, играет роль эссенциалистское понимание феномена национальной идентичности, из которого следует невозможность не только свободного выбора, но и открытого конвенционального приписывания национальной идентичности.

Фактор «совпадение взглядов на жизнь с определенной национальной традицией» также получает преимущественно низкие оценки значимости ($\chi_{эмп}=29,60, p \leq 0,001$): стандартная модель социальных наук предполагает его

высокую релевантность в качестве следствия, а не причины обретения определенной национальной идентичности.

Фактор «чувство эмоциональной близости к определенной нации» вызвал наибольший разброс мнений. Это обстоятельство диссонирует с совокупностью других составляющих этнического национализма, создавая картину не только внешнего дистанцирования от макросоциальной реальности, то и внутреннего дистанцирования от собственных взглядов, что и позволяет предпосылкам возникновения этнического национализма наличествовать, не реализуясь.

3. В следующих трех вопросах респондентам предлагалось проранжировать ряд обязательств, связанных с принадлежностью к определенной нации, отдельно в порядке необходимости их соблюдения, сложности соблюдения и степени соблюдения самим респондентом.

Обязательство «принятия стороны своей нации в конфликтах с другими нациями» распределено по степени необходимости соблюдения с некоторым сдвигом в сторону более низких рангов ($\chi_{эмп}=12,52, p \leq 0,05$). При этом ранжирование по критерию сложности соблюдения характеризуется отчетливым предпочтением крайних оценок ($\chi_{эмп}=29,98, p \leq 0,001$), в то время как распределение по степени соблюдения на данный момент лично респондентом повторяет аналогичную тенденцию менее выражено ($\chi_{эмп}=16,66, p \leq 0,01$). По нашему мнению, два модуса крайних оценок свидетельствуют о двух вариантах понимания данного обязательства — как принятия определенных взглядов либо как активного отстаивания позиции своей нации. Для первого варианта легкость соблюдения связана с относительно небольшой значимостью, для второго сложность сопряжена с относительно малой вероятностью выполнения данного обязательства [8].

Обязательство «принятия ответственности за поступки, совершаемые во имя своей нации другими ее представителями», соответствующее так называемому «негативному национализму» [13], характеризуется очень близким к равномерному распределением рангов от наиболее до наименее необходимого для соблюдения. Такое распределение, на наш взгляд, свидетельствует о том, что данная проблема остается нерешенной. В то же время, данное обязательство получило преимущественно высокие оценки по степени сложности ($\chi_{эмп}=26,56$, $p \leq 0,001$) и преимущественно низкие — по степени соблюдения ($\chi_{эмп}=18,64$, $p \leq 0,01$), что подтверждает нашу интерпретацию этой проблемы как актуальной и значимой, но не находящей своего практического выражения. Действительно, при дополнении внутришкального сопоставления попарным межшкальным обнаруживаем, что большинство респондентов оценивают сложность соблюдения данного обязательства выше, чем необходимость ($G=54$, $p \leq 0,001$), а степень соблюдения респондентом — ниже как сложности ($G=45$, $p \leq 0,001$), так и необходимости ($G=42$, $p \leq 0,001$).

Обязательство «активного участия в событиях, имеющих общенациональное значение» признается большинством респондентов в качестве одного из наиболее значимых ($\chi_{эмп}=57,04$, $p \leq 0,001$), что, по-видимому, связано с эмоционально окрашенными коннотациями словосочетания «общенациональное значение» и демонстрирует более тесную связь носителя национальной идентичности с нацией в целом, чем с другими ее представителями. При попарном сопоставлении между шкалами выясняется, что большинством респондентов сложность соблюдения данного обязательства оценивается ниже необходимости ($G=35$, $p \leq 0,001$), а степень соблюдения — выше как сложности ($G=48$,

$p \leq 0,001$), так и необходимости ($G=50$, $p \leq 0,05$) — своего рода перевыполнение обязательства. Относительно низкая оценка сложности соблюдения данного обязательства ($\chi_{эмп}=11,50$, $p \leq 0,05$) и относительно высокая — степени соблюдения респондентом ($\chi_{эмп}=19,80$, $p \leq 0,01$) позволяют уточнить смысл, вкладываемый респондентами в предложенную формулировку: так, под событиями общенационального значения понимаются скорее регулярные и в основном привычные активности, чем уникальные события, что в очередной раз подтверждает картину внеисторического понимания нации как примордиального феномена, основанного на поддержании традиций.

Обязательство «предпочтение общенациональных интересов перед личными» обнаруживает совершенно иной статус: здесь необходимость соблюдения оценивается как преимущественно низкая ($\chi_{эмп}=71,67$, $p \leq 0,001$), сложность — как достаточно высокая ($\chi_{эмп}=17,50$, $p \leq 0,01$), а степень соблюдения респондентом — как очень низкая ($\chi_{эмп}=34,66$, $p \leq 0,001$). Так же, как и в отношении обязательства «принятия ответственности за поступки, совершаемые во имя своей нации другими ее представителями», сложность оценивается значительно выше необходимости ($G=49$, $p \leq 0,001$), а степень соблюдения респондентом — ниже сложности ($G=44$, $p \leq 0,001$), что указывает на связанный с данным обязательством уровень напряжения. Однако, в отличие от обязательства «негативного национализма», здесь не обнаружено статистически значимого различия между степенью необходимости и фактического соблюдения респондентом, что иллюстрирует наше положение о более стабильных для данной группы респондентов отношениях носителя национальной идентичности со своей нацией в целом, чем с другими ее представителями.

Обязательство «поддержания и распространения национальных традиций» большинству респондентов представляется наиболее значимым ($\chi_{эмп}=120,10$, $p \leq 0,001$), как и следовало ожидать в свете интерпретации ранее полученных данных, связанных с ролью и смыслом национальных традиций. Соответственно, большинство респондентов высоко оценивают степень своего соблюдения данного обязательства ($\chi_{эмп}=21,50$, $p \leq 0,05$), что представляется им относительно несложным ($\chi_{эмп}=73,00$, $p \leq 0,01$). При сопоставлении между шкалами обнаруживаем соответствующие различия: сложность оценивается ниже необходимости ($G=36$, $p \leq 0,001$), а степень соблюдения — выше сложности ($G=47$, $p \leq 0,001$), но ниже необходимости ($G=44$, $p \leq 0,01$), то есть, здесь не наблюдается оцениваемого перевыполнения обязательства, — возможно, потому что, в отличие от событий общенационального значения, поддержание традиций связано лишь с индивидуальной инициативой, но не с централизованной организацией.

Обязательство «критического осмысления и изменения национальных традиций» характеризуется студентами, из которых половину составляют гуманитарии, как относительно незначимое ($\chi_{эмп}=95,26$, $p \leq 0,001$) и, соответственно, не слишком активно соблюдаемое ($\chi_{эмп}=12,88$, $p \leq 0,05$), при этом в оценках сложности осуществления данной активности обнаруживаются широкие расхождения. При сопоставлении между шкалами оценок обнаруживается более высокая оценка сложности, чем необходимости ($G=44$, $p \leq 0,001$) и, что особенно интересно, более высокая оценка степени соблюдения, чем необходимости ($G=34$, $p \leq 0,001$). В отличие от рассмотренного выше случая, здесь мы имеем дело с перевыполнением относительно незначимого обязательства. Тот факт, что

представители данной категории респондентов относятся к собственным национальным традициям более критически, чем считают нужным, вызывает осторожный оптимизм в отношении отечественной системы учреждений высшего образования, хотя демонстрируемая критическая позиция имеет общий характер и не распространяется на проблематику национальной идентичности.

4. Далее респондентам предлагалось проранжировать признаки того, что некоторое сообщество является нацией, в порядке значимости. В список из двенадцати признаков были включены критерии, значимые в рамках различных эксплицитных и имплицитных теорий национальности; лингвистический критерий, обычно рассматриваемый в единстве, был разделен нами на факторы наличия национального языка и его активное употребление в различных сферах общественной жизни, с учетом особенностей актуального статуса белорусского языка.

Признак «общая территория проживания» признается большинством респондентов достаточно значимым, хотя статистические различия обусловлены также и значительным числом присвоенных низких, скорее чем средних, рангов ($\chi_{эмп}=25,00$, $p \leq 0,01$). Такое распределение объясняется видимой элементарностью и самоочевидностью данного признака и демонстрирует, что территориальная проблема для большинства граждан Республики Беларусь неактуальна и позволяет предположить, что призывы к возврату ранее отторгнутых территорий — значимый компонент многих националистических движений, — будут находить в данной категории респондентов лишь незначительную поддержку.

Признак «общее происхождение» признается большинством респондентов еще более значимым, чем предыдущий ($\chi_{эмп}=61,24$, $p \leq 0,001$), что позволяет провести еще одно разделение внутри этни-

ческого национализма: значимость данного признака указывает на отождествление нации с этнической общностью, указывает на приоритет легитимации самого существования единой и самостоятельной нации над обоснованием конкретных условий ее существования (территориальные претензии) и, в частности, объясняет причины непопулярности теории славяно-балтского этногенеза белорусов, разработанного с целью обоснования европейской идентичности современной Беларуси, по сравнению с распространённым представлением о чистоту славянской этничности белорусов.

Признак «независимое национальное государство» так же, хотя и не столь выражено, получает преимущественно высокие оценки значимости ($\chi_{эмп}=27,16$, $p \leq 0,01$), что может служить дополнительным подтверждением приоритетности обоснования независимости над конкретными условиями национального бытия. Тот факт, что признаки «сильная государственная власть» и «экономическая стабильность сообщества», от которых зависит реальная способность национального государства отстаивать свою независимость, оказываются для большинства респондентов данной категории малозначимыми ($\chi_{эмп}=97,00$, $p \leq 0,001$ и $\chi_{эмп}=73,00$, $p \leq 0,001$ соответственно), то есть, легитимация существования нации трактуется в отвлечённом смысле, без учета геополитической прагматики, позволяет дополнительно прояснить смысл отстранённости носителя национальной идентичности от разделяемых им положений этнического национализма. Аналогичная закономерность проявляет себя ещё и в том, что значимость признака «чувство национальной общности» оценивается весьма высоко ($\chi_{эмп}=59,80$, $p \leq 0,001$), в то время как «международное признание существования данной нации» — достаточно низко ($\chi_{эмп}=30,28$, $p \leq 0,001$).

Признаками, значимость которых вызывает среди данной категории респондентов наибольшие разногласия, оказались «собственные культурные, научные и образовательные центры», «общение на национальном языке в различных сферах», «общность основных взглядов на жизнь» и «история существования данной нации в прошлом», то есть, признаки, выраженность которых является предметом наиболее продолжительных дебатов именно в современном белорусском обществе (хотя формулировка данного вопроса не предусматривала отношение к какой-либо конкретной нации, такая асимметрия приоритетов является вполне предсказуемой) и которые, в отличие от признаков, получивших высокую оценку, относятся к историческим реалиям, а не внеисторическим данностям, но, в отличие от признаков, получивших низкую оценку, не имеют столь прагматической значимости [14].

5. Тот же список признаков того, что данное сообщество является нацией, предъявлялся респондентам в ином контексте, а именно — для оценки того, насколько данный признак характерен для той нации, к которой респондент себя относит. Поскольку большинство респондентов (167 человек) идентифицировало себя как белорусов, в рамках нашего исследования существует возможность анализа ответов на этот вопрос только для представителей белорусской нации, но не других наций, представители которых имеют гражданство Республики Беларусь.

В отличие от вопросов, имеющих более отвлечённый характер, относительно характеристик собственной нации наблюдается наибольший разброс во мнениях — по большей половине предложенных признаков. Так, в данной группе респондентов не выработано преобладающей позиции по вопросам о том, насколько для белорусской нации харак-

терны «сильная государственная власть», «собственные культурные, научные и образовательные центры», «наличие национального языка», «общность основных взглядов на жизнь», «история существования данной нации в прошлом», «чувство национальной общности» и «международное признание существования данной нации». При этом большинство респондентов отмечает высокую степень выраженности применительно к белорусской нации признаков «собственная территория проживания» ($\chi_{эмп}=110,29$, $p \leq 0,001$), «общее происхождение» ($\chi_{эмп}=49,39$, $p \leq 0,001$) и, в меньшей степени, «независимое национальное государство» ($\chi_{эмп}=26,94$, $p \leq 0,01$) и низкую — признаков «экономическая стабильность», вероятнее всего, в связи с ситуацией, сложившейся к концу 2007 г. ($\chi_{эмп}=30,82$, $p \leq 0,01$) и, разумеется, «общение на национальном языке в различных сферах» ($\chi_{эмп}=150,53$, $p \leq 0,001$).

В целом такая конфигурация соответствует не столько ситуация национального государства, недавно обретшего независимость, сколько ранним, премодерным этапам генеза. Уникальность белорусской ситуации заключается в том, что для этнического национализма характерно формирование национальной культуры и устойчивая национальная консолидации, предшествующие завоеванию национальной независимости, то есть нечто прямо противоположное новейшей истории белорусской нации.

б. Следующие три вопроса, предложенные респондентам, ориентированы на прогноз относительно обозримого будущего мира наций и роли нации респондента в том мире. По всем трем дискуссионным вопросам выявлено четкое преобладание определенных позиций. Так, по мнению большинства респондентов, в обозримом будущем количество национальных государств в мире оста-

нется в основном неизменным ($\chi_{эмп}=9,49$, $p \leq 0,05$), при этом двумя наиболее значимыми тенденциями в изменении их роли будут межнациональные конфликты, а также образование наднациональных союзов ($\chi_{эмп}=48,68$, $p \leq 0,001$), в то время как роль нации самого респондента останется в основном неизменной или даже увеличится ($\chi_{эмп}=83,08$, $p \leq 0,001$), причем большее число респондентов согласны допустить вероятность исчезновения своей нации, чем уменьшения ее роли в мире. Эта конфигурация мнений вновь указывает на актуальность многих основных характеристик этнического национализма, при этом вне поля зрения студентов остаются существенные для современности события, связанные с образованием новых национальных государств и ростом напряжения между ТНК и национальными и межнациональными институтами власти.

Выводы

Сложное соотношение этнического национализма, для которого наличествуют все основные предпосылки, но не реальные проявления, и белорусской национальной идентичности, реально существующей в представлении ее носителей несмотря на отмечаемый ими явный дефицит конкретного материала, могут быть обобщены посредством характеристики соотношения психологических проекций различных уровней проблематики национальности, в порядке возрастающей абстрактности и содержательной удаленности от носителя соответствующих представлений.

1. **Собственная национальная идентичность.** Тенденция к ограничению и удалению частной жизни от макросоциальных реалий. Национальная идентичность сводится к простому наличию некоторой национальной принадлежно-

сти, эпизодически поддерживаемой действиями, не требующими инициативы либо в силу их традиционности, либо благодаря наличию централизованной организации. При этом содержательная дефицитарность превращается в преимущество для поддержания именно данного варианта национальной идентичности.

2. Конкретно-исторические реалии бытия своей нации. Размытость представлений о том, что конкретно происходило и происходит со своей нацией. Слабость связей с другими ее представителями. Неспособность и неприятие необходимости отстаивать прагматические интересы своей нации, более того — несоотнесенность сферы прагматики с областью национальности.

3. Внеисторические характерные особенности своей нации. Именно в этой области осуществляется поиск ресурсов для легитимации самостоятельного существования своей нации.

4. Имплицитные теории национальной идентичности. Высокая степень соответствия этническому национализму, который, по указанным выше причинам, проявляется на уровне 3, но не 2 и не 1.

5. Мир наций. Область, воспринимаемая как принципиально отличная от области бытия собственной нации. Как и на уровне 1, здесь проявляются центростремительные тенденции внутреннего отграничения и иерархизации вместо контекстуализации и прояснения взаимосвязей.

Литература

1. Янчук В.А. Введение в современную социальную психологию. Учебное пособие для вузов. — Мн.: АСАР, 2005.
2. Янчук В.А. Интегративно-эклетикий подход к анализу психологической феноменологии: Словарь-справочник. — Мн.: М-во образования Респ. Беларусь. Акад. последиплом. образования, 2001.
3. Anderson B. Imagined Communities: Reflections on the Origin and Spread of Nationalism. — London and New York: Verso, 1991.
4. Billig M. Banal Nationalism. — London: Sage Publications, 1995.
5. Gellner E. Nations and Nationalism. — Ithaca: Cornell University Press, 1983.
6. Giddens A. Modernity and Self-Identity: Self and Society in the Late Modern Age. — Stanford, CA: Stanford University Press, 1991.
7. Heyes C. Identity politics // Stanford encyclopedia of philosophy. <http://www.stanford.plato.edu/identitypolitics>
8. Jonas H. Das Prinzip Verantwortung. Versuch einer Ethik für die technologische Zivilisation. — Frankfurt am Mein: Insel Verlag, 1988.
9. Miscević N. Nationalism and beyond: introducing moral debate about values. — Budapest: Central European University Press, 2001.
10. Moore M. Normative justifications for liberal nationalism: justice, democracy and national identity // Nations and Nationalism, 2001, Vol. 7, no. 1, pp. 1–20.
11. Noonan H. Identity // Stanford encyclopedia of philosophy. <http://www.stanford.plato.edu/identity.htm>
12. Psychologie sociale. Coordinateur J-P. Petard. — Paris: Breal editions, 1999.
13. Reese-Schäfer W. Universalismus, negativer Nationalismus und die neue Einheit der Deutschen // Universalismus, Nationalismus und die neue Einheit der Deutschen. Philosophen und die Politik Hrsg. von P. Braitling und W. Reese-Schäfer. — Frankfurt am Main & Fischer Taschenbuch Verlag, 1991.
14. Renan E. Qu'est-ce qu'une nation? http://ourworld.compuserve.com/homepages/bib_lisieux/

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ

Агеева Д.А. — магистр психологии, СПбГУ. Санкт-Петербург.

Андронов Д.А. — старший преподаватель кафедры общей психологии НОУ ВПО «Омского Гуманитарного института». Омск.

Балгимбаева З.М. — кандидат психологических наук, доцент, докторант кафедры этнической и педагогической психологии КазНУ им. аль-Фараби. Алматы, Казахстан.

Богомолова М.А. — выпускница факультета психологии МГУ им. М.В.Ломоносова. Москва.

Верещагина А.А. — старший преподаватель кафедры общей психологии университета «Туран». Алматы, Казахстан.

Дорофеева Н.В. — кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии образования и развития НГГУ.

Козлов В.В. — профессор кафедры социальной и политической психологии ЯрГУ, доктор психологических наук, академик и первый вице-президент МАПН. Ярославль.

Лазарянц О.В. — психолог-практик, секретарь ЯРБОО «Друзья русских сирот». Ярославль.

Лепехин Н.Н. — кандидат психологических наук, СПбГУ. Санкт-Петербург.

Лидерс А.Г. — кандидат психологических наук, доцент факультета психологии МГУ им. М.В.Ломоносова. Москва.

Морогин В.Г. — заведующий кафедрой психологии и педагогики Томского государственного педагогического университета, доктор психологических наук, профессор. Томск.

Назаров Е.А. — кандидат психологических наук, старший преподаватель кафедры общей психологии и психоло-

гии развития Самарского государственного университета. Самара.

Нелюбов С.Д. — врач психиатр-нарколог, психотерапевт, руководитель МЦ БИОС. Самара.

Нелюбова Е.С. — врач психиатр МЦ БИОС. Самара.

Новиков В.В. — заведующий кафедрой социальной и политической психологии Ярославского государственного университета им. П.Г.Демидова, доктор психологических наук, профессор, Заслуженный деятель науки РФ, президент МАПН. Ярославль.

Пальчик М. — доктор физико-математических наук, доктор психологических наук, научный руководитель Центра системного консультирования и обучения «Альтернативный Путь». Новосибирск.

Почанина Т.Г. — психолог МЦ БИОС. Самара.

Прокушенков П.Н. — практический психолог, соискатель кафедры социальной и политической психологии ЯрГУ. Минск.

Радина Н.К. — кандидат психологических наук, доцент кафедры возрастной и педагогической психологии Нижегородского государственного педагогического университета, профессор кафедры психологии Нижегородского института менеджмента и бизнеса. Нижний Новгород.

Русских Ю.С. — семейный психолог МЦ БИОС. Самара.

Тамбовцева О.Б. — кандидат филологических наук, Государственный университет — Высшая Школа Экономики. Москва.

Фабрикант М.С. — аспирантка кафедры психологии БГУ. Минск.