

ISSN 1812-1985

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



.....
Человеческий фактор
.....

СОЦИАЛЬНЫЙ ПСИХОЛОГ

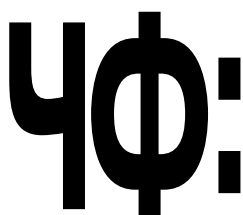
.....

ЖУРНАЛ ДЛЯ ПСИХОЛОГОВ

Основан в 2000 году в Ярославле

2010

№ 1 (19)



ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ ФАКТОР

Свидетельство о регистрации — ПИ № 77–15751
Подписной индекс Агентства «Роспечать» — **36053**

СОЦИАЛЬНЫЙ ПСИХОЛОГ

Выпуск № 1(19) 2010

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

2010 выпуск № 1 (19)

СОДЕРЖАНИЕ

Юбилей Учителя 5

ТЕОРИЯ И МЕТОДОЛОГИЯ

Козлов В.В. Личность и среда: от тела к символу 7

Мазилев В.А. Методология психологии, междисциплинарные связи
и предмет психологии 27

Кривочурова О.П. Идентичность и ее нарушения в постсовременном
обществе 38

Олешкевич В.И. К проблеме социологии психоаналитического знания .. 49

Олешкевич В.И. Историко-психотехнический анализ феномена
нарциссизма 54

Фролова О.П., Радионова С.В. Психологический анализ духовного
развития личности 63

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ОБЩЕСТВЕННОГО РАЗВИТИЯ

Карпов А.А. Созависимость при проблемном гемблинге:
феноменология и стратегии помощи 66

Грязнов А.Н., Савельева Д.Р. Социально-психологические особенности
профилактики аддиктивного поведения студентов 77

ЭКСПЕРИМЕНТ И ТЕХНОЛОГИЯ

Айламазьян А.М., Каминская Н.А. Телесное отчуждение 81

Бурняшев М.Г., Козлов В.В. Новые методы социальной психологии:
системно-феноменологическая терапия и консультирование, системные
расстановки 92



Кузнецова Е.С. Профилактика синдрома «психологического выгорания» руководителей	109
Крушная Н.А. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование родителей, воспитывающих детей с задержкой психического развития	118
Лидерс А.Г. Эссе о тренинге	124
Чугреева О.А., Терентьев В.А. Проблема возникновения профессиональных деформаций личности тренеров по спорту	152

НАУЧНАЯ ЖИЗНЬ

Козлов В.В., Новиков В.В. Организационная деятельность Международной академии психологических наук	157
Наши авторы	164

ЮБИЛЕЙ УЧИТЕЛЯ

Виктору Васильевичу Новикову — доктору психологических наук, профессору, президенту Международной Академии Психологических Наук 18 мая 2010 года исполняется 75 лет.

Известный в нашей стране и за рубежом специалист в области социальной психологии, промышленной психологии и психологии коллектива, он внес своими исследованиями крупный вклад в психологическую науку и практику, активно участвуя в разработке научных проблем социальной и промышленной психологии.

В.В.Новиков начал свою научную и педагогическую карьеру еще в 60-е годы. В 1967 в Ярославском государственном педагогическом институте им. К.Д.Ушинского он защитил ученую степень кандидата педагогических наук (по психологии). В 1981 защитил ученую степень доктора психологических наук по специальности 19.00.05 в Институте психологии АН СССР, г. Москва. В 1996 защитил ученую степень доктора философии международного бизнеса и коммерции, г. Сан-Франциско, США, а в 1999 г. доктора экономических наук ВМАК России и Международного межакадемического Союза при ЮНЕСКО, г. Москва.

Виктор Васильевич Новиков — личность, бесспорно, незаурядная: видный ученый и организатор науки. Им созданы уникальные образовательные и научные школы. Под его руководством работают Международная Академия Психологических Наук, Высшая школа

практической психологии и менеджмента, два докторских диссертационных Совета, недавно еще единственная в стране кафедра социальной и политической психологии, аспирантура и докторантура по организационной и социальной психологии.

Он — Действительный и Почетный член многих российских и международных академий, университетов, ассоциаций и обществ, член редколлегий нескольких научных журналов и других изданий. Им написаны и отредактированы сотни книг, профессор Новиков — неперемный участник и организатор множества самых крупных научных конгрессов, съездов, симпозиумов и конференций, постоянный руководитель, консультант, рецензент и оппонент докторских и кандидатских диссертаций.

В.В.Новиков — Заслуженный деятель науки РФ. За выдающиеся заслуги в теории и практике психологической науки награжден медалями СССР и России, а также орденом «Знак почета», орденом «Звезда Вернадского первой степени за заслуги в науке» Международного Межакадемического Союза при ЮНЕСКО, орденом «За заслуги перед отечеством» 2 степени, Почетным Знаком Губернатора Ярославской области «За заслуги в образовании. Высшая Школа».

Новиков В.В. — один из основателей и первый декан третьего в стране факультета психологии, первой отраслевой психологической службы, автор со-

циально-психологического проектирования, психологического управления и концепции самостоятельной социальной психологии производственного коллектива, изобретатель «социального паспорта» и «социально-психологического портрета» коллектива, родоначальник «проектов социального управления трудовым коллективом» и множества других направлений и конкретных методов психологии.

В.В.Новиков — автор более 520 научных работ, в том числе 40 монографий. Только в последние годы опубликованы «Психологическое управление» (1994); Социальная психология предпринимательства» (1995), «Психологическое управление в кризисном обществе» (1999); «Социальная психология: феномен и наука» (2003). В 2002–2005 годах изданы избранные произведения профессора Новикова В.В. («Социальная психология и экономика» в 11 томах), в 2009 году вышла его монография «Психология управления в кризисных социальных сообществах».

Труды В.В.Новикова получили широкое признание как в России, так и во многих странах «дальнего» (Австралия, Англия, Бельгия, Болгария, Германия, Голландия, Канада, США, Польша, Румынии, Франция, Япония и др.) и «ближнего» зарубежья (Украина, Беларусь, Литва, Латвия, Грузия, Армения, Казахстан, Эстония, Узбекистан, Тад-

жикистан). Его произведения изданы на 43 языках мира.

В.В.Новиков проявил себя умелым организатором науки, руководителем ряда перспективных направлений исследований. Под его руководством подготовлено и защищено 80 кандидатских и 33 докторских диссертаций. Он является учредителем и главным редактором журнала «ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ ФАКТОР», включающего специализированные серии «Проблемы психологии и эргономики», «Социальный психолог», «Общество и власть», является руководителем исследовательского проекта по кризисологии, номинированного на Государственную Премию РФ (2002 г.) и др.

Несмотря на некоторые проблемы со здоровьем — В.В.Новиков — в строю.

Он работает профессором кафедры социальной и политической психологии на факультете психологии ЯрГУ, руководит дипломными работами, кандидатскими и докторскими диссертациями.

В марте 2010 года защитилась его диссертантка Лариса Ким, выходит на защиту своей докторской диссертации Евгений Гришин.

В этом году должен выйти его учебник «Психология управления» в издательстве «Академия».

Его тысячи учеников со всего мира желают Виктору Васильевичу здоровья и новых свершений в науке.

В.В.Козлов, доктор психологических наук, профессор, Первый вице-президент МАПН.

ТЕОРИЯ И МЕТОДОЛОГИЯ

Козлов В.В.

ЛИЧНОСТЬ И СРЕДА: ОТ ТЕЛА К СИМВОЛУ

В статье представлено интегративное представление о структуре личности, подробно рассматривается проблема демонстративного Эго, анализируется понятие «интерперсонального» как среды функционирования и реализации личности.

Ключевые слова: личность, субъектность, сознание, материальное, социальное, духовное, реализация, интерперсональное, демонстративное.

Мы неоднократно писали, что нет человека единичного и нет индивидуальности, есть человек в мире и человек для мира, сознание и личность, объявшие и растворившиеся в мире. Онтология и психология, субъективное и объективное не сосуществуют, а существуют в едином акте человеческого переживания, в едином порыве действия и мысли.

Но в силу того, что в европейской традиции человек и среда, субъективное и объективное мыслятся как отдельно, то нам хочется представить свое интегративное понимание этих понятий.

1. Личность — базовые конструкты субъектности

Мы предельно хорошо представляем, что личность целостна, неделима, и в реальном функционировании ее нельзя разложить на части. Одновременно с этим сознание всегда идентифицировано с фрагментами Эго, реальная личность испытывает напряжения, конфликтные противоречия в выборе, в мотивах, в чувствах, мыслях, поведении.

Внутри самой структуры личности мы можем вычленить огромные, гло-

бальные три подструктуры «Я». Они обозначаются как:

«Я»-материальное (Ям);

«Я»-социальное (Яс);

«Я»-духовное (Яд).

С этими подструктурами отождествлена, идентифицирована личность.

1.1. «Я»-материальное

Каждая структура идентификации имеет некий центр, системообразующий и интегрирующий фактор. Центром «Я»-материального является образ своей телесности и телесность как таковая и отношение к телу.

Вторичные материальные идентификации — это пол, возраст и качества, которые высвечивают отношения к своей телесности, биологической данности.

Первое, что вычленяется из действительности, структурируется как элемент сознания и личности, что осознается как «Я», — это тело.

Первым шагом возникновения самосознания, самоидентификации, вообще возникновения сознания является акт расчленения между «Я» как телом и другим как телесным объектом. На уровне индивидуальной биографии, это пер-

вичная матрица дуальности «Я» и «не Я»: на уровне матери и ребенка. Когда ребенок отрывается от груди, в это время и формируется личный (личностный) «Я» как некая автономная репрезентация.

Появляется расчленение на «свое» и другое. Появляется свое тело как объект и тело другого как объект (объективная реальность). Происходит отторжение наблюдателя от наблюдаемого, дифференциация субъекта и объекта.

Более того, первичные чувства, которые формируются у личности (например, отношение к себе, как к сверхценному объекту или как к незначимому объекту или как к амбивалентному существу), идут в основном из взаимодействия с матерью или с телом другого объекта.

Первое — это телесность и отношение к телесности и то, что человек получает из этого опыта. В силу того, что это первичная, стержневая структура человеческого самосознания, то в основном на базовых отношениях к телесности формируются все другие конструкции Эго, все другие конструкции Эго-идентификаций.

Тело является для человека интегрирующей точкой, я-образом. Человек считает — я есть тело. Это происходит в силу нескольких причин.

Во-первых, сознание впервые обнаруживает себя в теле с его потребностями, которые приходится обслуживать. Наша физическая автономность ассоциируется с одиночеством. Отделенное в теле «я» порождает страх сближения с другими людьми и фобию сильных эмоций. Мы боимся впускать других слишком близко в свое интимное пространство, так как это очень соблазнительно, но все равно плохо кончится. Опыт бесконечной близости с матерью заканчивается отлучением от нее и личной катастрофой.

Во-вторых, социализация человека начинается с отношения к нему других

людей как к носителю тела. Другие люди начинают удовлетворять потребности тела ребенка и структурировать его пространство и время, используя базовые потребности тела младенца, обучение туалету, кормление ребенка по часам с соблюдением социальных ритуалов, обучение хождению, вокализации — вся первичная социализация — социализация тела и телесных реакций. Социальное «незамечание» телесности — это бессознательный страх смерти. Презренное равнодушие — худшее отношение, которое может заслужить к себе человек.

В-третьих, тело все время напоминает о себе в своих потребностях: есть, пить, спать, дышать, в конце концов. Тело своей постоянной неудовлетворенностью напоминает нам, что мы есть, и, кто мы есть.

В-четвертых, все базовые гедонистические удовольствия мы получаем через тело. И любая удовлетворенность тела кажется гораздо надежней удовлетворенности, например, духовной. Появляется уверенность в удовлетворенности. Когда правильно «кормишь» тело, оно становится настоящим «сосудом наслаждения».

В-пятых человеческое тело — это единственное, что подвергается наибольшему контролю сознания и личности. Тело подвержено управлению и контролю. Тело является единственным орудием реализации деятельности, целенаправленной активности. Это единственный физический способ выразить себя. Любая потеря контроля над телом, будь то болезнь или необычная реакция тела, сходна со страхом смерти или потери возможности проявлять себя. Этим обусловлен страх старости, когда тело выходит из-под контроля.

Первые эмоционально-значимые состояния и первая идентифицированность с телесностью, отношение к телесности и составляют ядро «Я»-материального. На уровне мировосприятия мое тело является «первотелом» и опыт

своего тела первичен по отношению к опыту всего другого материально оформленного. Затем это отношение к своему телу экстраполируется, переносится на предметное пространство, воспринимаемую вещную структуру бытия (моя мама, моя кукла, мой стол, моя квартира, мой район, моя Родина...). Обозначается это и переживается как *нечто*, мне или группе принадлежащее.

Важно подчеркнуть, что отношение к вещам и предметному миру является неким продолжением, проявлением отношения к телу и к пространству группового существования. Мы можем обозначить это территориальным фактором. Он занимает значимое место в групповой и личностной структуре, так как индивидуумы и группы часто считают, что имеют права на некоторые объекты или места, которые в действительности не являются их собственностью. Объекты или территория занимаются и используются так, как будто принадлежат данной группе, причем чужаки оттуда всячески изгоняются, а если данная территория потеряна, то ее стремятся как можно скорее вернуть.

На уровне индивидуальности этот фактор можно обозначить как личное место. Личное место — то пространство вокруг индивидуума, которое является его собственным, в которое никто другой не имеет доступа. Люди всячески отражают вторжения в их личное место, испытывая отрицательные чувства к тем, кто такое вторжение предпринимает. Интересным является тот факт, что люди сохраняют между собой дистанцию, пропорционально близости межличностного взаимодействия.

Человек и группа охраняют и не пускают в свое пространство, с которым идентифицированы.

Первичный опыт отделения, расчленения телесности связан с негативным опытом. Это связано с травмой рождения и с травмой отделения от матери как источника пищи и энергии, тепла и

комфорта, защищенности. В этом часто проявляется наше стремление не только не пускать в пространство нашей телесности, но и охранять наше предметное окружение, которое, как мы указывали выше, бессознательно воспринимается телом. Тот же самый феномен наблюдается как проявление личностных качеств в групповом сознании.

Есть «Я»-тело, затем человек начинает идентифицироваться с вещами, предметами, которые прикрывают тело, украшают тело или являются индивидуальной символической манифестацией нашей телесности (одежда, макияж, какие-то проявления отождествленности с половой, расовой, этносоциальной или социально-психологической принадлежностью). Предметы, на самом деле, являются внешне манифестированной структурой нашего внутреннего Эго, Эго-материального и часто «вес» личности в социальном пространстве обусловлено его объемом и структурой. Обывательское «Если ты такой умный, то почему же ты такой бедный?» отражает тот факт обыденного сознания, что ценность конкретного человека тождественна цене его благосостояния.

В среднем обыденном мышлении существует убеждение, что служение обществу, государству дает возможность личности получать материальные блага сообразно ее реальным заслугам перед ним, то есть социальная оценка личности происходит в форме материального, денежного вознаграждения.

Социалистический тезис «от каждого по способностям, каждому по труду» формирует бессознательную установку, убеждение в том, что объем и структура материального Эго, обладание материальными ценностями адекватно отражает ценность личности как носителя физических, интеллектуальных, коммуникативных, эвристических и других способностей. В сознании обывателя, если человек имеет многое, следовательно, он оценен обществом как обще-

ственно полезный человек. Для обывателя личность есть то, чем она себя окружает и человек есть то, как он одевается, как обставляет свою квартиру, на какой машине ездит, какой счет в банке имеет, в каком доме и в каком квартале, в каком городе и в какой стране живет, как и какое тело демонстрирует...

Окружающие вещи являются ярким критерием того, как мы относимся к телу. Квартира, в которой живет человек, — это в некотором смысле отношение к телу. Холодильник, машина, счет в банке, загородный коттедж, часто женщина, которая находится рядом с мужчиной всю жизнь или ситуативно, являются объектами материальной идентификации и содержанием «Эго-материального».

С возрастом растет не только тело, но и расширяется «Эго-материальное».

Новорожденный не дифференцирует свое тело и окружающую среду, человек рождается с Эго, которое расширено до границ Вселенной. В этот период у человека не существует субъектно-объектных отношений.

В некотором смысле дифференциация своего тела и окружающей действительности является первичной трещиной во Вселенной в дуальностях «Я — Другое», «Я — Другое», «Я» — «Не Я», «Субъект — Объект». Важнейшим фактом бытия является то, что тело, в отличие от всех материальных предметов, переживается как центр координации в пространстве, «пуп Вселенной». Тело всегда «здесь», по отношению к нему все другие вещи — «там», тело это всегда «Я» по отношению ко всему как «ТО или НЕЧТО-ДРУГОЕ».

Затем происходит расширение зоны знания и действия. Человек и группа, с одной стороны, как бы завоевывают внешнее пространство, с другой — раскрывают и осваивают свое внутреннее психическое пространство, структурируя и открывая свои внутренние возможности.

Как мы указывали выше, в структуре Эго-материального в качестве объектов отождествления кроме центрального, стержневого объекта — «Я-образа» — входит много предметов объективной реальности, которые окружают личность: личные вещи, одежда, предметы обихода, мебель, квартира, дача, машина, счет в банке. Субъективная ценность этих предметов материального мира связана с личной историей взаимодействия с ними. Любая вещь ценна потому, что имеет свое мифическое пространство, иногда она связана с историей семьи, рода. Вне сомнения, существует культурная, политическая, идеологическая, экономическая селективность ценностей идентификации. Но более значимы для функционирования личности субъективно оцениваемые, эмоционально переживаемые отношения.

1.2. «Я»-социальное

В нашем понимании, стержневой структурой, вокруг которой разворачивается социальное Эго, является интегративный статус. Интегративный статус — это то социальное положение, которым содержательно наполнено жизненное пространство личности и на которое направлена ее активность.

В интегративном статусе (как и в структуре любой социальной роли) мы можем вычленить несколько компонентов.

Во-первых, в интегративном статусе присутствует объективный компонент, связанный тем местом, которое занимает данный индивид в социальной системе. У президента, студента вуза или бомжа — у каждого свое место в общественном организме.

Обычно позиции интегративного статуса закреплены в писаных нормах права, в уставах и других регламентирующих документах организаций. Интегративный статус — это набор функциональных обязанностей личности, которые предписывает место в социаль-

ном сообществе. Эти предписания отличается по степени жесткости и однозначности, свободы по отношению ко времени и пространству реализации функций, системе санкций поощрения-наказания и др.

Есть и другой способ закрепления интегративного статуса, который связан с неписаными нормами, с традициями. Например, в любой системе иерархии реальный вес интегративного статуса оценивается еще и по тому, какое место рядом с руководителем он занимает. Чем ближе к руководителю — тем выше реальный социальный вес. То есть интегративный статус домохозяйки имеет разный социальный вес в зависимости от того, к какому уровню иерархии власти-подчинения он приближен (домохозяйка — жена рабочего литейного цеха моторного завода, домохозяйка — жена директора завода, домохозяйка — жена губернатора).

В силу того, что различным статусам соответствуют различные ресурсы власти (в самом широком смысле этого слова — экономической, символической власти, степени контроля над собственной жизнью, свободе принятия решений и реализации своих интересов в разных сферах жизни и т.д.), выбранный человеком интегративный статус определяет степени «дозволенной» ему свободы и подчинения.

Второй компонент имеет социально-психологический характер и касается характера установок, оценок к реализации обязанностей интегративного статуса со стороны социального окружения. Людские ожидания, надежды, представления о том, что, как, где, в какой манере, личность должна поступать и чего не должна делать и формируют среду реализации статуса. Можно сказать, что эта та сторона интегративного статуса, которой личность повернута к людям и которая составляет важную часть социального имиджа личности.

Этот компонент может не совпадать с реальным содержанием личности. Здесь возникают, с одной стороны, возможности манипуляций социальным сознанием, но, с другой стороны, ожидания со стороны социального окружения оказывают и сдерживающее воздействие на поведение личности, очерчивают для него границы возможного.

Третий компонент интегративного статуса как системообразующего фактора социального Эго — это представление личности о самом себе, его Я-концепция, самосознание. Один и тот же интегративный статус столь по-разному исполняется людьми не только в силу отличий их характера, темперамента, сколько в силу их собственных представлений о том, как надо это делать, какие личностные смыслы вкладываются в реализацию статуса, как понимается роль статуса в социальной системе.

Следует отметить, что сказанное относится не только к интегративному статусу, но и к вторичным статусам и ролям.

Взаимодействие личности и социальной среды подчиняется закономерностям разного уровня, которые, накладываясь друг на друга, образуют, с одной стороны, определенную ситуацию развития личности, а с другой, — воздействуют на ход развития социальных организаций.

Следует отметить, что группа как социальная общность также имеет интегративный статус со всеми тремя указанными компонентами.

Интегративный статус определяет смыслодеятельностное поле человека, группы и влияет на способ мышления, на оценку других людей и т.д. Вне сомнения, для личности важно насколько интегративный статус социально значим. Но еще более важно то, как с ним человек идентифицирован. Он диктует определенный уклад жизни, круг интересов, сферу общения, направленность, основную активацию. Интегративный

статус — это социальное лицо личности и способ репрезентации личности в общественной системе.

Интегративный статус, как мы указывали выше, имеет регулятивную функцию. Интегративный статус диктует способ жизни, мировоззрение, ценностную ориентацию, мотивацию и т.д. Интегративный статус — это та социальная структура, из позиций которой личность оценивает и выстраивает свои общественные отношения.

Эго социальное менее предметно ощутимо и представлено наиболее тонкими личностными структурами: социальными установками, ценностями, целями, мировоззрением. В процессе социализации индивид интериоризует цели и ценности своей культуры. Анализ социальной структуры личности невозможен без выявления интересов, потребностей и мотивов, которые являются частью именно социальной структуры личности.

В структуре социального Эго наиболее изученным является ролевой компонент.

Нами роль понимается, прежде всего, как набор прав и обязанностей, реальных функций, связанных с идентификацией местом в социальной системе. Вся социальная система может быть описана через различные наборы ролей.

Все социальные роли взаимосвязаны. Так, роль руководителя лишена смысла без ролей подчиненных. Без короля нет подданных, а без кабинета — премьер-министра. Все участники социального процесса одинаково признают распределение ролей между ними, то есть по этому вопросу между ними существует консенсус.

Что касается функционирования социального Эго, его власть, с одной стороны, менее заметна, но с другой стороны, она более значима. Чем жестче властная структура, тем проявленнее его власть. Чем больший ареал захватывает социальное Эго, тем более оно ценно.

Не только ценно то, что человек захватывает территорию, но становится ценнее как бы место рядом с этой личностью и группой (важно стать мэром города Ярославля, но часто не менее привлекательно быть или в команде мэра или малой группы — семьи мэра).

Некоторые статусы становятся социально привлекательными за счет качества пространства в аспекте неординарности. Чем уникальнее статус, тем он ценнее. Любой уникальный статус подкрепляется огромным количеством энергии.

Статус должен обладать или уникальным качеством или обладать широтой пространства субъективного волеизъявления. Эти два критерия и создают механизм функционирования социального Эго.

Социальное Эго очень неоднородно по содержанию. В «Я»-социальном существе огромное количество других отождествлений, которые занимают большую или меньшую область, но занимают определенную территорию, определенное внутреннее пространство.

Существует «Я»-территориальное: мы — ярославские, мы — псковские, мы — рязанские. «Я»-территориальное на самом деле очень много значит. Человек идентифицируется с местом проживания, с территорией проживания, отстаивает эту территорию, отстаивает сохранность этой территории, ее качество и т.д. Люди отстаивают некую территорию в силу того, что у них есть идентифицированность с определенным ареалом жизни и обозначает ее как нечто положительное. Всегда находится определенный аспект, который выявляет положительное в территории. Претензии на территорию, если они серьезные, вызывают чувства: агрессии, возмущения, патриотизма и т.д. Отсчет территориального «Я» начинается от моего рабочего стола, кабинета и заканчивается Землей (Мы земляне) или даже Галактикой.

Существует «Я»-этническое, этнонациональное. Мы всегда причисляем себя к определенной этнической, национальной группе (я — чукча, я — еврей и т.д.). Есть жесткие идентификации, которые являются интегративными. Например, я — чеченец. На самом деле, это не просто этническая идентификация, но это еще и характер, и способ взаимодействия с миром, взаимная поддержка, определенный уровень агрессивности, который мы сразу предполагаем и т.д. Есть менее жесткие этнонациональные идентификации типа «я — русский».

В социальном «Я» есть также и расовые идентификации — «Я»-расовое. Мы движемся к космополитизму, уходим от расовых предрассудков, но, на наш взгляд, расовые предрассудки архаичны. Архаический, древний корень заключается в том, что люди с другим внешним обликом были врагами, и угроза была не на уровне «приглашать в гости или не приглашать», а «жизни и смерти», полного уничтожения. «Я»-расовое по этой причине значимо и мало трансформируемо.

В личности есть огромный семейно-клановый статус — «Я»-семейно-клановое. Признак здорового человека — хорошая опора на клан. Как это ни удивительно, люди очень успешные во всех планах, в том числе и социальном плане, опираются на кланы. Например, еврейские кланы — это национальная черта, взаимная выручка, взаимная поддержка, опора на кровнородственные связи. В конце концов, человек, который не опирается на это Эго, теряет достаточно большие связи, укорененные в семье. В русской традиции помнить свою родню до седьмого колена было хорошим признаком. Это достаточно жесткая и значимая идентификация еще обозначает кастовую принадлежность. Многие малые этнические единицы идентифицируются с русскими потому, что они сразу получают огромный дос-

туп к энергии нации. Кровнородственные связи, как правило, создают мифы рода, племени. Эти мифы создают огромную историческую, эволюционную силу.

Любая «Я»-идентификация насыщена мифами. Она имеет логическое, историческое, научное, идеологическое, моральное, психологическое, теологическое, философское и т.д. обоснование и осмысление. Социальные идентификации показывают живую связь между личностью и группой, их невозможность автономного существования.

Есть огромное количество статусов и ролей, с которыми мы идентифицируемся, — статусно-ролевая идентификация. Например, статус матери, статус жены, статус сотрудника какой-либо фирмы, статус любовницы, материально-устойчивого человека, статус инженера, статус ребенка и т.д. На самом деле, мы играем огромное количество ролей: дома — матери, любовницы, домохозяйки, одинокой женщины; на улице — пешехода; в метро — пассажира и т.д.

Социальное «Я» касается статусов, которые занимает человек, ролей, которые выполняет человек, и неких общих характеристик, качеств личности, с которыми осознание самоидентифицируется. Другими словами, это некое осознанное ролевое отождествление (отец, мать, мужчина, доцент), или отождествление с совокупностью качеств (порядочный отец, добрая мать), или сами качества, соотнесенные с фрагментами «Я» (умный, хитрый, проницательный). Человек выступает в жизни как «кто-то», он всегда носитель каких-то нормативов, каких-то прав и обязанностей: профессор, отец, водитель, студент и т.д. В исполнении роли человек реализует свои потребности в самооценке, самоактуализации, в самоутверждении, и сами эти потребности возникают в процессе исполнения какой-то социальной роли или какого-то сформированного качества.

1.3. «Я»-духовное

Абрахам Маслоу писал: «Человек рождается с гуманоидными потребностями, потребностями в добре, нравственности, доброжелательности. Они составляют ядро человека». На наш взгляд, у основной массы людей «Я-духовное» не занимает большого пространства, но у любой личности, которая имеет сознание, «Я-духовное» существует. Ядро «Я-духовного» — базовые экзистенции, интимные, сакральные смыслы, которые касаются стержневых проблем бытия.

На наш взгляд, интегративным центром духовного Эго является смысл жизни.

С точки зрения экзистенциальной психологии, существуют четыре основные экзистенциальные проблемы, связанные с так называемыми «конечными данностями»: смерть, свобода, одиночество, бессмысленность. Смерть (и страх смерти как неизбежно вытекающее переживание, чувство) есть самая осознаваемая конечная данность. Основной экзистенциальный конфликт любого человека — это противостояние между сознанием неизбежности смерти и желанием продолжать жить.

Данность смерти и конфликт жизнь-смерть во все времена была основной темой философских размышлений, практик инициации, религиозного сознания и пр., и пр. (Эрос — Танатос, либидо — мортидо, инстинкт сохранения индивида — инстинкт сохранения вида и т.п.). С точки зрения возрастного развития индивида, яркое осознание своей смертности (конечности) возникает в жизни три раза: в 6–7 лет (когда ребенок, как правило, впервые сталкивается с понятием «смерть», но не переносит это понятие на себя самого: люди могут умирать), 13–14 лет (пик пубертатного кризиса, когда возникает новый этап осознания смерти: люди умирают, и я могу умереть), 45–55 лет

(кризис второй половины жизни, когда эта данность все ближе, возникает новый этап осознания своей конечности: все люди умирают, и я скоро умру).

Страх смерти является самым основным и сильным страхом, который может вообще испытать человек, но он же дает мощный толчок внутреннему развитию. В истории мы знаем множество случаев, когда пиковое переживание смерти (переживание клинической смерти, реальной возможности умереть или сильное присоединение к смерти близкого человека) может сразу «выбросить» человека на абсолютно иной и гораздо более высокий уровень внутреннего развития.

Страх смерти, являясь первичным и самым сильным источником постоянной экзистенциальной тревоги, может стать как самым сильным катализатором внутреннего развития личности, так и причиной социального падения или тяжелой психопатологии. Смерть как базовая конечность порождает три остальных экзистенциальных проблемы.

Во-первых, это свобода. Вопрос стоит так: если человек смертен, то можно ли вообще говорить о какой бы то ни было свободе (или, наоборот, человек свободен вообще и от всего, поскольку он смертен). Возникает психодинамическое противостояние: любой человек (сознательно или бессознательно) стремится к большей свободе, стремясь получить максимальную свободу (в частности, через деньги, власть, секс и т.п.) и одновременно «понимает», что свобода — это хаос.

Столкновение с хаосом невыносимо, и человек начинает метаться, пытаясь найти золотую середину между свободой-хаосом и несвободой-структурой. При этом потребности в свободе и структуре (несвободе) одинаково сильны. И снова человек вынужден искать нетривиальное, только свое решение, то есть снова сделать выбор, которого нет.

Понятие экзистенциальной свободы, баланс между свободой и несвободой порождает осознание таких глубинных психологических структур, как ответственность, воля, активность, решение, выбор, плата за выбор, экзистенциальная вина). Балансирование между хаосом (ассоциативный ряд хаос — ужас — смерть...) и порядком (структурой) есть развитие личности.

Осознание своей свободы — несвободы неизбежно приводит к сознанию своего второго великого вопроса — одиночества, изоляции от всех других. Но изоляция не значит изолированность. Здоровое чувство одиночества — признак силы, автономности и зрелости.

Одиночество — остров, на котором человек делает свой первый вздох и неизбежно сделает последний выдох. В некотором смысле это единственная Родина человека.

Экзистенциальный конфликт возникает между осознаваемой абсолютной изоляцией (человек изначально и бесконечно одинок в мире) и одной из самых сильных потребностей — потребностью в контакте с другими. Экзистенциальная изоляция является основанием для развития (осознавания, борьбы и т.п.) межличностной изоляции, то есть одиночества среди людей, и внутриличностной изоляции, то есть изоляции различных частей личности друг от друга, что, в крайнем случае, может привести к синдрому деперсонализации.

Процесс роста есть процесс постоянной сепарации, отделения (от матери, от родителей, от зависимостей и пр.). Следовательно, положительный момент дезинтеграции, вызванной изоляцией, заключается в формировании автономии, независимости, самоконтроля, индивидуации, самоуправления, самоответственности, то есть всех характерных психологических особенностей истинно взрослой личности.

Одиночество — это плата за зрелость, зрелость, реализованность. И снова обострение переживания экзистенциального одиночества совпадает с определенными возрастными зонами: все тот же пубертат, кризис самоопределения 29–33, кризис середины жизни. Значит, человек, не испытавший одиночества по отношению к другим людям, не может по-настоящему любить, быть привязанным. Так, в слове радость и страдание один корень (рад), следовательно, тот, кто не умеет радоваться, не умеет и страдать, и сострадать.

Из всех трех экзистенциальных проблем (конечности, свободы, одиночества) логично вытекает последняя экзистенциальная проблема: проблема бессмысленности (то есть страх потери всех смыслов). Действительно, если все равно умирать, то какой смысл что бы то ни было делать? И.Ялом в своей книге «Экзистенциальная психотерапия» приводит цитату из предсмертной записки самоубийцы. Более четко, емко и эмоционально понятно сказать невозможно: «Представьте себе группу счастливых идиотов, занятых работой. Они таскают кирпичи в чистом поле. Как только они сложат кирпичи на одном конце поля, сразу начинают переносить их на противоположный конец. Это продолжается без остановки, и каждый день, год за годом они делают одно и то же. Однажды один из идиотов останавливается достаточно надолго, чтобы задуматься о том, что он делает. Он хочет знать, какова цель перетаскивания кирпичей. И с этого момента он уже не так сильно, как раньше, доволен своим занятием. Я идиот, который хочет знать, зачем он таскает кирпичи».

Смысл жизни является системообразующим, интегративным фактором деятельности человека в каждый период развития. Вне сомнения, о смысле существования человек задумывается в переломные моменты в жизни, то есть кризисные, но они различаются по то-

му предикату, который стоит перед словом «смысл». Если в пубертате это «поиск смыслов» («искать»), в кризисе самоопределения «поиск новых смыслов» («обновлять, заменять»), то в кризисе второй половины жизни «потеря смыслов» («потерять»). Поэтому для многих людей кризис середины жизни является вызовом силе личности, его способности обнаружить высшие смыслы бытия.

Нет человека, которого эта проблема хоть один раз в жизни не волновала бы. При этом большинство людей начинает (в целях защиты) подменять «смысл» «целью», что совсем не одно и то же.

Жизнь человека есть его взаимодействие с постоянно присутствующим внутренним конфликтом, который обусловлен конфронтацией индивидуума с данностью существования. Это те особенности жизни вообще, которые никто не может изменить. Таким образом, основная задача — научиться с ними жить.

На каждом новом этапе внутреннего развития с неизбежностью снова и снова возникает этот конфликт, и человек должен его снова и снова решать (так как его нельзя разрешить). Это и есть путь внутреннего развития, становления и роста личности. Процесс подобного роста, естественно, не идет совершенно независимо от внешнего, реального, бытийного мира.

Ядром процесса индивидуации является глубинная рефлексия, осознания себя каждый раз на все более глубоких уровнях. Катализатором процесса рефлексии часто служит экстремальный опыт. Согласно многим концептуальным положениям гуманистической, экзистенциальной и трансперсональной психологии (К.Юнг, А.Маслоу, К.Роджерс, Р.Ассаджиоли, И.Ялом), процесс развития индивидуума есть постоянное движение с одного уровня развития сознания на следующий. Этот процесс идет неравномерно.

Есть периоды, когда все спокойно и понятно. Если представить метафору человеческой жизни как прохождение снизу вверх по многоэтажному зданию, то, приблизительно, это будет выглядеть следующим образом. Человек находится на первом этаже, он там живет. Со временем ему становится там все понятно, привычно, не опасно, знакомо и т.п. То есть он может по этому этажу ходить с закрытыми глазами. Так как согласно гуманистической психологии индивидуум находится в постоянном развитии, то человеку, говоря простым языком, становится скучно, «хочется чего-то нового», и человек начинает медленно подниматься в воздухе к потолку. Вначале он не замечает своего подъема, все как всегда, сегодня, как вчера, но в какой-то момент, он вдруг обнаруживает, что упирается головой в потолок. И мгновенно возникают вопросы: где я, кто я, зачем я здесь, как я здесь оказался, что делать дальше. То есть возникают классические экзистенциальные вопросы, на которые каждый должен сам искать ответы (другого варианта просто не существует в природе). И в этот момент человек понимает, что потолок надо пробить головой, это может быть больно. Но всегда есть выбор: двигаться дальше (страшно, неизвестно, интересно, ново) или вернуться назад (не опасно, знакомо, привычно, понятно, не больно, но скучно).

Проблемы экзистенциального ядра личностью разрешаются на каком-то этапе и в каком-то приближении, но, в сущности, они неразрешимы, это проблемы абсурда человеческого существования — великой тоски бытия.

Человек мало обращается в духовные области потому, что он сталкивается с экзистенциальными проблемами. Когда он их разрешает, некоторым образом структурируя пустоту, понимает, что сделал нечто важное для себя. Но затем оказывается, что колосс на глиняных

ногах и опять то, что казалось незыблемым, понятным, рушится, и опять пустота и тошнота.

Проблемы экзистенции сами по себе абсурдны и неразрешимы в пределах Логоса. В этом смысле духовное Эго всегда является попыткой превозмочь абсурд.

Одновременно мы должны хорошо представлять, что часто не только малые группы, но и целые страты населения вовлечены в духовный поиск и именно духовная идентификация является основным интегративным образованием и смыслодеятельностным содержанием активности. Мне иногда кажется, что человечество есть нечто, что хочет найти предел и смысл и миллиарды людей вопиют о понимании.

И вроде бы экзистенциальные проблемы разрешаются во время пиковых, запредельных, сакральных, нуминозных переживаний, имеющих глубоко интимный, непередаваемый характер, но и их смыывают воды реки жизни, и стоишь ты нагой перед бытием.

У личности в духовном Эго существует огромное количество смыслов, которые касаются духовного совершенства и самосовершенствования. Вне сомнения, человеческая этика, моральные ценности, представления о добре и зле как высших категориях о бытии в мире, находятся в «Я»-духовном. Моральные ценности ориентируют человека в его чувствах, мышлении и поведении. Духовные ценности направляют, корректируют волеизъявление человека.

Мы не согласны с тем, что мораль едина.

Вне сомнения, многие моральные ценности и требования являются универсальными. В этом смысле христианские добродетели, кодекс строителя коммунизма, суфийский тарикат, билль о правах человека, дхарма буддизма имеют много общего.

У исследователя может возникнуть ощущение, что государственная, соци-

альная и духовная мораль опираются на общие представления о добродетельном, правильном, достойном и базовые моральные ценности являются общераспространенными среди людей.

Но это ошибочное ощущение. Вне сомнения, существует феномен **морали как манифестации**, императивов скрижалей, благого пожелания. Эта манифестация сводится к системе базовых норм нравственности, общечеловеческих ценностей. И вроде бы в любой морали правда выступает несомненной положительной ценностью, ложь — несомненно отрицательной и призыв «Не лги», не лжесвидетельствуй, выглядят онтологической данностью. Ценность равенства утверждается в золотом правиле, ценность милосердия — в заповеди христианской, мусульманской любви (любящая доброта — Метта — является высшим достижением — «драгоценным состоянием сознания» в буддизме) и т.д.

И вроде бы все правильно — личности остается только усвоить и осознать любую базовую моральную ценность как нравственную и должную к исполнению.

Но мы не сталкиваемся в жизни с людьми, которые живут в правде, а тот, которому «Правду было говорить легко и приятно», был распят. И жизнь нам говорит, что мы не равны ни в биологической, ни экономической, ни социальной, ни духовных ипостасях... С другой стороны — есть четкая состыковка между нравственными ценностями личности и **социальной морали как манифестации**.

Когда некоторые общественные моральные ценности имеют свои явные императивные продолжения в структуре духовного Эго, тогда мы имеем дело с реальностью **демонстративной нравственности личности**.

Вне сомнения, она более диффузна, аморфна, но некоторые табу являются жесткими, однозначными. Это проис-

ходит в том случае, когда интроецированные общественные ценности приняты личностью как свое моральное должествование.

В демонстративной нравственности моральные ценности не просто провозглашаются, они всегда провозглашаются еще и в такой форме, которая указывает на необходимость их практически воплощения в поведении, действиях, эмоциональном реагировании. Это провозглашение всегда связано с реальной жизненной ситуацией, со степенью значимости социального окружения, которое является не только носителем нравственных цензоров, но и моральной распушенности. В этом слое Духовного Эго мало императивных нравственных ценностей. Их обязательность условна.

Демонстративная нравственность личности это уже достаточно гибкие контексты между крайностями морально — аморально, добро и зло. Именно она закладывает необходимость следования нормам в соответствии с условиями жизни, реальными социальными запросами и ожиданиями.

Следование моральным ценностям воспринимается человеком как долг. Но этот долг всегда является игрой между внутренними укорененными моральными табу и общественными моральными законами. Но сама игра всегда находится в некотором пространстве между добром и злом, где рамки туманны.

И если добро есть свет, а зло темень, то пространство между ними не серо — оно сияет возможными красками человеческого бытия. Может, оно и есть реальное бытие в мире моральных ценностей.

Ядром человеческой морали является **реальная нравственность** личности. В этом пространстве духовного Эго есть свобода во взаимодействии, оценке, интерпретации ценностей **социальной морали как манифестации** и **демонстративной нравственности** личности. Здесь мы можем столкнуться с моральной индиф-

ферентностью, когда личность не принимает никаких моральных ориентиров. На обыденном языке мы говорим об отсутствии совести. И тогда — все ложно и все позволено — мир свободной воли без морального табу..

В реальной нравственности человек интуитивно знает, в чем состоит его благо. Его задача — все время слушать этот голос миссии и не уклоняться от него. В высших проявлениях это путь просветленного или мудреца, когда реализация собственного блага как следствие приводит к благу других людей.

Здесь же мы сталкиваемся с долгом как священной обязанностью перед миром, людьми, перед собой. И здесь же высшие чувства, связанные с неисполнением долга — стыд, чувство вины, укор и муки совести и экзистенциальная тоска.

Именно в реальной нравственности личности существует совесть как мощный внутренний контролер.

Совесть — это принятие ответственности за свои поступки, мысли, желания.

Совесть — это открытое осознание и переживание того, что ты **сделал в жизни** и что **был должен**. И открываются врата ада, когда разрыв между ними велик.

В «Я»-духовном находится то, что мы обозначаем как религиозные идентификации (я — буддист, я — православный, я — мусульманин, я — кришнаит, я — иудаист и т.д.). В этом смысле идентификации больше проявляют социально-психологический и общественный смысл. Мы должны признать, что по качеству, содержанию, функциям эти идентификации не отличаются от аналогов — материалист, идеалист, младогегельянец или ницшеанец.

В духовном «Я» существуют представления о духовном пути, огромное количество духовных психопрактик, которые потенциально могут стать неотъемлемой частью личности и группы. Все, что касается трансцендирования

«Я»-социального и «Я»-материального, по праву принадлежит «Я»-духовному.

Интенсивные интегративные психотехнологии, которые являются психологическими практиками работы человека над собой, в основном и имеют фокусированность на духовное Эго. При этом технос мы рассматриваем не столько как умение или навык, сколько как искусство, мастерство. Искусство в понимании Л.С.Выготского, который в ранних работах рассматривал его как практику духовной работы человека над собой.

Завершая изложение содержания Эго духовного, мне в качестве перехода к следующим разделам статьи хочется

напомнить читателям, что психология изначально была дисциплиной духовного опыта, психологией практик духовной работы. И если психология не хочет стать закрытой, если психологи не хотят стать социально невостребованной группой людей, разговаривающих на своем профессиональном птичьем языке, психология должна возвратиться себе духовное лицо, духовное содержание. Пора вспомнить, что человек, вскрикнувший «Бог умер», был душевнобольным.

Для того чтобы более четко обозначить наше представление о структуре персоны, нарисуем таблицу.

Таблица 1. Структура Эго

Я-демонстративное материальное	Я-демонстративное социальное	Я-демонстративное духовное
Я-реальное материальное	Я-реальное социальное	Я-реальное духовное
Я-потенциальное материальное	Я-потенциальное социальное	Я-потенциальное духовное

1.4. Демонстративное Эго

Странно, но, к сожалению, мы знаем других только на этом уровне.

Мы знаем других как демонстрацию кого-то: в материальном, социальном и духовном. Демонстративное Эго решает базовую проблему адаптации в социуме и к конкретной группе, сообществу, страте, динамическим параметрам среды.

Именно на уровне демонстративного Эго происходит предельная соотносительность личности с социальной и биологической средой, формирование новых смыслообразующих концептов, изменение определенных поведенческих паттернов и создание новых, выработка коммуникативных навыков. Лично-

стная психологическая задача — демонстрация и самоутверждение «Себя — для других». Насколько я понимаю — часто именно «Эго-демонстративное» и является смыслообразующим, интегрирующим ядром активности личности.

В психологической литературе демонстративность часто ассоциируют с Масками или экзальтированностью, или лживостью.

На наш взгляд, «Эго — демонстративное» является регулятивным механизмом любой здоровой личности, так как создает «социальную кожу» личности, позволяющую сохранить ее целостность и адекватность, внутреннюю непротиворечивость. Формирование «Эго — демонстративного» рождает пер-

сональный уровень развития сознания, когда появляется четкое Я как выделение себя из среды, биологической и социальной массы. Существует русское понятие парсуна — портрет. Именно «Эго — демонстративное» позволяет нарисовать этот портрет не только для других, но и для себя как способ манифестации другим. Этот конструкт рождает, сопровождает и позволяет быть субъектности как таковой, отделенности, индивидуации, сепарации от внешней среды — материальной, социальной и духовной. Демонстративное Эго обеспечивает этап становления взрослой социальной личности и позволяет ее целостное функционирование и высокий уровень социально-психологической адаптации в обществе.

В современных условиях, когда преобладающим типом личности (если не есть, то будет в России) является личность с рыночной ориентацией, актуальность демонстративного Эго неизменно возрастает.

Следует признать, что сегодня в России мы становимся свидетелями становления нового типа рынка — рынка личностей, то есть в товар превращается сам человек, сама личность.

Личность при этом не теряет индивидуальные качества, но ей приходится тонко рефлексировать потребности социальных сообществ и демонстрировать качества, которые востребованы миром людей. В потребительском мире, ориентированном на обладание, на «иметь», личность всегда была предметом, объектом меновой стоимости. Но разве была другая правда в развитии социальных сообществ и их взаимодействии с личностью?

Любое социальное сообщество живет за счет утилизации энергии и способностей своих членов.

Любая личность живет за счет энергии сообщества, превращенной в деньги, товары, услуги. В этой ситуации наиболее универсальная и творчески насы-

щенная модель Демонстративного Эго может преуспевать, играя на заказ любую роль в динамичном обществе, и умение быстро переквалифицироваться в рыночных условиях является не только признаком гибкости характера и способности к самосовершенствованию, но и важным качеством социальной адаптивности. Вне сомнения, Демонстративное Эго является системой масок, востребованных и диктуемых социумом и в соответствии с его правилами игры. Я абсолютно уверен, что требование динамизма по отношению к Демонстративному Эго способствует развитию и обогащению внутреннего мира играющего и внимающего игре в социальной реальности. При этом у личности ярко выраженный интерес экспансивного доминирования, который и является основой и стимулом для смены имиджа, «перерисовывания» парсуны. Хотим мы того или нет, но мы вынуждены признать, что успех человека в современных социальных условиях во многом зависит от гибкости демонстративного Эго, которая обеспечивается витальностью и выраженной трансформационной тенденцией.

Реализация Демонстративного Эго приводит не только к тому, что мы кажемся другим — ношение маски приводит к тому, что мы становимся другим, изменяя свое внутреннее содержание.

После общей характеристики демонстративного мы можем проанализировать частные его проявления на материальном, социальном и духовном уровнях.

Я-демонстративное материальное реализовывается через нашу репрезентацию в социуме телесности и вещной структуры эго. Выше мы достаточно подробно описали структуру материального Эго. Однако в рамках нашего психологического исследования недостаточно ограничиваться структурным описанием. Выше мы уже пытались вскрыть механизмы поглощения мате-

риальной идентификации целостного мирозерцания, когда материальное Эго полностью «поглощает» сознание личности и становится стержнем самосознания.

Мы можем как угодно долго критиковать эту жизненную позицию, но следует предельно четко осознавать, что не существует фроммовской оппозиции «иметь — быть» в качестве аксиомы, а на уровне Я-демонстративного материального «иметь» и является способом «быть» не только перед «другим», «другими», но и самим собой. При всей очевидной реалистичности и достоверности этого тезиса, на мой взгляд, необходимо остановиться на нем специально, поскольку он является распространенным в современном российском обществе, да и не только российском.

Вне сомнения, величина (территория) материального Эго, его качество и монетарная ценность могут не всегда являться свидетельством конструктивных и социально полезных действий личности. В источнике накопления (особенно крупного и ценного) лежит обман, начиная от прямого воровства и мошенничества и заканчивая косвенным присвоением или прямой экспроприацией чужого капитала.

По отношению к обществу и населению активность по расширению материального Эго может быть и деструктивная (например, легальное производство и сбыт оружия, огромного количества псевдомедикаментозных веществ, внедрение вредных токсичных технологий, табачной и алкогольной продукции), но хорошо вписывающаяся как в потребностную сферу групп населения, так и самого государства как способ получения сверхприбылей. Здесь мы встречаемся с ярким примером моральной индифферентности государства.

Но, несмотря на способ и нравственные оценки накопления и обогащения, в основе лежит достаточно примитивный механизм личности на уровне Я-де-

монстративного материального: обладание выражает стремление личности в признании. Неважно, чем, то ли свежескрашенным забором на даче, новым бантиком за 10 рублей или домом за 5 млн. долларов или новой прической. Важен отклик в социальном поле.

Во многих смыслах объем и структура Эго-материального демонстративного является выражением конъюнктурной адаптивности личности. Человека любая система оценивает и поощряет не за личностные качества, не за интеллектуальные способности, не за труд, а исходит из социальной конъюнктуры его активности, за ее коммерческую стоимость. Миллионная армия современной российской интеллигенции хорошо представляет, что такое конъюнктурная оценка деятельности человека. Когда вспоминаю о профессорах своего факультета, вынужденных «пахать» все лето на даче, выращивая картошку и овощи, чтобы прокормить семью или унижаться, зарабатывая крохи на пяти подработках, мне становится стыдно за этот бесстыдно монетарный, конъюнктурный подход к человеку. Думаю, что это новое социально-психологическое зло еще только наращивает силы.

Тело, которое является для основной массы людей центром Эго, является стержневым способом его манифестации в социальной среде. Не только в пубертате и в юношеском возрасте, но на протяжении всего жизненного цикла, тело выступает в Я-демонстративном — материальном качестве основного объекта презентации. Оно является объектом обладания и демонстрации.

На современном рынке существует не только ярко выраженная коммерциализация самовыражения человека, нацеленного лишь на «продаваемость» и социальный заказ на уровне реализации общественных ролей и статусов. Тело, его качества, стали так же коммерческой ценностью. Я не говорю о проституции открытой. Звучит плохо, но суще-

ствуется проституция скрытая. Человек демонстрирует свое тело перед другими и его качества (силу, форму, состояние и др.) в надежде на позитивную его конъюнктурную оценку.

Что касается **«Я-демонстративного социального»**, то общество оценивает не столько добросовестное выполнение статусов и ролей, а сколько конъюнктурную значимость. Видимо по этой причине нищета представителей гуманитаристических профессий (учителей, врачей, преподавателей вузов) стали для нас привычными.

Мы не хотим принижать демонстративную роль социального эго. Позиция «что изволите», гибкость в трансформации демонстративных качеств на самом деле является эффективным способом адаптации в «транзитивном обществе».

Вне сомнения, хамелеоны социального демонстративного всегда могут рассчитывать на существенные материальные блага.

Но все равно грустно, что оцениваются не качества личности, не гуманистические устремления, не высшие духовные достижения и интеллектуальные прозрения, то, что вроде составляет полноценную человеческую жизнь, а способность чувствовать конъюнктурные ветра в социальном пространстве.

Я-демонстративное духовное, с одной стороны, вроде бы должно быть проявлением глубоко пережитого смысла жизни, экзистенциальных ценностей, подлинной любви, мышления, творчества. С другой — мне почему-то вспоминаются бывшие коммунисты, стоящие у алтаря с благостными лицами со свечами и целующие руки батюшке...

Помните, как Есенина «...как прыщавой курсистке, длинноволосый урод, читает про миры, половой истекая истомою...»

И в этот момент я понимаю, что даже духовное часто конъюнктурно и крест на груди или золотой на масштабном животе часто не отражает истинно-

го содержания, но является адаптивной демонстрацией. Российское православное христианство в последнее столетие было проблемой для государственной политики и стало предметом репрессии. Вера в Бога трансформировалась в веру светлые идеалы коммунизма, знание приняло картезианский облик, мистический опыт стал патологичным, наука стала фундаментом мировоззрения, образом жизни и основой всех форм производственной и общественной деятельности.

Религия и наука, церковь и государство, в Советском Союзе были строго дифференцированы и составляли две параллельные реальности, два способа существования и мировосприятия. Начиная с тридцатых годов, государство строителей коммунизма с научным материализмом окончательно взяла верх над всеми формами религиозности.

Попытка возродить религиозность как духовность на постсоветском пространстве через восстановление церквей и демонстрации руководящих кадров своей православной (или какой-то другой — мусульманской, католической, буддийской...) конфессиональной принадлежности во многом не имеет смысла. «Лазарь не встает». Религиозные системы, независимо от конфессии, эзотерической или профанической принадлежности, давно потеряли метафизический смысл.

Следует признать, что возрождение религиозности выродилось в государственную официально почитаемую «традицию». Те же люди, кто сидел в президиумах на партийных собраниях, сейчас на церковных службах занимают почетные места и с теми же лицами держат свечи как партийный мандат.

2. Среда — многозначность материального

В силу ограниченности статьи из интeрперсоны — форм социального соз-

нения и бессознательного и их реализации на уровне материальных, социальных и духовных носителей мы в основном остановимся на некоторых тезисных рассуждениях.

Мы можем в интерперсоне вычленивать два базовых слоя: групповое сознание и групповое бессознательное. Сами обозначения этих слоев неоднозначны и требуют дополнительного анализа и описания. Я не могу сказать — определения, так объекты такого уровня сложности, на мой взгляд, вообще не определяемы. Понимание интерперсоны в этой работе относится к метатеории, а не к теории. Если групповое сознание в материальном, социальном мы можем конкретизировать реальные объекты и в некотором приближении строить теоретические построения, то групповое духовное сознание уже мало эксплицируемо на уровне внятного объяснения.

Особенно это касается группового бессознательного.

Читателям более понятна категория «коллективного бессознательного» К.Г.Юнга. Понятно, наверно, слишком оптимистично сказано. Правильнее — более часто употребляемое понятие в психологии — коллективное бессознательное.

На мой взгляд, прилагательное коллективное в этом словосочетании давно требует основательной ревизии. Понятно, что архетип является неведомым психическим феноменом, но не менее таинственным является коллектив.

Коллектив — группа объединенных общими целями и задачами людей, достигшая в процессе социально ценной совместной деятельности высокого уровня развития. Само происхождение понятия коллектив уже включает или идеальный посыл — как социальной среды, в котором человеческое существование было бы совершенным или — воспоминание-тоска по обезличенно-

сти, безответственности и слияния с группой.

И в первой, и второй версии есть множество дополнительных модальностей и вторичных бонусов для индивидуумов.

Как невозможно сколько-нибудь удовлетворительно перевести содержание архетипического образа на язык мышления, так и трудно описать понятие коллектива, так как нам все время приходится фантазировать, мечтать, впадать в ересь воспоминания о Золотом веке или первобытном коммунизме. За 48 лет мне не удалось познакомиться ни с одним коллективом в реальности социальной жизни.

Коллектив это нечто, что нельзя пережить. Можно придумать, можно построить теорию, даже защитить докторскую диссертацию по психологии или лучше по педагогике. Меня всегда поражали такие научные работы, когда объект фантамен, и вроде бы попытка описать его на основе собственного психического опыта пахнет шизофренией, но существует экспериментальная стратегия, статистика и как бы объект и предмет. Несмотря все наше коллективистское желание, индивидуальная позиция каждой отдельной личности зависит от меры значимости для нее групповой деятельности. В связи с этим тезис о том, что в группах высокого уровня развития, то есть коллективах, цель совместной деятельности принимается всеми членами как своя собственная, выглядит достаточно абсурдным. Всегда существует проблема о мере принятия этой цели каждой личностью в отдельности.

Возможная реальность коллектива, опираясь на данные сравнительных исследований и метафор групповой динамики, обрастает цепью ассоциаций, аргументов, окружающих собой воображаемый образ высшей стадии развития социальной общности.

И потому мне не хочется использовать словосочетание «коллективное бес-

сознательное» как галлюцинации в галлюцинации.

Я, вне сомнения, мог бы еще несколько страниц написать о понимании коллектива в советской и российской социальной психологии и показать, что я разбираюсь в этой теме. Но мне кажется, что пора уже увидеть — «король то голый», и не было никакого коллектива как социальной общности, нет его, да и не будет в ближайшее некоммунистическое будущее.

В качестве более адекватной замены мы бы могли предложить понятие группового бессознательного, но такая замена вызовет огромное количество толкований самого противоречивого характера, благо разночтений этого понятия уже множество.

И потому мы хотим ввести понятие интрперсонального бессознательного, заранее уточнив его содержание и объем.

Во-первых, что интерперсональное является фактом проживания индивидуальным свободным сознанием всего эволюционного опыта человечества.

Во-вторых, в интерперсональное включается весь опыт архаического, начиная от ранних языческих и шаманских традиций, заканчивая последними моделями Вселенной на языке физики и астрономии, хотя, если признать честно, трудно увидеть разницу между мистическим опытом древних и новейшими научными открытиями.

В-третьих, в интерперсональное включается огромное количество методов и техник, которые приводят человека в понимание целостности, или в самую целостность, если повезет или велико у человека намерение.

После этих замечаний, мне хочется раскрыть само содержание интерперсоны.

2.1. Интерперсона материальная

При первом приближении мы обозначили интерперсону материальную

как предметно материальное оформление социальных статусов и ролей, предметно материальное оформление социальных статусов и ролей. Вне сомнения, такое определение является чрезвычайно суженным и скудным.

Если мы определим интерперсону материальную как предметную бытийную среду существования человечества, то это будет ближе к правде. В этой среде в качестве субъектов выступают не отдельные индивиды, но социальные сообщества. В широком понимании она объединяет по признаку материального существования все бесконечное многообразие вещей, явлений, предметов, процессов, их свойств, связей и отношений.

В философской традиции эта среда дифференцируется на бытие вещей, процессов, состояний природы, бытие природы как целого и бытие вещей, процессов, произведенных человеком.

Мы можем выделить три слоя интерперсонального — материального:

Первый слой — **измененная природа**.

Природа, ее вещи, процессы, состояния, ее целостность существовала до определенного момента совершенно независимо от сознания человека, независимо от его воли и субъективных желаний, но в настоящий момент, на наш взгляд, мы имеем реальность обусловленную сознанием человека природы. Это коренное, постоянное отличие природы Земли как особой формы бытия на современном этапе развития человечества.

Современная природа является реальностью особого рода как взаимодействие или со-бытие с интерперсональным субъектом, носителем которого выступает человечество 21 столетия. Она во многом сохраняет качество объективной и первичной реальности в том смысле, что интерперсональному субъекту позволено быть и существовать благодаря непреходящей природе. Но уже возникла странная и казусная си-

туация — Гея уже во власти (предельной) человека. В 21 веке на Земле уже танцуют двое Великих — Природа и Сознание. Пока еще туманны перспективы, не так часто гармония, рвана мелодия, но уже танцуется. В этом танце мало взаимопонимания и танцоры больно наступают друг-другу на ноги. Иногда он выглядит нелепым и абсурдным по содержанию вызываемых реакций, но танец уже происходит и силы равны, хотя опыт и мастерство несравнимы.

Второй слой — **сотворенная материальная среда**.

Следует отметить, что бытие человека в мире сотворенных вещей является основным средовым фактором его жизни и базовым структурным компонентом интерперсонального материального. Основная масса людей рождается, социализируется и умирает в среде интерперсонального материального в ее сотворенной форме (дома, улицы, парки, заводы, города, поселки...). Оно представляет высшее проявление неудовлетворенности человеком чистыми дарами природы. Интерперсональное материальное — продукт интеграции человеческого труда с веществом природы, бытие специфически человеческое в искусственной среде сотворенно-го сознанием и энергией человека.

В этой среде чрезвычайно важную функцию выполняют «вещи — орудия», с помощью которых люди оказывают воздействие на окружающий их реальный мир и преобразуют его. С их помощью люди осуществляют адаптивную деятельность, приспособляясь к среде путем ее вещественно-энергетической переделки, целенаправленной трансформации в новые вещи, более рационально, экономично и прагматично удовлетворяющие их потребности.

Третий слой — **символьно-образно-знаковая информационная среда**.

Этот слой является материализацией в словах, звуках, знаках естественно-го и искусственного языков. Материаль-

ные «носители» этого уровня интерперсонального — это материальные предметы и процессы (книги, схемы, чертежи, формулы, картины, проекты, аудио и видео носители и др.). Они выполняют функцию не непосредственного изменения реальности, а изменению наших представлений о мире. Они воздействуют на наше сознание, стремления, мотивационную структуру, цели, и выполняют не только функцию социализации, формируют систему знаний, умений и навыков, но реализуют координационную функцию личности и социальных сообществ. Этот слой воплощает в себе различные коды информации, служит средством ее хранения, накопления, передачи. В некотором смысле это **символьно-образно-знаковая память человечества**, больших и малых социальных сообществ, которая является материальным проводником, хранителем и ретранслятором смыслов.

В конце 20-го, в начале 21 века возникла идеальная форма третьего слоя — система всемирной паутины — «Интернет».

При анализе всех трех слоев мы можем обнаружить достаточно странную закономерность — восхождение человека от одного слоя к другому и обживание новых слоев интерперсонального как сред существования. Собственно, живущих в условиях первой среды уже встречается чрезвычайно мало. Второй слой является базовым для всех малых и больших городов, формирующих даже свою экологическую нишу со значимой разницей в температуре окружающей среды, содержанием газов в воздухе, со световым и звуковым наполнением и т.д. В 21 веке появились жильцы третьего слоя — которые основное время проводят в сети и там же удовлетворяют свои базовые потребности.

Если первый слой является энергетической и вещной базой, а вещи второго слоя служат прямым орудием адаптации, то третий слой, обеспечивает це-

ленаправленность человеческой деятельности как на уровне индивидуальности, так и общностей различного масштаба и сложностей. Механическая структурная мозаика людей и сред трех слоев не создает целостное системное образование — интерперсональное материальное. Для его существования необходимо сложная интегрирующая совокупность внутренних связей между всеми тремя слоями.

Роль и место человека как элемента среды зависит от присваиваемых ему функций.

На уровне первого слоя человек является сущностно животным предметом, выступающим в качестве или самки, или самца, или пищи или части стадного сообщества, находящимся в иерархии подавления-подчинения-доминирования-конкуренции над пищевыми ресурсами и ресурсами воспроизводства.

На уровне второго слоя функции людей в качестве предметов среды обеспечиваются достаточно устойчивыми, воспроизводимыми связями и отношениями, которые обозначаются общественными. Значимость людей как предметов социального пространства зависит от выполнения разделенных в процессе общественной деятельности функций, а так же местом при разделении совместно созданных результатов человеческой активности: готовых продуктов и средств их создания.

Если в первом слое важны биологические переменные, во втором — социальные характеристики личности, то в третьем слое человек становится больше символической и условной предметной реальностью.

Всемирная паутина не только сформировала всеединство потребителей, но и логически завершила процесс нивелировки индивидуального начала человека и превращение его в символический коммуникативный предмет. Возникла трудно определяемая (не определяемая вообще фактически) общность людей с Никами вместо имен и названиями почтовых ящиков в сети. В пике третьего слоя человек распределен, физически не является собой, индивидом, личностью. Он является абстрактным представителем компьютерной сетевой общности, его потребителем, коммуникатором и энергетической средой.

Завершен процесс отрыва человека от физически и социально репрезентированной среды. Не стало человека с реальными качествами и индивидуальными особенностями. Он стал ограниченной и стереотипизированной абстракцией, символом, образом, знаком.

Но именно этот способ впервые стал возможным способом существования вне времени, пространства и групповой идентифицированности.

Впервые Эго стало абстракцией.

Kozlov V.V. (Yaroslav). Personality and Environment: from Body to Symbol

The article describes the structure of personality from the point of view of integrative psychology, discusses the problem of demonstrative Ego and analyzes the concept of «interpersonal» as environment for personality's functioning and realization.

Keywords: personality, consciousness, material, social, spiritual, realization, interpersonal, demonstrative.

Мазилев В.А., Ярославль

МЕТОДОЛОГИЯ ПСИХОЛОГИИ, МЕЖДИСЦИПЛИНАРНЫЕ СВЯЗИ И ПРЕДМЕТ ПСИХОЛОГИИ *

В статье анализируются классификации наук и место, которое в них занимает психология.

Рассматриваются особенности междисциплинарных исследований в современной психологии. Анализируются трудности на пути междисциплинарных исследований, в частности, опасность редукционизма.

Ключевые слова: психология, классификация наук, психологизм, междисциплинарные исследования, редукционизм, предмет психологии

Развитие науки, как хорошо известно, представляет собой сложный процесс, включающий в себя и дифференциацию, и интеграцию знания. В настоящее время насчитывается большое количество самостоятельных научных дисциплин. От того, какое место занимает психология в системе наук, в большой степени зависит решение двух очень важных вопросов:

1) что психология может дать другим наукам;

2) в какой степени психология может использовать результаты исследований в других науках.

Первые классификации наук появились уже в античности. Насколько можно судить, одной из первых попыток разделения знания явилась классификация Платона. Он разделял все знание на диалектику, физику и этику. Классификация Платона представляет сегодня интерес чисто исторический, чего нельзя сказать о попытке квалифицировать учение о душе, предпринятой Аристотелем. Она, как и многое, написанное Великим Стагиритом, выглядит совершенно современной: утверждается, что душу можно рассматривать с точки зрения как биологической (с точки зрения рассуждающего о природе), так и философской (с точки зрения диалектика): «Однако рассуждающий о природе и диалектик по-разному

определили бы каждое из этих состояний души, например, что такое гнев. А именно: диалектик определил гнев как стремление отомстить за оскорбление или что-нибудь в этом роде; рассуждающий же о природе — как кипение крови или жара около сердца. Последний приводит в объяснение материя, первый — форму и сущность, выраженную в определении (logos)» (Аристотель, 1975, т. 1, 403-а, 27–403-б, 1). «Мы сказали, что состояния души неотделимы от природной материи живых существ так, как неотделимы от тела отвага и страх» (Аристотель, 1975, т. 1, 403-б, 16–17). Таким образом, если бы Аристотелю пришлось относить психологию (напомним, психологии в то время не существовало, как не было и самого термина, Аристотель говорил об учении о душе — *logos peri psiche*) к какой-то группе дисциплин, то по всей вероятности решение было бы двойственным — она относится одновременно и к биологическим, и к философским дисциплинам. К сожалению, нет возможности в настоящей работе проследить эволюцию представлений о классификации наук и месте психологии внутри этой классификации. Отметим только, что это весьма интересный и перспективный сюжет. Поэтому перенесем сразу в XIX век.

* Работа выполнена при поддержке РФФИ, грант 09-06-00442.

В XIX столетии большой популярностью пользовалась классификация наук, разработанная создателем философии позитивизма, французским ученым Огюстом Контом (1798–1857). В классификации Конта психологии вообще места не нашлось. Отец позитивизма полагал, что психология не стала еще положительной наукой, а находится (согласно закону трех стадий) на метафизической ступени. Для первой половины XIX столетия эта констатация была в целом справедливой, хотя попытка заменить психологию френологией воспринимается как исторический курьез. Обратим внимание на следующий факт. Фридрих Эдуард Бенекке (1798–1854), немецкий психолог и философ, ныне практически забытый, утверждал, что вся философия должна основываться на эмпирической психологии. Близких взглядов придерживался и Вундт, полагавший, что психология имеет уникальный предмет — это единственная наука, изучающая непосредственный опыт субъекта, поэтому именно она должна лежать в основе научного знания. Такого рода позиция получила название психологизм. Психологизм в конце XIX столетия был подвергнут резкой критике со стороны, в частности, таких выдающихся представителей психологической науки как Уильям Джемс, Гуго Мюнстерберг, Вильям Штерн.

С тех пор многое изменилось: психология выделилась в самостоятельную науку, в значительной степени стала «положительной». Классификации наук и впоследствии составлялись неоднократно. При этом почти все авторы недвусмысленно указывали на особое, центральное положение психологии среди других наук. Многие известные психологи высказывали мысли о том, что психология в будущем займет ведущее место в структуре человеческого знания, что психология должна явиться основой для наук о духе.

Классификации наук разрабатывались и в XX столетии. Одной из наиболее

популярных явилась классификация наук, разработанная отечественным философом и науковедом Б. М. Кедровым (1903–1985). Согласно Кедрову, классификация наук имеет нелинейный характер. Кедров выделяет три группы научных дисциплин: естественные, социальные и философские. Схематически это можно представить в виде треугольника, вершины которого соответствуют естественным (верхняя), социальным (левая) и философским (правая). Психология имеет тесные связи со всеми тремя группами наук, поэтому располагается внутри треугольника. Расположение психологии внутри треугольника не симметрично по отношению к его вершинам, а смещено в сторону философских наук, так как человеческое мышление (один из существенных разделов психологии) изучается не только психологией, но и философией и логикой. Психология, таким образом, имеет связи со всеми группами научных дисциплин, причем наиболее тесные с философией.

Несколько по-иному подошел к вопросу об определении места психологии в системе наук выдающийся швейцарский психолог Жан Пиаже (1896–1980). Традиционно вопрос о связи психологии с другими науками рассматривали в аспекте того, что психология может получить от других наук. Такая постановка вопроса была логичной, поскольку психология одна из самых молодых наук («математика существует уже 25 веков, а психология едва один век!» (Пиаже, 1969, с. 128)). В докладе на XVIII Международном психологическом конгрессе (1966 год, Москва) Пиаже поставил вопрос в ином «направлении»: что может дать психология другим наукам?

Ответ Пиаже знаменателен: «Психология занимает центральное место не только как продукт всех других наук, но и как возможный источник объяснения их формирования и развития». Пиаже отмечает, что испытывает чувство гордости по поводу того, что психология занимает ключевую позицию в системе наук. «С

одной стороны, психология зависит от всех других наук и видит в психологической жизни результат психохимических, биологических, социальных, лингвистических, экономических и других факторов, которые изучаются всеми науками, занимающимися объектами внешнего мира. Но, с другой стороны, ни одна из этих наук не возможна без логико-математической координации, которая выражает структуру реальности, но овладение которой возможно только через воздействие организма на объекты, и только психология позволяет изучить эту деятельность в ее развитии» (Пиаже, 1969, с. 152). Плодотворное будущее психологии он видит в развертывании междисциплинарных связей.

В настоящей статье мы не станем обсуждать важный и чрезвычайно интересный вопрос об основаниях классификации научных дисциплин. Он заслуживает специального анализа. Как известно, и классификация Пиаже и классификация Кедрова подвергались критике, причем критике подвергались в первую очередь основания классификации и последовательность в их реализации (см. Роговин, 1969; Пиаже, 1969 и др.). Обратим внимание на глубокий и пронизательный вывод выдающегося швейцарского психолога: «Несколько лет назад, во время одной дружеской беседы в Академии наук в Москве, Кедров сделал глубокое замечание, над которым я очень много размышлял: «У вас есть тенденция психологизировать эпистемологию, тогда как мы склонны, наоборот, эпистемологизировать психологию». Он был прав, подчеркивая эту двойственность тенденций, но я все более и более убеждаюсь в том, что как одна, так и другая тенденция имеют законные основания для существования, и они даже необходимо дополняют друг друга» (Пиаже, 1969, с. 154).

Б.Г.Ананьев в работе «Человек как предмет познания» рассмотрел связи психологии с другими научными дисциплинами. Анализ этих связей в рамках

разработанной Ананьевым концепции комплексного человекознания позволил сделать вывод, что психология синтезирует достижения других наук (Ананьев, 1969). Известный отечественный психолог Б.Ф.Ломов в книге «Методологические и теоретические проблемы психологии» отмечал: «Важнейшая функция психологии в общей системе научного знания состоит в том, что она, синтезируя в определенном отношении достижения ряда других областей научного знания, является интегратором всех (или во всяком случае большинства) научных дисциплин, объектом исследования которых является человек. Как отмечал Ананьев, именно в этом состоит ее историческая миссия, с этим связаны перспективы ее развития. Психология осуществляет интеграцию данных о человеке на уровне конкретно-научного знания. Более высокий уровень интеграции — это, конечно, задача философии» (Ломов, 1984, с. 19). Ломов отмечает, что взаимодействие психологии с другими науками осуществляется через отрасли психологической науки: с общественными науками через социальную психологию, с естественными — через психофизику, психофизиологию, сравнительную психологию, с медицинскими науками — через медицинскую психологию, патопсихологию, нейропсихологию и др., с педагогическими — через психологию развития, педагогическую психологию и др., с техническими — через инженерную психологию и т.д. Важным фактором дифференциации психологии являются именно отношения с другими науками (Ломов, 1984).

Сегодня, в начале второго десятилетия XXI века мы можем констатировать, что психология приобрела статус самостоятельной научной дисциплины. Хотя реально ведущего центрального положения среди других наук пока еще не получила. Сегодня приходится констатировать, что прогнозы и надежды в целом не оправдались: статус психологии вовсе не так высок, а влияние на другие дисциплины

лины не так сильно, как это следует из определения психологии как науки, имеющей особое положение среди других.

Важной событием явилась публикация статьи А.Л.Журавлева «Особенности междисциплинарных исследований в современной психологии» (Журавлев, 2007). Работа посвящена чрезвычайно актуальной методологической проблеме, так как в психологии традиционно важное место принадлежит междисциплинарным исследованиям. А.Л.Журавлев отмечает: «В настоящее время приоритетными в большой мере становятся междисциплинарные исследования, и это касается не только психологии или социо-гуманитарных наук, но и всей науки в целом» (Журавлев, 2007, с. 15). Междисциплинарные исследования имеют для психологии особое значение, так как «...сама проблема психического изначально является междисциплинарной. В ее исследовании у психологической науки нет и не может быть монополии: феномен психики по своей объективной природе предполагает междисциплинарность его изучения» (Журавлев, 2007, с. 17). Чрезвычайно актуально выделение уровней, на которых может быть реализовано междисциплинарное исследование: «В психологической науке междисциплинарность реализуется в исследованиях нескольких, как минимум, трех уровней. Первый — внутрипсихологический — подразумевает исследования тех проблем, которые возникают на границах различных психологических направлений и отраслей» (Журавлев, 2007, с. 17). В первом уровне могут быть выделены подуровни: «Внутрипсихологический уровень, в свою очередь, может быть разделен на два подуровня. Во-первых, это отраслевой, а точнее, внутриотраслевой уровень, к которому можно отнести исследования на границах разных научных разделов, направлений, проблем или тем, но внутри конкретной отрасли психологии. Во-вторых, это межотраслевой уровень исследований, сфор-

мировавшийся на границах самых разных отраслей психологии» (Журавлев, 2007, с. 18).

Второй уровень — внешнепсихологический уровень междисциплинарности подразумевает исследования, пограничные с другими науками: медициной, физиологией, техническими науками, лингвистикой, историей, экономикой, социологией, наукой управления, политологией, этнологией и т.д. (Журавлев, 2007, с. 20).

«Необходимо обратить внимание и на третий уровень междисциплинарности, имеющий некоторую специфику, характерную именно для психологии: она не только успешно функционирует на границах с другими науками, но и отдельные ее отрасли полностью «внедрились» в ряд наук, реально став их структурными составляющими и специальностями (в этом принципиальное отличие психологии). Имеются в виду следующие отрасли психологической науки: инженерная психология (психология!) как техническая специальность, клиническая психология как медицинская, социальная психология как социологическая, психофизиология как медицинская и биологическая специальность. Четыре отрасли — это, несомненно, уже закономерность, которая утвердилась в качестве таковой за последние два десятилетия. И перспектива состоит в том, что выделенная тенденция будет развиваться и нарастать» (Журавлев, 2007, с. 21).

Данный аспект важен, поскольку позволяет не только лучше понять современное состояние психологической науки, но и выстраивать перспективные прогнозы дальнейшего развития науки, важность чего переоценить невозможно.

Но исследователь делает глубокие выводы, касающиеся особой роли междисциплинарных исследований в области психологии. Междисциплинарность в психологии неизбежна, принципиально междисциплинарными, по сути, являются попытки понять природу психического. «Многочисленные попытки понять

природу психического привели к осознанию необходимости решения как минимум трех фундаментальных проблем: психофизической, психофизиологической и психосоциальной. Это же основные направления научного анализа психики, составляющие, по Б.Ф.Ломову, систему ее измерений» (Журавлев, 2007, с. 27).

«Однако с уверенностью можно утверждать, что даже решение всех трех классических для психологии проблем не приведет к полному или хотя бы приемлемому для сегодняшнего времени пониманию природы психического. С этой целью наряду с ними крайне важно разрабатывать и учитывать результаты исследования целого ряда других проблем, например: психоэволюционной, психохисторической, психогенетической, психоморфологической и т.д., содержание которых далеко не исчерпывается тремя более известными и выделенными выше проблемами. С некоторой вероятностью можно предположить, что в перспективе названные и некоторые другие (например, психохимическая) станут наиболее актуальными направлениями исследований природы психического» (Журавлев, 2007, с. 28–29).

В работе А.Л.Журавлева рассматриваются также, что очень важно, трудности и ограничения, с которыми сталкиваются междисциплинарные исследования. Может создаться впечатление, что психология «обречена» только на междисциплинарные исследования. Автор анализирует трудности и ограничения междисциплинарных исследований в области психологии. Он утверждает, что:

1. Неправомерно понимание, что междисциплинарные исследования — единственная форма исследований в психологии.

2. Неизбежны издержки, то есть негативные для психологии следствия междисциплинарных исследований (например, редукция психического к непсихическому).

3. Существуют сложности и трудности междисциплинарных исследований. «Междисциплинарные исследования всегда дают плюралистичное (в смысле множественное) знание, однако степень этой плюралистичности может быть чрезвычайно высокой, что вызывает сложности в интеграции полученного знания; междисциплинарные исследования нередко характеризуются низкой совместимостью используемых языков разных наук, а повышение уровня взаимного понимания представителей этих наук требует либо явного упрощения языков, либо занимает много времени; программы междисциплинарных исследований включают разные методы, но нередко различного уровня их разработанности, что объективно зависит от состояния конкретной науки, при этом одни методы по различным причинам становятся главными в программе, а другие — вспомогательными и т.п.; — все это приводит к получению результатов разной степени точности и надежности, и многое другое» (Журавлев, 2007, с. 32).

Таким образом, в этой статье дается глубокий методологический анализ возможностей и перспектив использования междисциплинарных исследований в современной отечественной психологии. В целом соглашаясь с выводами, полученными в исследовании А.Л.Журавлева, остановимся подробнее на одном важном методологическом моменте. А.Л.Журавлев предупреждает, что в качестве негативного следствия для психологии возможна редукция психического к непсихическому.

В своей известной статье А.В.Юревич приходит к выводу, согласно которому «возможно, психология станет похожей на естественные науки только тогда, когда основная часть психологических объяснений будет дополняться редукционистскими объяснениями, предполагающими выход при объяснении психического за пределами самого психического. Как пишет Ж.Пиаже, «психологическое объяснение обязательно предпола-

гает сведение высшего к низшему, сведение, органический характер которого обеспечивает незаменимую модель (которая может привести даже к физикализму)». Не трудно предположить, какое негодование эта мысль может вызвать у адептов так называемой гуманитарной парадигмы, но она не может не возникнуть у сторонников интеграции психологии, предполагающей «наведение мостов» между гуманитарной и естественнонаучными парадигмами» (Юревич, 2006, с. 103–104).

Прежде всего отметим, что сформулированная А. В. Юревичем позиция обладает существенной новизной, так как немногие авторы сегодня отваживаются на «оправдание» редуционизма. Представляется, что не со всеми положениями, сформулированными А. В. Юревичем, можно согласиться.

Во избежание недоразумений стоит заметить, что автор настоящих строк вовсе не считает редуционизм абсолютным злом и готов согласиться с тем, что *в некоторых случаях* он может быть полезен. Более того, автор является сторонником интеграции психологии, предполагающей «наведение мостов» между различными парадигмами в психологической науке (Козлов, 2007). Вместе с тем представить редуционизм в качестве генеральной стратегии развития психологической науки, по нашему мнению, весьма проблематично. Начнем с констатации того, что главное различие между естественнонаучной и гуманистической парадигмами заключается в том, что в них по-разному трактуется *предмет психологии*. Поэтому для того, чтобы навести мосты, необходимо не редуцировать психику к чему-то непсихическому, а напротив, разработать максимально широкое понимание предмета психологии.

Перспектива редуционистского обращения с предметом хорошо описана П. Я. Гальпериным: «Что касается самих психологов, то, представляя свой предмет недостаточно отчетливо, они сплошь и рядом в поисках будто бы собственно

психологических закономерностей уходят в сторону от цели и занимаются физиологией мозга, социологией, любой наукой, которая имеет некоторое отношение к психике. По мере выяснения этих вопросов происходит соскальзывание со своего предмета на другой предмет, тем более, что этот другой предмет обычно гораздо более ясно и отчетливо выступает и тоже имеет какое-то отношение к психологии, хотя это и не психология. А такое соскальзывание в другие области не всегда продуктивно. Каждая область выделяется потому, что в ней есть свои закономерности, своя логика. И если вы, соскальзывая в другую область, хотите сохранить логику психологического исследования, вы не сумеете ничего сделать ни в той области, куда соскользнули, ни тем более в психологии, от которой уходите. И такое соскальзывание происходит, к сожалению, очень и очень часто и ведет к непродуктивности и ложной ориентации в исследованиях: то, что подлежит изучению, остается неизученным и неосвоенным» (Гальперин, 2002, с. 39). К проблеме предмета психологии нам еще предстоит вернуться в заключительной части настоящей статьи.

Обратимся к самой процедуре редукации. Редукация, как хорошо известно, представляет собой: а) сведение более сложного к простому и б) выход за пределы объясняемой системы. Остановимся на этих двух моментах более подробно.

Сведение более сложного к простому. В психологии это должно означать сведение психологического к непсихологическому. Существенно, что сведение, редукация предполагает причинно-следственные отношения. Представляется полезным вспомнить гносеологическую характеристику причинного объяснения. Е. П. Никитин характеризует специфику причинного объяснения следующим образом: «Причинное объяснение является относительно простым видом объяснения. Оно раскрывает сущность как не-

что «пассивное», «страдательное», произведенное другим объектом. А такое исследование объекта всегда оказывается более простым, нежели анализ его собственного активного функционирования. Причинное объяснение часто исследует объект не имманентно, а «со стороны», посредством указания другого, внешнего объекта. Это происходит в тех случаях, когда объясняемый объект произведен так называемой внешней причиной. Исследование же объекта «извне», через его внешние соотношения с другими объектами, как показывает история науки, является более простым, нежели имманентное познание внутренних связей и структуры. Все эти факторы обуславливают относительно большую простоту причинного и вообще генетического объяснения...» (Никитин, 1970, с. 88–89). Таким образом, «активное функционирование объекта» не раскрывается и «имманентное познание внутренних связей и структуры» не осуществляется (что, заметим, является важнейшей задачей, в частности, психологической науки).

Выход за пределы объясняемой системы. А.В.Юревич поясняет это следующим образом: «С целью обоснования этого тезиса вновь обратимся к случаю Ньютона. Если бы он объяснял падение яблок чем-то, относящимся к самим яблокам, такое объяснение имело бы много общего с шпрангеровским «psychologica — psychological». Ботаники и любители яблок, возможно, были бы удовлетворены, но закон всемирного тяготения не был бы сформулирован. Если бы Ньютон абстрагировался от яблок, рассмотрев их как частный случай тяжелых тел, но пытался объяснить падение этих фруктов их собственными свойствами, то оказался бы на уровне объяснения, сопоставимым с тем уровнем, на котором нет грани между индивидом, группой и обществом, и все они рассматриваются как «социальные объекты», погруженные в единую систему детерминации (пример ее построения — синтетическая система каузальности, о которой пишет

У.Томас). Но и в этом случае, предполагающем выход за пределы объясняемой системы, закон всемирного тяготения не был бы открыт. Понадобился бы и еще один «выход», да такой, что первоначальный объект объяснения оказался включенным во вселенскую перспективу, где от его исходных свойств осталось немного. И именно эти «выходы», то есть поэтапное помещение объясняемого объекта во все более широкую перспективу позволило его объяснить. А если бы Ньютон объяснял падения яблок свойствами самих яблок, он бы не объяснил, почему они падают на землю (Юревич, 2006, с. 102–103).

Если обратиться к гипотетическому случаю Ньютона, то следует отметить, что великого физика, по-видимому, интересовало все же не падение *яблока*, а *падение объектов*. Падение яблока (если таковой эпизод имел место) вовсе не явилось причиной формулирования закона всемирного тяготения: Ньютон мыслил как физик в *физических категориях*. Иными словами, это было классическое проявление «галилеевского» способа мышления (К.Левин). Заметим, кстати, что выход за пределы объясняемой системы не обязательно предполагает редукцию. Более того, по-видимому, выход за пределы объясняемой системы есть признак объяснения вообще, так как экспланандум и эксплананс не совпадают: «Эксплананс по содержащейся в нем информации не должен быть тождественным экспланандуму и не должен содержать экспланандум как свою часть (если даже он и представлен в других терминах)» (Никитин, 1970, с. 36). «Эксплананс должен отображать ту же предметную область, что и экспланандум, или закономерно связанную или сходную с ней в некотором существенном отношении» (Никитин, 1970, с. 35).

Использование редукции очень часто приводит к результатам, которые мало что добавляют к уже известному, поэтому их познавательная ценность в большинстве случаев минимальна.

Е.П.Никитин приводит пример с мальчиком, который на вопрос «Почему колокола звонят на Пасху?» дал замечательный (притом вполне редукционистский) ответ-объяснение: «Потому, что их дергают за веревочки» (Никитин, 1970, с. 91).

Здесь уместно вспомнить, что объяснение имеет исключительную ценность: считается, что наука должна давать объяснения, без объяснений нет науки¹. Таким образом, «уважающая себя» наука просто обязана объяснять. Возникает искушение дать объяснение ради объяснения, чтобы оно формально присутствовало. Как говорил М.К.Мамардашвили, «explaine away» — «от-объяснить» (иными словами, не дать полноценное объяснение феномена, а «обозначить» его). Поэтому редукция зачастую представляет собой псевдообъяснение. Другой вариант редукции в объяснении приводит к тому, что Абрахам Маслоу называл, «объяснить до уничтожения». Он имел в виду так называемые «научные» объяснения, которые объясняли творчество, любовь, альтруизм и другие великие культурные, социальные и индивидуальные достижения человечества таким образом, что от этих феноменов мало что оставалось. Конечно, предпочтительнее такие объяснения, которые не уничтожают объясняемый феномен. И это большей частью именно нередукционистские объяснения.

С позицией, сформулированной А.В.Юревичем (обоснование перспективности выхода на уровни биологических и социальных процессов и конструкций в объяснении психологического), дискутирует Т.В.Корнилова (Корнилова, 2006). Такие перемещения объяснительных координат, по А.В.Юревичу, задают новые ориентиры психологических объяснений. Т.В.Корнилова утверждает, что с этим следует спорить: «Во-первых, по-

тому, что наличие редукционистских объяснений того или иного толка не решает проблемы нередукционистских объяснений, которые накапливаются в психологии. Во-вторых, примеры и теории верхнего уровня в методологии не могут опровергать друг друга (иное дело в эксперименте, с его принципом фальсификации). В-третьих, главное возражение идет из разделяемой мною позиции, что методология частных наук может развиваться в рамках понятий именно этой конкретной науки, а не быть привнесенной откуда-то извне (...) Это скорее та «метадиigma», которая является одной из возможных в психологии. С такой позиции апелляция к объяснительным редукционистским теориям — регресс психологического знания. Сведение психологического объяснения к редукционистскому на основе апелляции к *другому уровню систем* (по отношению к которому можно определить психологические системы) возможно только на основе неразличения системного подхода в вариантах его развития как принципа *конкретно-научной* методологии и его понимания в общей теории систем. Если принцип системности многократно (и вполне мультипарадигмально) представлен в психологических работах и прекрасно применим в другом частнонаучном знании, это не может служить основанием для рассмотрения его как принципа, позволяющего смешивать выделяемые разными науками предметы изучения в единую систему (во всяком случае такая позиция требует специального объяснения), и для утверждения полезности редукционизма» (Корнилова, 2006, с. 96). Т.В.Корнилова, обсуждая проблему редукции при объяснении, приходит к следующему выводу: «разорвать «порочный круг» за счет многоуровневости, связываемой с выходом *за рамки системы психологического знания*, методологически проблематично» (Корнилова, 2006, с. 97).

На наш взгляд, популярность редукционизма в психологии непосредствен-

¹ Еще Демокрит говорил, что «предпочел бы найти одно причинное объяснение, нежели приобрести себе персидский престол».

но связана с ограниченным пониманием предмета психологии. Остановимся на этом вопросе более подробно.

Как уже упоминалось, разработка проблемы психологического объяснения и выявление его специфики предполагает обсуждение вопроса о предмете психологии. Ситуация с предметом вообще является источником постоянных недопониманий. Действительно, в современной психологии мы имеем дело с «многоступенчатым» предметом («декларируемый», «рационализированный», «реальный») (см. об этом: Мазиллов, 2003). Важно подчеркнуть, что, «закрывая» эту проблему (как часто и происходит), мы лишаемся надежды на установление какого-либо взаимопонимания в психологии. Чтобы последние утверждения не показались излишней драматизацией ситуации, попробуем ее пояснить. Для иллюстрации воспользуемся работой классика психологии XX столетия Ж.Пиаже (Пиаже, 1966). Ж.Пиаже в главе, посвященной проблеме объяснения в психологии, замечает: «В самом деле, поразительно, с какой неосторожностью многие крупные психологи пользуются физическими понятиями, когда говорят о сознании. Жане употреблял выражения «сила синтеза» и «психологическая сила». Выражение «психическая энергия» стало широко распространенным, а выражение «работа» даже избитым. Итак, одно из двух: либо при этом в скрытой форме подразумевают физиологию и остается только уточнять, а вернее, измерять, либо говорят о сознании и прибегают к метафоре из-за отсутствия всякого определения этих понятий, сопоставимого с понятиями, которыми пользуются в сфере физических законов и физической причинности. В самом деле, все эти понятия, прямо или косвенно предполагают понятие массы или субстанции, которое лишено всякого смысла в сфере сознания» (Пиаже, 1966, с. 190). Ж.Пиаже продолжает: «...понятие причинности не применимо к сознанию. Это понятие применимо, разумеется, к

поведению и даже к деятельности; отсюда и разные типы причинного объяснения, которые мы различаем. Но оно не «подведомственно» сфере сознания как такового, ибо одно состояние сознания не является «причиной» другого состояния сознания, но вызывает его согласно другим категориям. Из семи перечисленных нами форм объяснения только абстрактные модели [...] применимы к структурам сознания, именно потому, что они могут абстрагироваться от того, что мы называем реальным «субстратом». Причинность же предполагает применение дедукции к подобному субстрату, и отличием субстрата как такового от самой дедукции является то, что он описывается в материальных терминах (даже когда речь идет о поведении и деятельности). Более того (и это является проверкой наших предположений), трудности теории взаимодействия возникают именно от того, что она пытается распространить сферу действия причинности на само сознание» (Пиаже, 1966, с. 190). А это означает, что реальный предмет оказывается «разорванным» между двумя сферами, поэтому не стоит удивляться, что «одушевляющая связь» (Гете) также разрывается и «подслушать жизнь» (как всегда и бывает в таких случаях) не удается. Остается заботиться о том, чтобы психическое в очередной раз не оказалось эпифеноменом: «Все это поднимает, следовательно, серьезную проблему, и для того, чтобы решение, состоящее в признании существования двух «параллельных» или изоморфных рядов, действительно могло удовлетворить нашу потребность в объяснении, хотелось бы, чтобы ни один из этих рядов не утратил всего своего функционального значения, а, напротив, чтобы стало понятным по крайней мере, чем эти разнородные ряды, не имеющие друг с другом причинного взаимодействия, тем не менее дополняют друг друга» (Пиаже, 1966, с. 189). Конечно, Декарт сделал для психологии много, создав методологическую возможность для появ-

ления современной психологии. Но абсолютизировать его вклад, вероятно, все же (в начале третьего тысячелетия) не стоит: дуализм позволил психологии стать *наукой*, но в настоящее время он мешает стать *подлинной наукой* — не только самостоятельной, но самобытной (учитывая уникальность ее предмета). Психическое и физиологическое, таким образом, оказываются и в современной психологии разорванными, разнесенными. Дело даже не в том, что в этом случае возникает искушение, которое, как показала история психологической науки, было чрезвычайно трудно преодолеть на заре научной психологии: искушение причинно объяснить одно за счет другого. В современной науке научились противостоять такому искушению. Ж.Пиаже в уже цитированной нами работе отмечает: «Эти непреодолимые трудности толкают большинство авторов к тому, чтобы допустить существование двух различных рядов явлений, один из которых образован состояниями сознания, а другой сопровождающими их нервными процессами (причем всякое состояние сознания соответствует такому процессу, а обратное было бы неверно). Связь между членами одного из рядов и членами другого ряда никогда не является причинной связью, а представляет собой их простое соответствие, или как обычно говорят, «параллелизм» (Пиаже, 1966, с. 188). Здесь один шаг до признания психического эпифеноменом. Требуется усилие, чтобы удержаться от этого шага: «В самом деле, если сознание — лишь субъективный аспект нервной деятельности, то непонятно, какова же его функция, так как вполне достаточно одной этой нервной деятельности» (Пиаже, 1966, с. 188). Дело в том, что подобного рода разрыв между психическим и физиологическим на две «параллельные» сферы произведен таким образом, что делает психическое безжизненным, лишенным самодвижения (в силу постулируемой простоты психического). Поэтому психическое необходимо подлежит

«объяснению», за счет которого психика и должна получить «движение»: оно будет внесено извне, за счет того, «чем» именно психическое будет объясняться («организмически» или «социально», принципиального значения в данном случае не имеет). Иначе при этой логике и быть не может (ведь предполагается, что предмет «внутренне простой!»). Это представляется роковой ошибкой. На самом деле психическое существует объективно (как это убедительно показано еще К.Г.Юнгом), имеет собственную логику движения. Поэтому известное правило Э.Шпрангера «*psychologica — psychological*» (объяснять психическое через психическое) является логически обоснованным: если психическое имеет свою логику движения, то объяснение должно происходить «в пределах психологии» (для того, чтобы сохранить качественную специфику психологического объяснения). Напомним, что Э.Шпрангер, будучи учеником В.Дильтея, заслугой последнего полагал освобождение психологии от тирании естественнонаучного мышления.

Обратим внимание, что подход Юнга к объяснению психической реальности кардинально отличается от редуccionистского объяснения. Достаточно сравнить традиционный редуccionистский подход с юнговским методом амплификации. Амплификация — часть юнговского метода интерпретации. «С помощью ассоциации Юнг пытался установить личностный контекст сновидения; с помощью амплификации он связывал его с универсальными образами. Амплификация предполагает использование мифических, исторических и культурных параллелей для того, чтобы прояснить и обогатить метафорическое содержание символов сновидения... Говоря об амплификации, Юнг сравнивает ее с плетением «психологической ткани», в которую вплетен образ» (Сэмьюэлз и др., 1994, с. 19). Как мудро заметил в свое время Уильям Джемс, психика «заранее приурочена» к условиям жизни, по-

этому, возможно, «логика объяснения» должна быть не причинно-следственная, «сводящая» а иная...

Все трудности, которые зафиксированы в работе Ж.Пиаже, имеют общее «происхождение»: современная научная психология неудачно определяет свой предмет. Как нам представляется, новое понимание предмета, свободное от вышеуказанных недостатков, сделает проблему редукционизма в психологии неактуальной.

И, наконец, в заключение настоящей статьи отметим, что в настоящее время совершенно ясно, что научная психология еще далека от того, чтобы претендовать на создание единой универсальной теории. Соответственно, реальностью является *множественность* видов объяснения и *существование* различных видов объяснения. Поэтому дискуссии о том, какие виды объяснения предпочтительнее, имеют смысл в перспективном отношении: для определения главных тенденций в развитии психологической науки. Для современной методологии актуальной остается задача разработки проблемы объяснения в ситуации «множественности методологических подходов и соответственно средств методологического анализа» (Корнилова, 2006, с. 94).

Литература

Ананьев Б.Г. Психология и проблемы человекознания. — М.: Изд-во «Институт практической психологии»; Воронеж: НПО «Модек», 1996.

Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. — Л., 1969.

Гальперин П.Я. Лекции по психологии: Учебное пособие для студентов вузов. —

М.: Книжный дом «Университет»: Высшая школа, 2002.

Журавлев А.Л. Особенности междисциплинарных исследований в современной психологии // Теория и методология психологии: постнеклассическая перспектива / Под ред. А.Л.Журавлева, А.В.Юревича. — М.: ИПРАН, 2007. С. 15–32.

Кедров Б.М. Классификация наук. Т. 2. — М., 1965.

Козлов В.В. Интегративная психология. — М., 2007.

Корнилова Т.В. К проблеме полипарадигмальности психологических объяснений // Психологический журнал. Том 27. 2006. № 5. С. 92–100.

Ломов Б.Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии. — М., 1984.

Мазилев В.А. Методология психологии. — М., 2007.

Никитин Е.П. Объяснение — функция науки. — М.: Наука, 1970.

Пиаже Ж. Характер объяснения в психологии и психофизиологический параллелизм // Фресс П., Пиаже Ж. Экспериментальная психология. Вып. 1, 2. — М.: Прогресс, 1966. С. 157–194.

Пиаже Ж. Психология, междисциплинарные связи и система наук // XVIII Международный психологический конгресс. 4–11 августа 1966 года. — М., 1969.

Роговин М.С. Введение в психологию. — М., 1969.

Сэмьюэлз Э., Шортер Б., Плот Ф. Критический словарь аналитической психологии К.Юнга. — М.: ЭСИ, 1994. 184 с.

Юревич А.В. Объяснение в психологии // Психологический журнал. 2006. № 1. С. 97–106.

Beneke F.E. Pragmatische Psychologie. Bd. 1–2. — Berlin, 1850.

Spranger E. Wilhelm Dilthey / Eine Gedachtnissrede. — Berlin, 1918.

Mazilov V.A. The psychology methodology, interdisciplinary communications and psychology subject

In article are analyzed classifications of sciences and a place which in them is occupied with psychology. Features of interdisciplinary researches in modern psychology are considered. Difficulties on a way of interdisciplinary researches, in particular, danger of reductionism are analyzed.

Keywords: psychology, classification of sciences, psychologism, interdisciplinary researches, reductionism, a psychology subject.

Кривочурова О.П.

ИДЕНТИЧНОСТЬ И ЕЕ НАРУШЕНИЯ В ПОСТСОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ

Термины «постсовременное общество» и «постсовременная культура» в последние десятилетия встречаются все чаще в работах по социологии, транскультуральной психологии и психиатрии и отражают новые специфические явления и процессы, происходящие с конца XX и начала XXI века. Предшествующие постсовременной культуре традиционная и современная культуры имели значительные отличия.

Традиционная культура консервативна. Традиционное общество подчинялось строгой регламентации и порядку, в котором каждый знал свое место.

В современном обществе значение интимности и эмоционального участия в межличностных отношениях внутри семьи значительно возросло, а семейные ценности середины XX века содержали в себе более чем достаточное количество элементов культуры индивидуализма. Люди активно искали смысл жизни в самореализации и интимности.

Постсовременный мир эпизодичен, непостоянен, условен и случаен. Короленко, Дмитриева (2009) отмечают истирание в нем критериев правильности общепринятых систем ценностей, положений, мнений, стратегий поведения и принятия решений.

Термин «*gender*» трудно перевести однозначно. Этот термин впервые определил Stoller (1968), противопоставив его биологическому полу (*sex*).

Половая идентичность — это термин, в который разные авторы вкладывают неодинаковое смысловое значение от отождествления половой идентичности с сексуальной ориентацией до социально сконструированной идентичности в категориях гомосексуала, лесбиянки, бисексуала и гетеросексуала (Cass, 1984).

Исследователи в области психоанализа рассматривают как феномен идентичности, так и сам процесс идентификации, в определенной связи с особенностями развития и формирования психических структур невротического и психотического уровня.

Значение ранних отношений мать–ребенок в процессе формирования цельной идентичности ребенка, его здоровой эмоциональной сферы и важной связи психического и телесного нашли подробное изучение в исследованиях M.Klein, Fairbairn, Winnicott, Kohut. Winnicott (1960) считает, что помимо существующей у детей врожденной тенденции к развитию, которая соответствует росту организма и постепенному развитию его функций, здоровое и благополучное психическое развитие индивида всецело зависит от ранних отношений ребенка с матерью, выделяя на этом пути три важных этапа: *зависимость, интеграция и персонализация*.

Другим важным аспектом является развитие *фантазийной функции психики и воображения*.

Постсовременная культура, считают авторы, активно внедряется в процесс воспитания ребенка, перенося свойственные ей черты и подходы на ментальность и активность родителей. Такое внедрение создает реальную угрозу для деформации психического развития современных детей.

Важной для понимания психической организации человека в постсовременной культуре является разработанная Короленко, Дмитриевой *концепция повреждающих психических дисфункций* с использованием термина «*повреждающая психическая организация*», предложенного авторами. При этом, подчеркивают авторы, нарушения поведения и антисоциальное поведение имеют печальную тенденцию к росту, поскольку основой этих нарушений являются отсутствие самодисциплины, силы воли, духовности и сострадания, что обеспечивает уступки многочисленным соблазнам получения кратковременного поверхностного удовольствия в постсовременном обществе. В особую широкую категорию сегодня входят лица, умеющие внешне не проявлять антисоциальность и аморальную социопатию, они скорее виртуозно маскируют ее при помощи многообразных приемов социальной демагогии. Такие лица отвергают общепринятые моральные и этические стандарты поведения, они не испытывают чувства вины, раскаяния и сопереживания. Авторы предлагают называть эту форму нарушения «*теневым вариантом антисоциального личностного расстройства*» (АСЛР).

Небольшое описание психоаналитической работы с пациентом мужчиной может служить демонстрацией такой теневой формы антисоциального личностного расстройства с большим количеством психосоматических эпизодов, которое представлено в данной статье.

Ключевые слова: идентичность, гендер, идентификация, традиционное общество, современное общество, постсовременное общество, воображение и фантазийная функция психики, фантазии, концепция «переходного объекта», синдром «отсутствия времени», повреждающие психические дисфункции, повреждающая психическая организация, «теневой вариант» антисоциального личностного расстройства.

Термины «постсовременное общество» и «постсовременная культура» в последние десятилетия встречаются все чаще в работах по социологии, транскультуральной психологии и психиатрии. Они отражают новые специфические явления и процессы, происходящие с конца XX и начала XXI века. Предшествующие постсовременной культуре традиционная и современная культуры имели значительные отличия.

Традиционная культура консервативна. Традиционному обществу были присущи сильные связи как внутри семьи, так и между членами всего родственного клана. Географическая подвижность членов традиционной семьи также была ограничена. Люди были очень привязаны к месту жительства и работы. Эмоционально теплые отношения с соседями и друзьями обеспечивали взаимную поддержку. Традиционное общество подчинялось строгой регламентации и порядку, в котором каждый знал свое место. Любовь и проявления заботы между родителями и детьми, как и между супругами, были ограничены социальной дистанцией между поколениями и полами.

В современном обществе значение интимности и эмоционального участия в межличностных отношениях внутри семьи значительно возросло. Семейная среда стала более изолированной, той крепостью, которая защищала от внешних вмешательств посторонних структур. В семьях среднего класса существовали хорошие возможности для прогрессивного воспитания и обучения детей в обстановке родительской любви и заботы.

Cherlin (1992) констатирует, что семейные ценности середины XX века со-

держали в себе более чем достаточное количество элементов культуры индивидуализма. Люди активно искали смысл жизни в самореализации и интимности. Современная культура воспитания детей предполагала присутствие у родителей чувства ответственности за формирование личности ребенка.

Постсовременный мир эпизодичен, непостоянен, условен и случаен. То, что сегодня принято считать безусловно «правильным», завтра может оказаться «неправильным». Постсовременной культуре свойственно, отмечают Короленко, Дмитриева (2009), истирание критериев правильности общепринятых систем ценностей, положений, мнений, стратегий поведения и принятия решений. Психологическое содержание значений, декларируемых истин, правил, положений, регламентированных активностей оказывается неполным, незавершенным, двойственным.

Финансовый кризис, разворачивающийся в настоящее время в постсовременном мире, мире взаимозависимых финансовых потоков и сфер производства благ, заставляет думать, что причина этого явления лежит не столько в области не вполне благополучного отношения с числами ответственных за это лиц, сколько значительно глубже. То, что происходит сегодня в мире финансов и потребления, в первую очередь заставляет думать о появлении новых, ранее не зарегистрированных психических дисфункциях и о глубочайшем кризисе идентичности как отдельных индивидуумов отдельной страны, так и целых государств.

Представители разных теоретических школ и практических подходов в

области психологии, психоанализа и психотерапии считают вопрос построения образа собственного Я и конструирование собственной идентичности одним из самых важных в постсовременном мире. Это действительно так, поскольку образ собственного Я и собственная идентичность лежат в основе всех наших мыслей, поступков и переживаний.

Термин «*gender*» трудно перевести однозначно. Этот термин впервые определил Stoller (1968), противопоставив его биологическому полу (*sex*). Этот термин автор вынес в заголовок своего знаменитого труда «*Sex and Gender*» («Пол и род»). *Gender* означает, в первую очередь, грамматический род существительных и прилагательных (по-русски — мужской, женский и средний), который придан словам хоть и достаточно произвольно, но все-таки в соответствии с некими качествами предмета, напоминающими о мужских или женских половых отличиях или об отсутствии таковых.

Половая идентичность — это термин, в который разные авторы вкладывают неодинаковое смысловое значение от отождествления половой идентичности с сексуальной ориентацией до социально сконструированной идентичности в категориях гомосексуала, лесбиянки, бисексуала и гетеросексуала (Cass, 1984).

Kohlberg (1996) считает, что дети обучаются гендерной идентичности и соответствующему ролевому поведению в процессе когнитивного развития по мере осознания окружающего мира. Одним из основных способов понимания мира ребенком является организация реальности посредством своего self, как уникального чувства идентичности, которое отличает одного индивидуума от другого. В трехлетнем возрасте происходит гендерная самоидентификация и усвоение гендерных характеристик себя и окружающих. К шести годам у де-

тей уже формируется гендерное постоянство.

Девочка осознает себя девочкой и остается ею в различных ситуациях, требующих у нее подтверждение своей женской идентичности. Равно как и мальчик чувствует себя мальчиком и остается им в сложных и трудных для него ситуациях подтверждения мужской идентичности. Последующие годы происходит развитие гендерной идентичности, которая становится центральной частью self взрослого человека (Martin, Little, 1990). При этом важная и определяющая роль отводится идентификации с родителями.

В каждом человеке присутствует феномен идентификации с обоими родителями, что потенциально позволяет ребенку включать в свой self оба гендера (Короленко, Дмитриева, 2007).

Fast (1998) предлагает модель гендерного развития, в соответствии с которой мальчики и девочки постоянно идентифицируют себя из недифференцированной исходной матрицы. Автор считает, что «ни один аспект мужественности или женственности не исключается из процесса вхождения в структуру self».

В период детского развития мужественность и женственность не переживаются как взаимно исключающиеся категории и поэтому развивающейся личности доступны все половые и гендерные возможности (Короленко, Дмитриева, 2007). Авторы считают, что постепенная дифференциация гендерных категорий происходит по мере того, как внимание ребенка начинает фиксироваться на анатомических различиях. Мужественность и женственность становятся не только анатомическими противоположностями, но и возникают отличия в поведении, в личностных характеристиках и в системе значений.

Значения и представления отражают то, что ребенок относит к мужественности или женственности. Например, отсутствие у себя пениса девочка может

ассоциировать с отсутствием особо значимого органа и как реакцию на это чувство развивать в себе пассивность, потерю независимости (Короленко, Дмитриева, 2007). Таким образом, подчеркивают авторы, эти чувства формируются в ее психической структуре не под влиянием биологических детерминант, а как результат вторичной психологической оценки, связанной с культурально обусловленными собственными представлениями о женственности.

Подобно этому мальчик, обнаружив свою неспособность к деторождению, рассматривает ее как обделенность мощной биологической силой. Это представление, особенно неосознаваемое, может не только лежать в основе переживания человеком экзистенциальной пустоты, но и направлять его по деструктивному пути дальнейшего развития. Таким образом, считают авторы, в данном случае имеет место не биология мужественности, а социопсихологические значения, придаваемые женственности.

Культура, по мнению Короленко, Дмитриевой, в которой рождается ребенок, заранее определяет множество вариантов значений мужественности и женственности. Ребенок приспосабливается к культуре, выделяя при этом ее гендерный аспект. Таким образом, в процессе формирования гендерной идентичности имеют значение не только психологические ограничения, связанные с анатомическими различиями, но и культуральные традиции, и социальные законы (Burch, 1994).

Исследователи в области психоанализа рассматривают как феномен идентичности, так и сам процесс идентификации, в определенной связи с особенностями развития и формирования психических структур невротического и психотического уровня. В этих процессах, несомненно, основополагающими выделяются основные моменты психосексуального развития, связанные с

оральной, анальной и генитальной стадиями развития.

Современник Фрейда, Абрахам, исследуя самые ранние стадии развития ребенка, в качестве основных моментов, лежащих в основе ранних нарушений идентичности и последующей психической патологии, выделяет сосание и отучение от груди. Так как, по его мнению, оральная зона превосходит по своему значению остальные эрогенные зоны, при этом выделяется основное получение удовольствия посредством сосания. Таким образом, сексуальная функция и функция питания связываются друг с другом.

Автор подчеркивает, что даже у здоровых детей присутствуют значительные различия относительно момента отучения от груди. Правда, утверждает Абрахам, эти различия в основном связаны с внешними причинами, и лишь отчасти объясняются индивидуальными особенностями детей.

Из внешних причин, по мнению автора, заслуживают особенного внимания этнологические, социальные и семейные. Многие менее культурные народы отучают детей от груди лишь в возрасте четырех, а иногда и шести лет. И даже у населения какой-нибудь страны, а порой и области, отучение происходит в разное время. В классах низкого социального уровня не редко случается и так, что мать, кормя грудью младенца, иногда дает грудь достаточно взрослому ребенку. Особое внимание автор обращает на то, что невротичные матери достаточно долгое время кормят грудью своих детей потому, что это доставляет им наивысшее физическое наслаждение. Особенно выделяются в этой категории генитально-фригидные женщины, у которых грудь как эрогенная зона приобрела особенное значение.

Если все же обратиться к особенностям внутренних причин сопротивления отучению от груди, лежащих в са-

мом ребенке, то здесь можно наблюдать большое своеобразие в поведении детей. Многие дети в течение достаточно длительного времени привыкают к переходу на кормление из бутылочки и последующее добавление твердой пищи. Нередкое снижение аппетита у детей в это время может вынудить мать пойти на уступки. Трудности некоторых детей в отказе от материнской груди могут наблюдаться вплоть до школьного возраста. В качестве примера автор приводит описание случая с девятилетней девочкой, которую родители не могли заставить съесть свой завтрак вместе с родителями перед уходом в школу. Чтобы девочка не уходила голодной, каждое утро мать приносила ей в постель бутылочку с теплым молоком. В остальное время дня девочка нормально ела вместе со своей семьей.

Абрахам объясняет подобное поведение детей твердым их желанием сохранить то наслаждение, которое обеспечивает ребенку сосание посредством губ как эрогенной зоны. Опыт показывает, что дети, долго сохраняющие фиксацию на этом наслаждении материнской грудью, обычно не только сильно отстают в развитии своей сексуальности, но и испытывают огромные трудности в формировании образа собственного Я. Автор объясняет это тем, что их либидо не находит нормального и психически благополучного пути к живому объекту, а ищет удовлетворения прежде всего посредством приема в рот всасываемой пищи.

Абрахам подтверждает эти идеи примерами из своей клинической практики. Например, удовольствие одного пациента мужчины состояло в том, что вечером, лежа в постели, он с пристрастием сосал сладости, после чего удовлетворенный засыпал. Нормальная мужская деятельность, замечает автор, была полностью подавлена. Другой его пациент, уходя утром на работу, говорил своей жене: «Мальчуган пошел в шко-

лу». По дороге на работу он обычно покупал себе разные сладости и с удовольствием сосал их по дороге на работу.

Значение ранних отношений мать-ребенок в процессе формирования цельной идентичности ребенка, его здоровой эмоциональной сферы и важной связи психического и телесного нашли подробное изучение в исследованиях М. Klein, Fairbairn, Winnicott, Kohut.

Winnicott (1960), выступая как педиатр и психоаналитик, считает, что помимо того, что у человека существует врожденная тенденция к развитию, которая соответствует росту организма и постепенному развитию его функций, здоровое и благополучное психическое развитие индивида всецело зависит от ранних отношений ребенка с матерью. В раннем развитии ребенка на пути интеграции его собственного Я и формирования собственной идентичности автор выделяет три этапа: *зависимость, интеграция и персонализация*.

Независимость — это то, что возникает из зависимости. В самом начале жизни ребенка и ухаживающей за ним матерью существует абсолютная зависимость физического и эмоционального плана. На этом этапе нет ни малейших признаков осознания этой зависимости, ни матерью, ни ребенком, именно поэтому она и является абсолютной. Постепенно, отмечает автор, ребенок становится способным в определенной степени знакомиться с этой зависимостью и приобретает способность сообщать матери и окружающему его миру о своей потребности во внимании и заботе. К концу первого года жизни ребенок уже в состоянии как осознавать свою «неотделимость» от матери и ее заботы о нем, так и сохранять определенный промежуток времени состояние определенной степени независимости — несколько минут, час или даже больше.

Однако ребенок все время путешествует от этой зависимости к некоторой независимости, что является не просто

проявлением врожденной тенденции младенца к развитию, но и проявлением желаний той, в ком ребенок так нуждается.

К концу первого года жизни, по мнению Winnicott, большинство младенцев уже фактически достигают статуса индивида, когда «прорезавшаяся» личность уже налицо. Но это не постоянно и не всегда так. В определенные моменты и в определенные периоды, в определенных отношениях младенец в возрасте одного года представляет собой цельную личность. Процесс интеграции не происходит сам собой и не является сам собой разумеющимся. Это развивается в каждом отдельном младенце, и должны существовать определенные условия этого развития.

Интеграция личности происходит из первичного не интегрированного состояния. При этом сон является для младенца возвратом к этому не интегрированному состоянию. Вначале ребенок обладает лишь небольшим количеством движений и чувственных восприятий. Интеграция, по Winnicott, тесно связана с более определенными эмоциями и состояниями, такими как гнев младенца или его возбуждение в ситуации кормления. Постепенно интеграция становится устойчивой, и младенец все более и более представляет собой единую цельность. Возникающие время от времени периоды потери достигнутого являются дезинтеграцией и вызывают у ребенка болезненные ощущения. Крайней степенью неудачи этого процесса являются собой младенцы, которые в год жизни нуждаются в постоянной опеке со стороны матери.

Благополучным показателем в раннем процессе идентификации является прочная связь ребенка со своим организмом и функциями своего тела, когда психика и соматика — душа и тело — договорились друг с другом. Нейрологи обычно в таких случаях говорят,

что тонус организма удовлетворительный, а координация движений хорошая. Эта удача и благополучие во многом зависят от того, в достаточной ли степени мать удовлетворяет потребности ребенка в адаптации к его нуждам, как физическим, так и психическим. При этом чрезвычайно важную роль играет связь психических переживаний и ощущений с телесным опытом в диадных отношениях мать-дитя.

Еще одним аспектом, во многом определяющим психическое здоровье и обретение собственной идентичности, является развитие *фантазийной функции психики и воображения*. Непосредственное наблюдение за играми детей дают полное представление о мире их фантазий и воображения. Winnicott предлагает при помощи искусственной классификации проследить за развитием фантазии ребенка:

- 1) просто развитие функции,
- 2) разделение на ожидание, опыт и воспоминание,
- 3) опыт в виде воспоминаний об опыте,
- 4) локализация фантазии внутри или вне себя, с постоянными обменами и взаимообогащением того и другого,
- 5) создание личного, или внутреннего, мира с чувством ответственности за то, что в нем существует и происходит,
- 6) отделение сознательного от бессознательного.

При определенных неблагоприятных обстоятельствах этот процесс может искажаться, замедляться или вовсе прекращаться, поскольку личный внутренний психический мир ребенка формируется в соответствии со сложными механизмами. Как одни из самых важных целей при формировании внутренней психической реальности ребенка, автор называет следующие:

- 1) сохранение того, что воспринимается как «хорошее», то есть приемлемое, что во многом способствует развитию и укреплению собственного Я ребенка,

2) изоляция того, что воспринимается как «плохое», то есть неприемлемое, как карательное или навязанное внешней реальностью без согласия ребенка (травма),

3) сохранение области личной психической реальности, в которой объекты обладают живыми взаимодействиями, пусть даже агрессивными, но и с определенными привязанностями.

Моменты, которые со всей полнотой могут свидетельствовать о благополучном продвижении по пути обретения собственной идентичности, и которые в будущем во многом будут определять здоровые любовные отношения, можно выразить следующим образом: *«способность беспокоиться», способность к обладанию и определенное отношение к любви.*

Способность беспокоиться, по идее Winnicott, проявляется в способности испытывать чувство вины. Обязательными условиями этого достижения, считает автор, является присутствие матери, готовой увидеть и понять незрелые попытки ребенка к сотрудничеству, то есть к репарации и созиданию.

Ласан в связи с этим говорит о чувствах вины и стыда как о *знаках встречи с Другим*. В теории Ласан залогом формирования невротической структуры психики являются отношения, в которых субъект встречается с собственным желанием как желанием Другого. Отношения невротичного субъекта с Другим всегда животрепещут, заставляя субъекта постоянно задаваться вопросами о желании Другого и переживать вину, раскаяние и стыд.

Концепцию *«переходного объекта»* в теории Winnicott трудно переоценить, поскольку это явление образует, с точки зрения автора, фундамент всей культурной жизни взрослого человека. К первому году жизни ребенок уже владеет несколькими мягкими предметами (плюшевыми мишками, куклами и т.д.), которые становятся для него очень важ-

ными. При этом мальчики могут предпочитать твердые предметы. Очевидно, предполагает автор, эти предметы олицетворяют собой частичные объекты. Первоначально, вероятно грудь матери, а позднее символизируют детей, мать и отца. Эти предметы служат посредниками между Я ребенка и внешним миром.

Педиатрам и детским психоаналитикам хорошо известны такие картины, когда ребенок, сжимая этот предмет в руке, в то же время может сосать свой палец или поглаживать свою верхнюю губу или нос. Это состояние для ребенка является глубоко личным, например, перед переходом ко сну, в минуты печали, одиночества или тревоги. Такие состояния могут сохраняться до позднего детства и даже во взрослой жизни. Все это является частью нормального психического развития. Нарушения процесса обладания могут привести к тревожности ребенка и бессоннице.

В ходе дальнейшего развития ребенка меняется и его отношение к любви по мере включения в это понятие новых элементов. Если сначала любовь означает само существование младенца, дыхание, возможность жить и быть любимым, то в дальнейшем в это понятие добавляются такие составляющие, как чувственный и аффективный контакт с матерью, а взятие начинает соотноситься с отдачей. Далее появляется жадность, требования к матери возрастают, и позднее как зародыш собственной ответственности появляется забота о матери в ответ на материнскую заботу.

Постсовременная культура предъявляет новые требования к отношениям родители-дети. Фундаментальный подход к исследованию психологических и психических нарушений в постсовременном мире представлен в работах Короленько, Дмитриева (2009). Постсовременная культура, считают авторы, активно внедряется в процесс воспитания ребенка, перенося свойственные ей черты и подходы на ментальность и актив-

ность родителей. Такое внедрение создает реальную угрозу для деформации психического развития современных детей.

Появление *синдрома «отсутствия времени»* оказывается в этом процессе наиболее деструктивным. Современные родители испытывают нехватку времени для общения со своими детьми. Матери чрезмерно загружены производственными, домашними и личными проблемами, что приводит к хроническому эмоциональному напряжению, усталости и психофизическому истощению. Результатом этого служат постоянное переживание состояний тревоги, ярости, депрессии и развитие социальных фобий.

Важной для понимания психической организации человека в постсовременной культуре является разработанная Короленко, Дмитриевой *концепция повреждающих психических дисфункций* с использованием термина «*повреждающая психическая организация*», предложенного авторами. Они отмечают, что серьезным вызовом психическому здоровью людей постсовременного общества является увеличение количества лиц, индивидуально-психологические особенности которых, хотя и не настолько выражены, чтобы формально определяться термином «психическое расстройство», но, тем не менее, предрасполагают к возникновению межличностных конфликтов, кризисов и адаптационных затруднений.

Современные подростки и молодые люди, имеющие зачастую диффузную идентичность, оказываются предрасположенными к развитию психических расстройств, основой которых является отсутствие психической целостности. Авторы выделяют следующие расстройства:

— дезадаптивные стили поведения, возникающие на основе повреждающей дисфункциональной психической организации,

— нарушение идентичности,
— самоповреждающее и суицидальное поведение,

— различные, в том числе и новые, не зарегистрированные ранее формы аддикций — попытки бегства от чувства пустоты и экзистенциального ужаса.

Яркой демонстрацией попыток бегства является стремление молодых людей получать как можно больше мощного напора ощущений вместо переживания широкого спектра чувств и эмоций при просмотре фильмов с безотчетным поеданием большого количества попкорна. Громкость звука приходит на смену интимности и чувственности личных переживаний.

Также Короленко, Дмитриева отмечают такое явление постсовременного мира, как шопинг, поскольку постсовременная культура является, прежде всего, культурой потребления. Шопинг бросает вызов обретению и осознанию собственной идентичности, становясь способом самоопределения и предлагая новую идентичность «человека потребителя». Если девиз общества современной культуры звучал, как «Я идентифицирую себя с тем, что я делаю», то девиз постсовременного общества звучит, как «Я идентифицирую себя с тем, что я покупаю». Этому с ранних лет настойчиво обучает реклама.

Таким образом, происходящее неизбежно приводит человека к отчуждению, изоляции и возникновению экзистенциального страха аннигиляции, что толкает к слиянию с толпой и безотчетному стремлению вновь и вновь переживать безответственное возбуждение и радость.

При этом, подчеркивают авторы, нарушения поведения и антисоциальное поведение имеют печальную тенденцию к росту, поскольку основой этих нарушений являются отсутствие самодисциплины, силы воли, духовности и сострадания, что обеспечивает уступки многочисленным соблазнам получения

кратковременного поверхностного удовольствия в постсовременном обществе. В особую широкую категорию сегодня входят лица, умеющие внешне не проявлять антисоциальность и аморальную социопатию, они скорее виртуозно маскируют ее при помощи многообразных приемов социальной демагогии. Такие лица отвергают общепринятые моральные и этические стандарты поведения, они не испытывают чувства вины, раскаяния и сопереживания. Авторы предлагают называть эту форму нарушения *«теневым вариантом антисоциального личностного расстройства» (АСЛР)*.

Небольшое описание психоаналитической работы с пациентом мужчиной в возрасте 43 лет может служить демонстрацией такой теневой формы антисоциального личностного расстройства с большим количеством психосоматических эпизодов — несколько оперативных вмешательств, разного рода самоповреждения, опухоль простаты, частые гаймориты и простудные заболевания, боли в желудке, бессонница.

Пациент женат, но с женой в настоящее время не живет, есть два сына от предыдущих браков. От общения с сыновьями он отказался, так как они носят фамилии своей матерей. Он — старший ребенок из трех детей в семье. Когда ему было 7 месяцев, мать забеременела другим ребенком, и когда ему исполнилось 16 месяцев, родилась его сестра. Свою сестру он описывает, как «мертвую», о брате почти ничего не говорит.

За помощью его привели тяжелые состояния по утрам до того, как он выпьет кофе, выражающиеся в страхе, тревоге и беспокойстве в связи с тем, что делать с бизнесом, который по его словам, находится сейчас «между небом и землей». Также большую тревогу вызывают его отношения с женщинами, в которых он не знает, чего он хочет и что ему нужно. Спать он ложится не тогда,

когда хочет спать, а когда доведет себя до состояния сильной усталости и измученности, чтобы скорее заснуть.

Женщин своих пациент описывает, как психически неуравновешенных, склонных к демонстрации суицидальных попыток, устраивающих ему «жуткие» истерики и скандалы. Большой период его жизни жены его друзей становились его любовницами, возникали тяжелые конфликтные ситуации, и во всем этом было его особое удовольствие. Случалось, что он бил своих жен и любовниц. О своей нынешней любовнице, молодой девушке, которую называет «бешеной сукой» он говорит: «Мне нравится трахать молодое тело. Так я оттягиваю и оттягиваю свою старость».

Исследование внутреннего психического мира этого пациента дает иллюстрацию диффузной идентичности, отсутствия целостности его Эго и расщепления психики на стремление получить любовь и «размазывать», унижать и уничтожать то, что не может его насытить любовью.

Свою нынешнюю жизнь он описывает как «непрекращающийся стресс», «какую-то тревогу», «гонку какую-то». При этом он часто бывает охвачен состоянием некоей эйфории от удачно задуманной интриги, удачной дезинформации, дискредитации кого-либо из его друзей или знакомых или устранения нынешнего противника. Короленко, Дмитриева объясняют эти состояния у подобных индивидов тем, что в состоянии психофизической пассивности у них возникает непереносимый для них психологический дискомфорт. Эти свои планы и задумки он планирует достаточно последовательно и умело их реализовывает, несмотря на возникающие время от времени прорывы неконтролируемой импульсивности.

Его рассказы, в которых появляется образ отца, показывают не того отца, о котором он только может только мечтать, завидуя соседским мальчишкам.

Этот отец жестко ограничивающий, попустительствующий и запрещающий без каких-либо объяснений последствий этого запрета.

Короленко, Дмитриева отмечают, что лица с теневой формой АСЛР постоянно проявляют социальную активность, у них отчетливо выражена мотивация к достижению успеха, которого они стараются добиться любой ценой, полностью игнорируя интересы, чувства и систему ценностей других людей, находящихся в непосредственной зоне их интересов. Эти характеристики в полной мере относятся к этому пациенту. Он называет захваченность этой идеей «своей заряженностью на успех».

Когда в анализе появилась возможность получить доступ к его бессознательным фантазмам, появился ребенок, охваченный тревогой и яростным желанием уничтожить родителей посредством своей мочи как репродуктивную пару. Родители же совсем не имели представления, что происходит с их сыном. Вместо помощи он получал наказание. Психические структуры, как матери, так и отца, их поведение и отношение к своему ребенку в разных психотравмирующих для него ситуациях, сформировало в нем способность переживать любого рода жизненные стрессы через соматические взрывы и через уничтожение того, с кем или с чем связано какое-либо страдание и психическая боль.

Психические нарушения идентичности, нарушения эмоциональной сферы и различные варианты повреждающей психической организации в постсовременном обществе еще полностью не изучены и только постепенно включаются в соответствующие классификационные системы. Сегодня ясно одно, что постсовременная культура требует от специалистов в области социологии, психологии, психоанализа, психотерапии и психиатрии новых взглядов и новых подходов в коррекции и лечении психических нарушений и дисфункций.

Литература

1. Антонова Н.В. Личностная идентичность современного педагога и особенности его общения // Вопросы психологии. № 1. С. 142–148.

2. Антонова Н.В. Проблема личностной идентичности в интерпретации современного психоанализа, интеракционизма и когнитивной психологии // Вопросы психологии. № 1. С. 131–143.

3. Винникотт Д.В. Семья и развитие личности. Мать и дитя. — Екатеринбург: Изд-во «ЛИТУР», 2004. 400 с.

4. Дмитриева Н.В., Гунгер Н.Н. Психологическая структура, виды и функции идентичности личности // Перспективы социализации лиц с проблемами в развитии: материалы региональной научно-практической конференции. Бийский педгосуниверситет им. В.М.Шукшина. С. 143–156.

5. Короленко Ц.П., Дмитриева Н.В., Загоруйко Е.Н. Идентичность в норме и патологии. — Новосибирск: Изд-во НГПУ, 2000. 256 с.

6. Короленко Ц.П., Дмитриева Н.В. Личностные и диссоциативные расстройства: расширение границ диагностики и терапии: Монография. — Новосибирск: Изд-во НГПУ, 2006. 448 с.

7. Короленко Ц.П., Дмитриева Н.В. Психологические и психические нарушения в постмодернистском мире. — Новосибирск: Изд-во НГПУ, 2009. 248 с.

8. Короленко Ц.П., Дмитриева Н.В. Идентичность. Развитие. Перенасыщенность. Бегство: Монография. — Новосибирск: Изд-во НГПУ, 2007. 472 с.

9. Солдатова Е.Л. Это-идентичность в нормативных кризисах развития // Вопросы психологии. № 5. С. 74–84.

10. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. — М., 1996. 352 с.

11. Adler A. Understanding Human Nature. — NY: Fawcett Premier, 1954.

12. Klein M. The Psychoanalysis of Children. — London: Hogart Press, 1975.

13. Kohut H. The Restoration of the Self. — NY: International Universities Press, 1977.

14. Fenichel O. The Psychoanalytic Theory of Neurosis. — NY: Norton, 1945.

15. Erikson E. Childhood and Society. — NY: Norton, 1950.

Krivochurova O.P. «Identity and its violations in the post-modern society»

In recent decades the terms of «post-modern society» and «post-modern culture» have become increasingly common in the works on sociology, psychology and transcultural psychology and psychiatry and reflect new specific phenomena and processes taking place from the end of the XX and the beginning of the XXI century. Traditional and modern culture preceding the post-modern culture had significant differences.

The traditional culture is conservative. The traditional society was subordinated to a strict regulation and the order in which everyone knew the place.

Significance of intimacy and emotional participation in interpersonal attitudes inside of family has considerably increased in the modern society, and family values of the middle of the XX century contained more than enough of elements of a cult of individualism. People actively searched for sense of the life in self-realization and intimacies.

The post-modern world is episodic, changeable, conditional and casual. Korolenko, Dmitrieva (2009) mark the abrasion in it of criteria of correctness of the standard systems of values, positions, opinions, strategy of behaviour and decision-making.

The term «gender» is difficult to be definitely translated. For the first time this term was defined by Stoller (1968), who had opposed it to a biological sex.

Sexual identity is a term in which different authors put unequal sense meanings from an identification of sexual identity with sexual orientation up to socially designed identity in categories of a homosexual, lesbian, bisexual and heterosexual (Cass, 1984).

Researchers in the field of psychoanalysis consider both a phenomenon of identity and process of identification in certain connection with special features of development and formation of mental structures of neurotic and psychotic level.

Importance of early relations mother-child during formation of integral identity of the child, its healthy emotional sphere and the important connection of mental and corporal were studied in detail in the researches of M. Klein, Fairbairn, Winnicott, Kohut. Winnicott (1960) considers that besides the inherent tendency to development existing at children which corresponds to growth of an organism and gradual development of its functions, healthy and safe psychic development of an individual depends entirely on early relations of the child with the mother, and on this way he marks out three important stages: *dependence, integration and personification*.

Another significant aspect is development of *fantastical function of psychic and imagination*.

Post-modern culture, authors consider, penetrates actively into process of upbringing of a child transferring its peculiar features and approaches on mentality and activity of parents. Such penetration creates real threat for deformation of mental development of modern children.

Concept of damaging mental dysfunctions developed by Korolenko, Dmitrieva with use of the term «*the damaging mental organization*» offered by authors is important for understanding of the psychical organization of a person in post-modern culture. Thus, authors emphasize, violation of behaviour and antisocial behaviour have the sad tendency to growth as a basis of these violations are absence of self-discipline, will powers, spirituality and compassion that provides concessions to numerous temptations of receiving a of short-term superficial pleasure in the post-modern society. The persons who are able to not show outwardly their antisociality and immoral sociopathy today enter into a special wide category, they rather masterly mask it by means of diverse modes of social demagoguery. Such persons reject the generally-used moral and ethical standards of behaviour, they do not feel fault, repentance and empathy. Authors suggest to name this form of violation «*a shadow variant of antisocial personal frustration*» (ASPF).

The small description of psychoanalytic work with the patient man can serve as a demonstration of such shadow form of antisocial personal frustration with a lot of psychosomatic episodes which is presented in the given article.

Keywords: identity, gender, identification, traditional society, modern society, post-modern society, imagination and fantastical function of psychic, fantasy, the concept of «transitive object», syndrome of «absence of time», damaging mental dysfunctions, damaging mental organization, «shadow variant» of antisocial personal frustration.

Олешкевич В.И.

К ПРОБЛЕМЕ СОЦИОЛОГИИ ПСИХОАНАЛИТИЧЕСКОГО ЗНАНИЯ

В статье излагаются результаты исследований по социологии психоаналитического знания. Показывается ограниченность данного типа знаний культурными и социальными факторами и механизмами их формирования, а также значение социологии знания для изучения психологии в целом.

Ключевые слова: социология знания, психоанализ, эмансипация, диалог, сознание, психотехника.

В данной статье мы хотели представить опыт историко-психологического исследования, состоящий в том, чтобы подойти к историко-психологическому знанию с точки зрения социологии знания. Исследуя социальные механизмы формирования нового социального опыта с точки зрения социологии знания, мы задаемся вопросом о социальном происхождении, социальной функции и социальной структуре психологического (в частности, психоаналитического) знания. Суть этого подхода можно свести к следующим положениям:

1) *всякое знание является актом или результатом работы определенного сознания;*

2) *всякое сознание и знание ориентировано на другое сознание, то есть оно формируется в ситуации напряженного социального диалога;*

3) *всякое сознание формируется внутри определенной социальной структуры и впоследствии удерживает ее в себе.*

В нашей социологии этот подход связан с именем М.М.Бахтина (Бахтин М.М., 1993) и применен им по отношению к исследованию языка и культуры. Данный подход в некоторых отношениях близок к социологии М.Вебера (Weber M., 1956; 1965 и др.), а также активно обсуждается в современной методологии науки, философии, а также непосредственно в истории психологии (Мокшицкий Э., 1991, Лоренцер А., 1996, Шертак Л., Соссюр Р., 1991). С этой точки зрения в данном исследовании мы пытаемся реконструировать *социальную историю* психоанализа и благодаря этому

восстановить те социально-диалогические смыслы, которые несет в себе психоаналитическое знание и сознание. Ответствующий социологический и социально-психологический подход применяется и к анализу культуры, внутри которой развивалось психоаналитическое знание и сознание. Основываясь на анализе диалогических форм развития психоанализа, появляется возможность точного социологического и социально-психологического понимания исторических условий и форм развития психоаналитического сознания и вообще развития новых форм самосознания европейского человека в XX веке.

Действительно, сознание индивида формируется той социальной средой, внутри которой происходит его развитие. Эта социальная среда дает индивиду язык, слова, изначально соединенные с оценками и значениями, которые формируют его мышление, она же контролирует словесные реакции и словесную активность индивида на протяжении всей его жизни. С социально-психологической точки зрения всякая мотивировка поступка, всякое сознание себя является процессом подведения самого себя под некоторую определенную социальную норму и социальную оценку. И в этом смысле самосознание представляет собой всегда некоторое «обобществление» себя самого и своего поступка (Бахтин М.М., 1993).

Осознавая себя, индивид пытается взглянуть на себя глазами другого человека, представителя его социальной груп-

пы. Таким образом процесс самосознания предполагает образ другого человека и некоторую идентификацию с этим образом и его ценностями. Но за этим образом другого всегда обычно стоят некоторые социальные, групповые интересы и ценности. В этом отношении самосознание индивида интроецирует некоторое групповое сознание, определенное социальное отношение, таким образом, в конечном счете, всякое самосознание — это в своей основе социальное или групповое самосознание. Изменение и развитие индивидуального сознания идет вместе с изменением и развитием социальных структур той общности или того общества, к которому принадлежит индивид.

По отношению к традиционным обществам такая социология сознания была относительно простой. Индивид имел в основном одну социальную группу, где происходил его рост и развитие. Но с усложнением социального опыта, ранее единый континуум самосознания начинает разрушаться, самосознание распадается на элементы. Ранее единая система ценностей разлагается, вместо единого образа другого в самосознании возникает много образов других, процессы самосознания формирует сложная внутренняя коммуникация неоднородного характера. Индивид в различных социальных группах получает разный социальный опыт и по-разному осознает себя. Появляется феномен разнородного социального опыта и соответствующего конфликта на уровне самосознания. Во время переходов по различным нормативным структурам разнородного социального опыта происходит одновременно и формирование нового сознания (Щедровицкий Г.П., 1993). Например, одним из условий формирования психоанализа стал контакт австрийской и французской ментальностей во время пребывания З.Фрейда во Франции (Олешкевич В.И., 1997).

Но прежде всего, формирование нового сознания в Европе происходит в условиях резкого разрыва между непосредственным, феноменальным сознанием и рационально опосредованным сознани-

ем. Особенно остро такой разрыв стал ощутим в конце XIX — начале XX веков в Вене. На том языке, который предоставляла официальная идеология, уже трудно было о чем-то говорить, что-то осознать, опираясь на него. Появляется феномен экзистенциальной дезориентации, потери важных, значимых жизненных ориентиров человека. И вот когда «кости цивилизации» начинают давать сбой, когда машина цивилизации срывается вхолостую, появляется возможность осознать механизм ее функционирования, а индивид, выпадающий из этой машины, имеет возможность увидеть себя во всей непосредственности (Мардашвили М.К., 1992). Это и происходит с Фрейдом. Так рождается психоанализ, как новый способ осознания новой формы существования человека в мире, как новая идеология, возникающая взамен разрушенных, как новая психотехническая культура, направленная на воспроизводство и развитие индивида в кризисной ситуации культуры (Олешкевич В.И., 1997).

Поскольку официальное сознание с его идеологически обоснованной цензурой систематически подавляло многие непосредственные жизненно важные ощущения, резко ограничивая возможность их выражения и осознания, то формируется такая ситуация, что человек вынужден, например, думать на своем неофициальном языке, а уже выражать результат этого думания на языке официальном. Таким образом складываются многообразные формы опосредованного самовыражения и замещения непосредственного опыта, которые Фрейд назвал позже защитными механизмами. Это защитные механизмы самосознания, которые формируются в той социальной ситуации, когда индивид вынужден вести двойное существование, например, думать одно, а говорить — другое, поскольку не существует соответствующих социальных форм самовыражения.

Итак, основной конфликт, который разыгрывается в индивидуальном сознании пациентов И.Брейера и З.Фрейда —

это по сути дела социальный и культурный конфликт официального и феноменального сознания. Официальное сознание теперь уже больше не соответствует содержанию индивидуального сознания, оно все более формализуется и саморазрушается изнутри. Слишком жесткая и ригидная цензура этого сознания ограничивает область возможностей осознания. И за границами этой цензуры образуется бессознательное — та область внутренних мотивов и внутренней речи, где они не могут свободно переходить во внешнюю речь. И чем шире этот разрыв между официальным и неофициальным сознанием, тем труднее внутренней речи перейти во внешнюю. Такая ситуация как раз и была в Австрии, точнее, это общее состояние европейского сознания наиболее остро выразилось в Вене. И вот в такой ситуации неофициальные внутренние мотивы теряют свое словесное оформление и превращаются в инородное тело (Бахтин М.М., 1993). Тогда целые группы органических проявлений человека могут оказаться выключенными из пределов вербального поведения и становятся асоциальными. Таким образом расширяется сфера асоциального в человеке, «животного» в нем (Бахтин М.М., 1993). Таким образом, исследуя непосредственные социальные условия, инициирующие становление психоанализа (социальная структура общественного сознания Вены времен Фрейда; формализация и ложность официального сознания в это время; социология Австро-Венгерской империи и др.) мы пытаемся показать, что психоанализ развивается как социальная реакция на эти условия и является репликой сложного социального диалога в этой ситуации (Олешкевич В.И., 1997).

Можно выделить и другие условия формирования психоаналитического знания. Так известно, что во время терапевтических бесед пациентка Брейера забывала родной язык и объяснялась на английском. И может быть символическим тот факт, что первые интимные признания были сделаны на иностранном языке, то есть в состоянии в некоторой мере

отчужденном от непосредственного самосознания. В этом можно увидеть социальный, и культурный способ самоотстранения и саморефлексии. Чужой язык, рассказ, ведущийся на нем, дает возможность некоторой отстраненности, позволяет говорить о своем как о чужом (как и трансовые состояния, взгляд изнутри французской ментальности на австрийскую, научный язык, именно поэтому Фрейд сразу переходит к формированию такого языка). Одним из условий становления психоанализа является также межкультурная коммуникация австрийского и французского сознательного опыта. Культурные формы и позиции для самовыражения благодаря развивающимся межкультурным связям становятся к этому времени все более аналитическими, а поэтому и все более приближаются к индивидуальному самосознанию (Олешкевич В.И., 1997.). Таким образом формируется *сложное коммуникативное сознание, многофункциональный диалог*, внутри которого и формируются новые знания о человеке.

Обнаруживаются также и ряд других условий и предпосылок возникновения психоанализа. Так, психоанализ не случайно зарождается в еврейской среде, являясь в этом смысле реакцией эмансипации этнических меньшинств в ответ на репрессивное официальное венское сознание. Другое условие возникновения психоанализа — феномен женской социальной эмансипации, выступающий индикатором более широкой культурной интенции к цельности европейского сознания. В этом смысле неслучайно зарождение и становление психоанализа как психотерапии, в нем смыкается медицинская ценность исцеления и общекультурная ценность европейского человека — стремление к цельности души (сознания). На пути к цельности сознания и рождается новая психотехническая культура. Изучая психоаналитическое движение как социальное движение, с точки зрения социологии борьбы научных парадигм, а также как квазиполитическое движение, мы можем сделать вы-

вод о том, что психоанализ как явление новой психотехнической культуры формируется в своей основе как контркультура (Олешкевич В.И., 1997.).

Одним из условий формирования нового самосознания в психоанализе стала идея (она особенно способствовала формированию напряженных отношений между феноменальным и официальным сознанием) времени в европейской культуре (характерно ее отличие от соответствующей идеи в восточных культурах). Пока были актуальны христианские ценности и срабатывали соответствующие психотехнические культуры, эта идея была достаточно эффективной. Но после разрушения этих психотехнических систем обнаруживается характерная связь идеи времени жизни и формирования невротических состояний европейского сознания (Олешкевич В.И., 1997.). Для человека конца 19-го — начала 20-го века уже не осталось, четких, непоколебимых и неизблемых заповедей, которые были достоверны для Средних веков, и поэтому не осталось четких критериев различения добра и зла. Вместо безусловных законов Бога появляется условная человеческая мораль. Нормативные вопросы оказались совершенно запутанными, также и потому, что для новоевропейского человека Бога, этого абсолютного и всепроникающего наблюдателя, уже не существовало. Психотехника, построенная на диалоге с Богом, замещается психотехникой, построенной на диалоге с человеком, а наедине с собой легко формировались оправдательные приговоры самому себе, а вследствие этого и ложное сознание. Образованное в таких условиях сознание оказалось очень запутанным. И, вполне закономерно, что в ответ на это состояние *запутанного* сознания появляется психоанализ — соответствующая этому сознанию психотехника и идеология. Таким образом на материале исследования истории психоанализа мы видим, что психотехнические формы в истории соответствуют определенным формам сознания людей.

Поскольку такое состояние сознания, состояние внутреннего разрыва было характерно в Австрии для больших социальных групп, то развивается соответствующая *социальная реакция*, культурная активность, частным явлением которой стал психоанализ. Эта социальная реакция проявляет отчетливые признаки появления нового самосознания в европейской культуре. Таким образом, все эти условия инициировали новое мощное движение за освобождение человеческой личности, стали толчком для формирования нового самосознания и новой идеи человека.

Несмотря на то, что психоанализ оказал огромное влияние на европейскую культуру, стал порождающей структурой для многих видов психотерапии (как психотехника, стратегически ориентированная на осознание неосознанного) и направлений психологии, все же как культурно-историческое явление он имеет свои границы, в том числе и границы истинности. И задача социологии психологического знания состоит в том, чтобы через определение социальных детерминант образования знания задать его границы, а благодаря этому открыть возможности для построения новых опытов получения знания. Выше мы пытались коротко описать свои исследования социологии психоаналитического знания. Отсюда мы можем сделать следующие выводы:

1) психоанализ возникает внутри определенного сознания (внутри социальных мотивов определенной социальной и культурной группы) в специфических социальных и культурных условиях;

2) в процессе своего развития психоанализ был ориентирован на диалог и борьбу с определенным рода формализованным и закостеневшим рациональным сознанием и этот специфический диалог и полемическую ориентацию психоанализ удерживает и в последующей своей структуре;

3) психоанализ развивается внутри определенного опыта социальной и культурной группы и содержит в себе струк-

туру этого опыта, а затем переносит этот частный опыт на все другие объекты исследования, что является характерным для развития науки. Например, наши исследования показывают, личная история Фрейда, структура его семьи, его собственное положение в семье, этническая память его семьи, условия воспитания детей в еврейских семьях среднего класса, женская эмансипация и особые отношения к Фрейду его матери — именно эта совокупность социальных и культурных условий определили формирование Фрейдом его теории эдипова комплекса. То есть эта теория является проекцией Фрейда своего непосредственного опыта развития. И она действительно была истинной для определенного рода социальных групп. Но если психология является культурно-исторической дисциплиной, то насколько истинно переносить это знание на все историческое человечество?

Так, уже у А.Адлера был другой социальный и культурный опыт и он резко возражает против идеи эдипова комплекса как нормального этапа развития ребенка. Адлер утверждает, что такого рода проблемы возникают у избалованного ребенка. И, вероятно, появление социальных условий для развития такого ребенка и произвело в европейской культуре условия для формирования соответствующих комплексов. У него появляется другая теория, и она тоже верна для определенного вида опыта и для определенной социальной ситуации развития. Потом уже дочь З.Фрейда Анна Фрейд обратила внимание, что в многодетных и малообеспеченных семьях эдиповы проблемы почти не возникают (Бурлакова Н.С., Олешкевич В.И., 2005). А это значит, что прежде всего социальная ситуация развития формирует психологию

людей, которые создают психологические теории, и по этой причине опыт каждой психологической концепции ограничен. И задача социологии психологического знания состоит в том, чтобы описать и объяснить особенности этих ограничений.

Литература

1. Бурлакова Н.С., Олешкевич В.И. Детский психоанализ. Школа А.Фрейда. — М.: Академия, 2005.
2. Волошинов В.Н. (Бахтин М.М.) Марксизм и философия языка: Основные проблемы социологического метода в науке о языке. — М.: Лабиринт, 1993а. 192 с.
3. Волошинов В.Н. (Бахтин М.М.) Фрейдизм. — М.: Лабиринт, 1993б. 120 с.
4. Лоренцер А. Археология психоанализа: Интимность и социальные страдания. — М.: Прогресс-Академия, 1996. 304 с.
5. Мамардашвили М.К. Вена на заре 20-го века. — М.: Прогресс-Культура, 1992а, 2-е издание измененное и дополненное. С. 388–403.
6. Мокшицкий Э. Между эпистемологией и социологией знания // Социо-Логос. — М.: Прогресс, 1991. С. 109–124.
7. Олешкевич В.И. Рождение новой психотехнической культуры. — М.: Экос, 1997. 176 с.
8. Шертток Л., Соссюр Р., де. Рождение психоаналитика. От Месмера до Фрейда. — М.: Прогресс, 1991. 288 с.
9. Шедровицкий Г.П. Система педагогических исследований (Методологический анализ) // Сб. Педагогика и логика. — М., 1993. С. 16–201.
10. Weber M. Die Protestantische Ethik und der Gesist des Kapitalismus. — Munchen — Hamburg, 1956.

Oleshkevich V.I. To the problem of sociology of psychoanalytic knowledge

In article results of researches on sociology of psychoanalytic knowledge are stated. Limitation of the given type of knowledge cultural both social factors and mechanisms of their formation, and also value of sociology of knowledge for psychology studying as a whole is shown.

Keywords: knowledge sociology, psychoanalysis, emancipation, dialogue, consciousness, psychotechnics.

Олешкевич В.И.

ИСТОРИКО-ПСИХОТЕХНИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ФЕНОМЕНА НАРЦИССИЗМА

В статье исследуется история психологических разработок явления нарциссизма внутри диалога З.Фрейда и А.Адлера. Изучаются социальные условия развития этого феномена в европейских обществах. Показывается значение психотехнического анализа явления нарциссизма, а также значение психотехнического подхода к анализу других психических явлений.

Ключевые слова: нарциссизм, чувство неполноценности, Я-идеал, социальные условия, механизмы, психический феномен, психотехника.

Сегодня почти что общепринятым является представление о том, что нарциссизм открыл Зигмунд Фрейд и что именно он впервые разработал теорию нарциссизма. Но историко-психологический анализ показывает, что это не совсем так. В сущности, впервые на проблематику нарциссизма вышел Альфред Адлер (Адлер А., 1997, 1998, 1995, 2002). И именно благодаря тому, что он затронул и уже достаточно проработал этот важный пласт психологии европейского человека, вынудило Фрейда в 1914 году обратиться, в сущности, к адлеровской тематике в своей работе о нарциссизме (Фрейд З., 1991). К написанию этой работы, в которой происходит переосмысление прежних взглядов Фрейда и возникает интерес к психологии Я, Фрейд помимо возражений К.Г.Юнга (в связи с объяснением шизофрении) подталкивали и идеи А.Адлера. И особенно интересным является то, что теперь у Фрейда встречаются идеи, очень близкие тому, что ранее высказывал А.Адлер.

О том, что Фрейд пытается объяснить психологические явления, описанные Адлером, говорит следующая выдержка из его работы: «А.Адлер правильно подчеркнул, что сознание собственной органической малоценности действует возбуждающе на работоспособность душевной жизни и вызывает повышенную продуктивность посредством сверхкомпенсаций. Но было бы

большим преувеличением объяснять всякую большую трудоспособность этой первоначальной малоценностью органов. Не все художники страдают недостатком зрения, не все ораторы были сперва заиками: есть много проявлений исключительной трудоспособности на почве прекрасной физической одаренности органов. В этиологии неврозов органическая неполноценность играет первоначальную роль, такую же, как актуальное восприятие для образования сновидений. Невроз пользуется ею как предлогом, как и всякими другими подходящими моментами. Но если поверишь невротической пациентке, что она должна была заболеть потому, что она некрасива, неправильно сложена, непривлекательна, так что ее никто не может любить, то следующая же больная докажет противное, упорствуя в своем неврозе и отказе от всего полового, хотя она кажется чрезвычайно обворожительной и желанной. Исторические женщины в большинстве случаев принадлежат к типу привлекательных и даже красивых представительниц своего пола, а с другой стороны, так часто встречающиеся у низших классов нашего общества безобразие и уродство органов и телесных пороков не вызывают увеличения числа невротических заболеваний в их среде» (Фрейд З., 1991, с. 130–131).

Необходимо здесь, прежде всего, уточнить, что уже к 1909 году Адлер до-

бавил к фактору органической неполноценности другие, уже социальные, факторы, влияющие на формирование как неврозов, так и сверхкомпенсации. Он также знал, что невроз может пользоваться органической неполноценностью только как предлогом, защитой и т.п. Все это Фрейд знал, так что его критика здесь не совсем искренна. И это еще раз убеждает нас в том, что Фрейд приступает к разработке «адлеровской» тематики.

Здесь также обращает на себя внимание важная оговорка Фрейда о том, что у низших классов общества «безобразия и уродство органов и телесных пороков не вызывают увеличения числа невротических заболеваний в их среде». Потом дочь Фрейда Анна будет считать, что и эдипов комплекс не особенно выражен у представителей этих классов (Бурлакова Н.С., Олешкевич В.И., 2005). Но это ведь как раз и свидетельствует о социальных и культурных факторах, влияющих на формирование неврозов, которые так любил подчеркивать Адлер. С другой стороны, как будет показано дальше, Фрейд склонен эти факторы выносить за скобки. Но поскольку в клинике эти социальные факторы вынести за скобки достаточно трудно, он (в силу ряда причин) ограничивается исследованием неврозов в рамках определенного социального класса. Тогда возникает вопрос, не являются ли неврозы непосредственным следствием определенного образа жизни этого класса? И, кажется, Фрейд подтверждает это следующей выдержкой из своей работы: «Сознание своей импотенции, собственной невозможности любить вследствие душевного или телесного заболевания действует в высшей степени принижаяще на самочувствие. Здесь, по моему мнению, нужно искать один из источников так охотно выставляемого невротиками на показ чувства своей малоценности. Но

главным источником этих чувств является обеднение Я (Ichverarmung), которое вытекает из необычайно больших привязанностей либидо к объектам за счет Я, то есть повреждение Я вследствие сексуальных стремлений, не поддающихся более его контролю» (Фрейд З., 1991, с. 130).

Если считать первым источником чувства неполноценности просто факт импотенции, то это будет, конечно, неудовлетворительным объяснением, потому что импотенция должна быть объяснена сама. Если учесть, что физиологически опосредованная импотенция является достаточно редким явлением, то проблема в данном случае состоит в понимании психогенной природы импотенции, где и можно, вероятно, найти то первичное чувство малоценности. И Адлер правильно подчеркивает, что сексуальная неполноценность является следствием (или символом) социальной неполноценности и слабости социальных интересов. Но вместе с тем возникает впечатление, что для тех классов, для тех групп пациентов, с которыми работал Фрейд факт и сознание импотенции могли действительно иметь определенное значение. Так же как и другие сексуальные проблемы. Поскольку пациенты Фрейда — это в основном представители высших слоев среднего класса, то нужно предположить, что проблемы, которые описывает Фрейд, — это, прежде всего, проблемы этой социальной группы. Действительно, представители этой социальной группы были всегда на виду, под пристальным наблюдением публики, это буржуазные семейства, погруженные в достаточно жесткие семейные традиции с их жесткими правилами. И во времени Фрейда этот образ жизни стал давать сбой, в том числе и на уровне сексуального поведения.

Что касается второго источника малоценности, то здесь Фрейд в сущно-

сти повторяет на своем языке концепцию избалованного ребенка (как причины неврозов) Адлера. Именно у избалованного ребенка, согласно Адлеру, будет происходить обеднение его Я за счет привычки получать все по первому требованию, неспособности выдерживать фрустрацию, за счет привычки полагаться на других в удовлетворении своих потребностей, его бесконечной жадности и ревности, а поэтому привязанности его Я к объектам, в том числе, раннего сексуального развития и фиксации на сексуальном удовольствии. Отсюда, естественно, происходит «повреждение» Я (или отсутствие его правильного формирования) вследствие привязанности к объектам, в том числе и сексуальным (или даже к своему телу, например, мастурбация и т.п.). Обратим внимание на различие логик размышления Фрейда и Адлера. Хотя речь идет казалось бы об одном и том же содержании, Фрейд говорит о развитии, например, Я как о естественном процессе: Я отдает либидо объекту или либидо перетекает от Я к объекту, перетекает как и вода льется из одного сосуда в другой и когда это происходит состояние индивида меняется.

Адлер рассматривает развитие индивида и его Я, вводя их в определенные социальные рамки (социальное положение, состав семьи, порядок рождения, органическая неполноценность и т.п.), внутри которых и происходит развитие ребенка. И это развитие видится как процесс воспитания, как следствие сложных социальных взаимодействий ребенка и его окружения. Так что, например, избалованный ребенок — это не просто констатация результата («Я, обедненное энергией либидо»), но это, прежде всего, процесс, который содержится в этом результате, это Я, произведенное определенной системой социальных взаимодействий. А логика рассуждений Фрейда выглядит так, как

будто эти взаимодействия ребенка и его окружения есть нечто само собой разумеющееся, стабильное и универсальное. В какой-то мере можно такое состояние дел предположить, если имеешь дело постоянно с проблемами одного социального слоя. Обратим внимание, Фрейд достаточно пренебрежительно говорит о низших социальных слоях, у которых-то и неврозы редко встречаются. Он ориентируется, по крайней мере, на высшие слои среднего класса, которые и страдают описанными Фрейдом формами неврозов («барская болезнь»).

Если бы Фрейда спросили, почему все же неврозы встречаются чаще в высших слоях современного ему общества, то он, наверное, ответил бы следующее: потому, что у этих людей сохранились высокие моральные устои, чего нельзя сказать о представителях низших классов. И в этом смысле невроз по Фрейду — это заболевание определенного морального сознания. Пациентами Адлера были более низкие слои среднего класса и соответственно, он встречал также и другие психические расстройства. Например, Адлер, один из немногих в то время, имел опыт терапевтической работы с преступниками, трудными подростками, пациентами с аддикциями, а также работал с другими видами отклоняющегося поведения, которые он также относил к неврозам (Зеельманн К., 2004, Каузен Р., 2004, Мир Ф., 2004).

В этой же работе «О нарциссизме» (1914 года) Фрейд несколько переосмысливает понятие эдипова комплекса. Если ранее он связывал его возникновение с влиянием сексуального заупугивания (в связи с которым развивается так называемый кастрационный комплекс), то теперь он уточняет развитие эдипова комплекса с учетом теории нарциссизма. В частности, он пишет, что вначале эдиповы влечения

(страх за пенис у мальчика и зависть к пенису у девочки) действуют совместно и «неразрывно смешаны в качестве нарцисстических интересов» (Фрейд З., 1991, с. 124). Далее он считает, что именно «из этого взаимоотношения Адлер создал свой «мужской протест»» (там же). Таким образом, Фрейд признает этот «протест» и говорит о его нарцисстической природе. Более того, здесь он в сущности признает первичность этого нарциссического «мужского протеста» по отношению к эдиповым влечениям. Причем признает вслед за Адлером, который доказывал, что при неправильном воспитании именно на основе мужского протеста и в качестве его специфической символизации могут возникнуть эдиповы привязанности.

В этой же работе Фрейд выделяет как самостоятельный тип влечений влечения Я, которые формируются по нарциссическому типу, когда энергия либидо направляется на Я. Этот тип влечений объясняет те психические явления, которые Адлер описывал как стремление ребенка к власти, стремление к совершенству, даже богоподобию и т.п. Теперь Фрейд непосредственно обращается к изучению этих психических феноменов и процессов их генеза в норме и патологии. В частности, он стремится понять, что же происходит при нормальном развитии с детским «бредом величия»: «Наблюдение над нормальным взрослым человеком показывает, что его детский бред величия ослаблен, и психические признаки, по которым мы заключаем о его инфантильном нарциссизме, сглажены. Что же случилось с его Я-либидо? Должны ли мы полагать, что оно все ушло целиком на привязанность к объекту?» (Фрейд З., 1991, кн. 2, с. 125). Здесь ответ Фрейда отрицательный. И достаточно интересно, что положительный ответ он ищет в психологии вытесне-

ния, то есть в понимании механизмов вытеснения. Откуда же происходит вытеснение? Фрейд и раньше считал, что оно происходит из Я, но Я, основой которого являлся инстинкт самосохранения. То есть ранее вытеснение было обусловлено преимущественно страхом наказания, а функция «Я» была ориентирована на познание реальных возможностей такого наказания, или на восприятие угроз, исходящих из реальности. Теперь Фрейд уточняет, он говорит: «Вытеснение (...) исходит от Я — точнее сказать, из самоуважения Я» (Фрейд З., 1991, кн. 2, с. 125). Самоуважение — это уже не инстинктивный страх, это некоторое удвоение Я, а также отношение к самому себе (как своему Я). Если разные люди допускают разные впечатления в сознание, то это означает, что у них различное самоуважение.

Как же объяснить феномен самоуважения? Фрейд отвечает следующим образом: человек создает «идеал, с которым он сравнивает свое действительное Я» (там же). И образование идеала является таким образом «условием вытеснения со стороны Я» (там же, с. 125). Но этот идеал является не просто моральной нормой. Фрейд пишет, что этому идеалу Я «досталась та любовь к себе, которой в детстве пользовалось действительное Я» (там же). То есть идеал Я оказывается нарциссическим образованием, перенесенным на новое идеальное Я, которое «подобно инфантильному, обладает всеми ценными совершенствами» (там же, с. 125–126). Здесь мы вновь видим, как Фрейд разрабатывает в своих терминах адлеровскую тематику (идеальный образ, самоуважение и т.п.).

В данном случае Я-идеал, согласно Фрейду, связан не только с ощущением совершенства, могущества (конечно, определенных и ограниченных индивидуальной историей индивида), но и с

ощущением некоторого важного и, наверное, фундаментального удовольствия. Согласно принципу удовольствия, который Фрейд ввел в психоанализ еще до того, как он пришел к теории нарциссизма, человек не склонен отказываться от удовольствия, ранее им полученного. Теперь он этот принцип переносит и на Я-либидо. Так мы читаем: «Человек оказался в данном случае, как и во всех других случаях в области либидо, не в состоянии отказаться от некогда испытанного удовлетворения. Он не хочет поступиться нарцисстическим совершенством своего детства и когда со временем и с возрастом ставит перед самим собой его как идеал, то это есть только возмещение утерянного нарциссизма детства, когда он сам был собственным идеалом» (Фрейд З., 1991, с. 126). Обратим внимание на слова Фрейда «сам был собственным идеалом». Похоже, что в своем детстве Фрейд действительно был собственным идеалом. Старший мальчик, обожаемый матерью, младшей была сестра и т.д. Но он забыл, что этот идеал был кем-то создан, создан определенной социальной ситуацией его развития. Но эта ситуация была типичной для определенного культурного круга в еврейской среде: это ориентация на повышение социального статуса, определенные культурные ценности и пр.

Адлер не сказал бы идеал себя, он пишет «чувство неполноценности», «стремление к совершенству» и т.п. Его не обожали с такой силой как Фрейда, он был вторым мальчиком в семье, поэтому вынужден был бороться, соревноваться, догонять, быть чувствительным к тому, как к нему относились и т.п. Поэтому в отличие от Фрейда, Адлер пишет о нарциссизме, во-первых, более конкретно. И, во-вторых, в силу своего более глубокого или просто иного опыта в этом отношении, он понимает, что нарциссизм создается опреде-

ленным окружением и описывает его в различных социальных вариациях.

Фрейд также пытается объяснить шизофрению через Я-идеал и различного рода нарушения в его развитии. Формирование этого понятия также происходит в результате полемики Фрейда с Юнгом и Адлером. Посмотрим, что пишет Фрейд по этому поводу: Я-идеал имеет и «социальную долю, он является также общим идеалом семьи, сословия, нации. Кроме нарцисстического либидо, он захватил также большое количество гомосексуального либидо данного лица, которому таким путем возвращено Я. Неудовлетворение вследствие неосуществления этого идеала освобождает гомосексуальное либидо, которое превращается в сознание своей вины (социальный страх). Сознание вины было сначала страхом перед наказанием родителей, правильной — перед лишением их любви, позже место родителей заняла определенная масса современников. Таким образом, понятным становится частое заболевание паранойей вследствие обиды, нанесенной Я, благодаря невозможности найти удовлетворение в области Я-идеала, а также совпадение в идеале Я образования идеала и сублимирования и разрушения сублимирования, а иногда при парафренических заболеваниях полные перемены в области идеалов» (Фрейд З., 1991, с. 133).

Прежде всего, обратим внимание, насколько напоминает понятие Я-идеала такие понятия Адлера как «жизненная цель», «жизненный план», «стремление к совершенству» и т.п. Похожим образом Адлер также объясняет шизофрению, а именно через грубое нарушение в структуре жизненной цели и в области социальных интересов. Когда Фрейд говорит о паранойе как следствии «обиды, нанесенной Я», то это утверждение вполне можно соотнести с образованием чувства неполно-

ценности у Адлера. Отметим, также оговорку Фрейда о том, что сознание вины было вначале страхом перед наказанием родителей, но «правильней — перед лишением их любви». То есть Фрейд пишет в сущности так же, как ранее писал Адлер: именно стремление ребенка получить любовь родителей является движущей силой его развития. Далее, «невозможность найти удовлетворение в области Я-идеала» по Фрейду переключается с излишне идеальной и абстрактной жизненной целью по Адлеру, а также низкой корреляцией этой цели с социальными интересами. То же самое можно сказать по поводу «совпадения в идеале Я образования идеала Я и сублимирования и разрушения сублимирования». Адлер в этом случае говорит об отсутствии социального интереса и оторванности жизненной цели от социальных интересов. Вместо сублимации Адлер пишет о стремлении к власти и о развитии социального интереса. Во всяком случае достаточно правдоподобно выглядит предположение о том, что понятие Я-идеала Фрейд был вынужден ввести под влиянием концепции «жизненной цели» (а также «идеальный образ личности») Адлера, поскольку аналогичного понятия в концепции Фрейда до сих пор не было.

Возникает впечатление, что Фрейд не хочет использовать в своей психологии социальные понятия, не хочет отдавать свою психологию социальным перипетиям. Как Платон, он стремится считать свои идеи общими и далекими от социальной жизни. Но все же в полемике с Юнгом, Адлером он говорит, что Я-идеал имеет и «социальную долю», что он является «общим идеалом семьи, сословия и нации». Это выглядит, с одной стороны, как уступка Юнгу (архетипы бессознательного), а с другой стороны, как способ социализировать «мистицизм» Юнга. В определенном смысле, это также шаг в сторо-

ну Адлера. Фрейд стоит между Юнгом и Адлером и в этом социальном контексте формирует свои новые идеи.

Выдерживая свою логику, Фрейд находит в нарциссическом либидо, также и гомосексуальное начало. И это естественно, поскольку вторичный нарциссизм образуется вследствие отделения либидо от его объектов. В данном случае либидо отделяется от гомосексуальных объектов. Отделяется из чувства вины. И Фрейд уточняет, что сознание вины сначала было страхом перед лишением родителями их любви, то есть в сущности, нарциссизма. И место этих дарителей любви потом займет определенная масса современников индивида. Это последнее утверждение также близко к Адлеру.

Как подтверждение существования нарциссизма Фрейд пишет следующее: «Если обратить внимание на хорошее отношение нежных родителей к их детям, то нельзя не увидеть в нем возрождение и воскрешение собственного, давно оставленного нарциссизма» (Фрейд З., 1991, с. 123) В области чувств в этих отношениях всецело господствует переоценка объекта. Так, например, имеется навязчивая потребность приписывать ребенку все совершенства и скрывать и забывать все его недостатки (например, отрицание детской сексуальности) и «обнаруживается стремление устранять с дороги ребенка все те уступки требованиям культуры, с которыми пришлось считаться собственному нарциссизму родителей, и восстановить по отношению к ребенку требования на все преимущества, от которых сами родители давно уже вынуждены были отказаться. Пусть ребенку будет лучше, чем родителям, он должен быть свободен от всех требований рока, власти которых родителям пришлось подчиниться. Ребенка не должна касаться ни болезнь, ни смерть, ни отказ от наслаждений, ни ограничения собствен-

ной воли; законы природы и общества теряют над ним силу, он действительно должен стать центром и ядром мироздания», и далее, «это то какими когда-то родители считали самих себя. Он должен выполнить неисполненные желания родителей, стать вместо отца великим человеком, героем, получить в мужья принца — для позднего вознаграждения матери. Самый уязвимый пункт нарциссической системы, столь беспощадно избличаемое реальностью бессмертие Я, приобрело в лице ребенка новую почву и уверенность. Трогательная и по существу такая детская родительская любовь представляет из себя только возрождение нарциссизма родителей, который при своем превращении в любовь к объекту явно вскрывает свою прежнюю сущность» (Фрейд З., 1991, с. 123–124).

Фрейд своей цели, несомненно, достигает, он убеждает читателя, что такой феномен как нарциссизм действительно существует. Но, с другой стороны, возникает большой соблазн воспользоваться по отношению к этому тексту методом самого Фрейда и рассмотреть данный текст как проекцию его личного опыта. Например, что касается нарциссической переоценки объекта, то она ведь действительно была характерна для Фрейда. Вспомним истории его взаимоотношений с К.Г.Юнгом, О.Ранком, да и самим Адлером (почти родственная близость, за которой следует разрыв)?! А сам Фрейд когда-то испытал эту переоценку себя со стороны матери. Если же мы рассмотрим это нарциссическое отношение родителей к ребенку как устойчивое отношение в семье, а именно, переоценку достоинств ребенка, устранение требований культуры к нему, установление для него всяческих преимуществ, даже видение ребенка как центра мироздания и т.п., то мы получим ребенка, которого Адлер называет избалованным (поэто-

му трусливым, с сексуальными влечениями, эдиповым комплексом, истерией, в общем ребенка, к которому особенно легко применим весь аппарат фрейдовской психологии).

Сегодня такого рода отношения к ребенку считаются патологическими. Внутри таких отношений вырастает жалкая, беспомощная нарциссическая личность. Вместе с тем Фрейд испытал на себе некоторое подобие такого рода отношений, и это стало основой для его концепции (Фромм Э., 1996). Причем интересно, что феномен нарциссизма он осознает одним из последних. Последним в цепи своих открытий (вначале детские сексуальные влечения, их развитие, вытеснение). И это вероятно неслучайно, потому что нарциссизм был некоторой базой для его теории. И обнаружение нарциссизма наносит определенный удар по сексуальной теории Фрейда, которая построена «под нарциссическую личность». Последним Фрейд открывает нарциссизм также по отношению к Адлеру и Юнгу. Адлер же делает это открытие первым. Это вполне объяснимо личной и социальной историей Адлера (второй ребенок в семье, болезненный в детстве, иная, нежели у Фрейда социальная среда, в которой происходило развитие Адлера и т.п.).

Тайное или явное стремление возложить на ребенка исполнение несбывшихся собственных желаний сегодня считается патологическим со стороны родителей, желанием, вредящим ребенку. Но во времена Фрейда было по-другому. Его нарциссическая обида за невысокое положение отца, честолюбивые помыслы матери стимулировали стремление Фрейда добиться чего-то в жизни, чтобы поднять свою семью и себя на новый социальный уровень. А для своей дочери Анны он постарался устранить препятствия, установить преимущества (чтобы она не испытала тех

лишений и трудностей, которые перенес он сам). Наконец, и сам психоанализ Фрейд стремился сделать продолжением себя, живым памятником себе и чуть ли не семейным предприятием. В целом личный нарциссизм Фрейда очевиден (его ранимость, идеализации своих сторонников и т.п.). И можно смело предположить, что этот «онтологический нарциссизм» и стал некоторой матрицей, базой для развития психоанализа, хотя в самой психоаналитической теории он взят в скобки. Но такая ситуация была характерна не только для Фрейда, а для определений социальной группы, к которой он принадлежал (или стремился принадлежать). В целом же «повышенный уровень нарциссизма» стал во времена Фрейда характерным для всего среднего класса. Но в разных слоях этого класса специфика нарциссизма несколько отличалась. Как мы видели, у Адлера структура нарциссизма была несколько иной. Иной, следовательно, была и теория личности.

Похоже, что отнюдь не случайно идеи нарциссизма долгое время существовали на периферии психоанализа. Анна Фрейд почти не пользовалась этими идеями. То же самое касается ее ученика Э.Эриксона, который стремился открыть идентичность личности. И только впоследствии Х.Кохут начинает разрабатывать идею нарциссизма как центральную в его новой теории личности (Фрейд А., 1999, Эриксон Э., 1996, Кохут Х., 2002). Все это не случайно. Нарциссизм долгое время был глубоко вытеснен из сознания европейской личности, это коснулось и психоанализа в целом.

Таким образом, мы видим, какое большое значение имеет диалог в формировании новых психологических идей. Именно Адлер, в силу специфики своей социальной и экзистенциальной истории впервые открывает про-

блематику нарциссизма. А у Фрейда до 1914-го года эта проблематика была преимущественно вытесненной, хотя имплицитно и являлась важной предпосылкой его концепций. Но под напором реальности и новых идей Адлера и Юнга он был вынужден «открыть» нарциссизм, психический феномен, который был характерен для больших социальных групп европейского общества. Но в действительности вначале это психологическое явление создается сложившимися в европейских обществах определенными структурами социальных и культурных отношений и только затем открывается психологией. И похоже, что это касается не только нарциссизма. Всякое новое психическое явление вначале создается определенной социальной организацией общества и становится в этом обществе массовым явлением, а только затем рефлектируется психологией, но рефлектируется (как у Фрейда) лишь в натуралистической форме. Задача же рефлексивной и культурно-исторической психологии состоит в восстановлении настоящего положения дел, то есть осознания и рефлексии психических феноменов как явлений культурно-исторических.

Другими словами, психические явления важно понять как то, что производится в культуре при помощи определенных культурных средств и механизмов, которые можно назвать психотехниками или даже определенными психотехническими культурами (Олешкевич В.И., 1997, 2002). Такие психотехники продолжают функционировать и внутри уже ставших психических феноменов, которые нельзя понять, не реконструировав породившие их психотехники. В сущности, в этом и состоит идея культурно-исторической психологии Л.С.Выготского. В этом смысле, нарциссизм — не натурально-психологическое явление, а явление

культурно-историческое и психотехническое. Только на этом пути мы можем понять его структуру, также как и структуру других психических явлений.

Литература

1. Адлер А. Воспитание детей. Взаимодействие полов. — Ростов-на-Дону: Феникс, 1998.
2. Адлер А. О нервическом характере. — СПб.: Университетская книга, 1997.
3. Адлер А. Очерки по индивидуальной психологии. — М.: Когито-Центр, 2002.
4. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии. — М.: Фонд «За экономическую грамотность», 1995. 296 с.
5. Бурлакова Н.С., Олешкевич В.И. Детский психоанализ: школа Анны Фрейд. — М.: Академия, 2005.
6. Зеельман К. Индивидуальная психология Адлера // Энциклопедия глубинной психологии. Т. 4. — М.: Когито-Центр, МГМ, 2004. С. 42–113.
7. Зеельманн К. Жизненный путь Адлера — до разрыва с Фрейдом // Энциклопедия глубинной психологии. Т. 4. — М.: Когито-Центр, МГМ, 2004. С. 6–18.
8. Каузен Р. Влияние индивидуальной психологии на современные психологические направления // Энциклопедия глубинной психологии. Т. 4. — М.: Когито-Центр, МГМ, 2004. С. 133–146.
9. Кохут Х. Восстановление самости. — М.: Когито-Центр, 2002.
10. Мир Ф.Адлер и его время. Сведения о жизни и творчестве // Энциклопедия глубинной психологии. Т. 4. — М.: Когито-Центр, МГМ, 2004. С. 3–5.
11. Олешкевич В.И. История психотехники. — М.: Академия, 2002.
12. Олешкевич В.И. Рождение новой психотехнической культуры. — М., 1997.
13. Фрейд А. Теория и практика детского психоанализа. Т. 1, 2. — М.: Апрель Пресс, Эксмо-Пресс, 1999.
14. Фромм Э. Миссия Зигмунда Фрейда. Анализ его личности и влияния. — М.: Весь мир, 1996.
15. Эриксон Э. Детство и общество. — СПб.: Ленато, АСТ, Университетская книга, 1996.

Oleshkevich V.I. Historic-psychotechnical analysis of the phenomenon of the narcissism

In article the history of psychological workings out of the phenomenon of a narcissism in Z. Frejda and A. Adlera's dialogue is investigated. Social conditions of development of this phenomenon in the European societies are studied. Value of the psychotechnical analysis of the phenomenon of a narcissism, and also value of the psychotechnical approach to the analysis of other mental phenomena is shown.

Keywords: a narcissism, feeling of inferiority, an ideal, social conditions, mechanisms, a mental phenomenon, the psychotechnician.

Фролова О.П., Радионова С.В. (Иркутск)

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ДУХОВНОГО РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ

В статье рассматривается проблема духовного развития человека, экзистенциальные проблемы бытия в мире, а также современные методы исследования семантических конструкторов личности

Ключевые слова: духовное развитие, экзистенция, трансперсональное, семантическое пространство, тренинг.

Проблема выявления закономерностей духовного развития личности связана с выделением исследовательского предмета из объектной области, описываемой категориями «дух» и «духовность». Попытки решения этой сложной задачи предпринимаются отдельными психологами-исследователями.

Экзистенциальная психология, описывающая содержание духовных уровней личности, или надсознательного (сверхсознательного), и трансперсональная психология, изучающая духовные переживания личности, трансцендентные состояния, могут считаться теми областями науки психологии, которые предметом своего изучения выбрали духовность. Современным понятием для обозначения непосредственного переживания духовного опыта является термин «трансперсональный», обозначающий выход за пределы обычного способа восприятия и интерпретации мира с позиции, ограниченной индивидуальным эго. Однако само понятие «Дух» не рассматривалось в проблемном поле ортодоксальной психологии как науки, и попытки включить содержание этого понятия в смысловое пространство современной психологии встречает достаточно сильное сопротивление. Например, это выражается в снисходительном, иногда и отрицательном отношении к трансперсональной психологии в академических кругах.

Под духовными состояниями вслед за В.В.Козловым мы понимаем «ситуа-

ции, когда человек вовлекается в переживания, имеющие отчетливый надличностный и сакральный («нуминозный») характер и находящиеся за пределами повседневного, «профанического» состояния сознания». Очевидно, что на духовном уровне личности отражается переживание личностью экзистенциальных проблем, содержится отношение к себе, другим людям, в целом к миру.

Возможно, определять категорию «дух» в психологии сложно и не продуктивно, и это задача философии, но целостное изучение саморегулируемой системы (индивидуальности) невозможно без метасистемного выхода. И тогда ясно, что интегральная индивидуальность, объединяя свойства разных ее уровней, должна иметь некое основание этой интеграции. Интегративная психология, определяя своим предметом сознание, дает возможность решать эту проблему.

В своем исследовании мы обозначаем духовность, как экзистенциально-смысловой локус индивидуального Эго сознания, содержащий образец картины мира, с которым личность сверяет свои действия, и от непротиворечивости и целостности которого зависит благополучие личности. Основное предназначение и функции духовной сферы человека: выстраивание собственной жизни (экзистенциальная функция), ответственность за эволюцию человеческого сознания, включая поддержание

развития человеческого рода (антропогенная функция), создание или сотворение нового (творческая функция) и некоторые другие.

Каждый человек имеет внутреннюю картину мира, которая представлена в смыслах и открыта для возможных постепенных изменений под воздействием постоянно меняющейся внешней природной и социальной среды. Изменения происходят спонтанно и являются следствием адаптивного поведения (эмпирический опыт), либо целенаправленно под воздействием воспитания или специальных психологических методов.

Изучая влияние интенсивных интегративных психотехник на духовный рост личности, мы задались вопросом выявления изменений в смысловой структуре личности под влиянием летних «Духовных странствий с профессором В.В.Козловым». Объектом изучения стало духовное развитие личности, а предметом — динамика экзистенциальных смыслов под воздействием тренингов. Наше предположение состояло в том, что тренинги создают среду, которая облегчает проявление и ускоряет динамику экзистенциальных смыслов личности, способствуют духовному развитию.

Для доказательства данной гипотезы мы изучали протекание духовных кризисов через экзистенциальные смыслы, которые проявляются как стрессогенные в кризисных условиях.

Для изучения динамики семантических пространств личности была выбрана компьютерная методика объективного анализа вызванных ЭЭГ-потенциалов в ответ на подпороговое предъявление семантических стимулов (С.В.Квасовец, А.В.Иванов, Ю.А.Бубеев). Авторами методики выделен набор семантических базовых стимулов по темам: социальные отношения; здоровье; секс; материальные проблемы; профессиональная сфера; психоактивные веществ-

ва; самооценка и аутоидентификация личности; угроза для жизни. Стимулы предъявляются испытуемому с целью выявления эмоционально значимых, а по существу стрессогенных факторов.

Методика позволяет представить реакции личности на стимулы в виде психосемантической матрицы, имеющей положительные или отрицательные значения. Отрицательные показатели соответствуют более высокому порогу возникновения реакции на тестовый стимул и, следовательно, в них проявляются механизмы психологической защиты. Положительные значения свидетельствуют об отсутствии проявлений психологической защиты и, более того, о наличии выраженной акцентуации психологической проблематики, соответствующей тестовому стимулу. Кроме того, методика предоставляет возможность рассмотреть различные уровни психосемантической структуры личности в соответствии с их представленностью в ЦНС: 1) кора (смыслы, связанные со структурой Эго, шкала «осознание-личностные защиты»), 2) подкорка (смыслы реализации основных тенденций личности в обществе, шкала «вытеснение — акцентуация»), 3) глубинные структуры (эмоциональные структуры, шкала «тревога-аффект»). В качестве реакций анализируются структурные соотношения ЭЭГ в различных отведениях. Это позволяет производить многомерную (в пространстве психологических категорий) оценку семантической информации. Результирующие психосемантические матрицы строятся на основании показателей активности областей мозга, связанных с различными характеристиками психических процессов.

Все стимулы нами разделены на те, которые характеризуют ситуации повседневной жизни (алкоголь, семья и др.) и экзистенциальные стимулы (основные: смерть, одиночество, смысл жизни, творчество). К ним прибавляются

стимулы, вводимые самими испытуемыми, и выражающие их индивидуальные стрессоры.

Выборку составили 10 человек (7 женщин, 3 мужчин, возраст от 33 до 56), посещающие тренинги духовного развития от 3 до 16 лет и переживающие духовный кризис. Контрольную группу составили 10 (4 мужчины, 6 — женщин, возраст от 25 до 60 лет) человек с личностным кризисом, пациенты психотерапевта.

Выявлено, что в семантическом поле участников первой группы стрессогенными факторами выступают в большей степени экзистенциальные смыслы, что свидетельствует о духовно-экзистенциальном кризисе, тогда как для второй — смыслы бытового характера.

Динамику смыслов участников тренинга (1-я группа) рассматривали путем сравнения диагностических данных до и после тренинга. Анализ результатов до тренинга показал, что в обследованной группе отмечалась выраженная психическая напряженность (наличие выраженных стрессогенных стимулов на шкалах акцентуации, тревоги, аффекта), связанная с экзистенциальными проблемами (смерть, гибель, счастье, свобода, одиночество), а также с особенностями здоровья (боль, болезнь) и особенностями самооценки (хорошо, плохо, самооценка, табу). В том числе у большинства обследованных на шкале акцентуации представлены семантические вербальные стимулы семья, ма-

ма, папа. Что указывает на наличие у участников тренинга высоко уровня стресса, обусловленного духовными исканиями.

При обследовании после тренинга выявлена следующая динамика: у 20% испытуемых произошло уменьшение количества стрессогенных стимулов; у 60% — увеличение количества стимулов, при этом изменилась структура психосемантического «дерева» с перемещением стимулов с аффективной шкалы на другие; 20% испытуемых показали увеличение количества стимулов за счет представленности на аффективной шкале. Переход смысловой нагрузки с аффективного уровня на вышележащие (социальный и эго) мы расцениваем как повышение осознанности саморазвития участников. Очевидна динамика прохождения этапов кризиса: у 20% — завершение, 60% участников переход на новый позитивный уровень, у 20% оставшихся участников расширяются и интенсифицируются эмоциональные переживания в поддерживающей среде.

Таким образом, наличие экзистенциальных смыслов среди стрессогенных факторов указывает на переживание личностью духовного кризиса и отражает проблемы, связанные с его причинами, а условия интенсивной тренинговой программы с применением духовных практик и интегративных психотехник способствуют духовной самореализации личности.

Frolova O.P., Radionova S.V. (Irkutsk). Psychological analysis of the spiritual development of personality

The article discusses the problem of man's spiritual development and existential problems of being, as well as modern methods of semantic constructs of personality research.

Keywords: spiritual development, existential, transpersonal, semantic space, training.

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ОБЩЕСТВЕННОГО РАЗВИТИЯ

Карпов А.А.

СОЗАВИСИМОСТЬ ПРИ ПРОБЛЕМНОМ ГЕМБЛИНГЕ: ФЕНОМЕНОЛОГИЯ И СТРАТЕГИИ ПОМОЩИ

В статье рассматривается феноменология созависимого поведения, сопровождающего проблемный гемблинг, а также стратегии и тактики помощи созависимым личностям в условиях игровой зависимости.

Ключевые слова: проблемный гемблинг, игра, зависимость, созависимость, терапия, реабилитация.

«Ничто нас так не связывает, как человеческие пороки»

О. де Бальзак

Игровая зависимость (лудомания) — патологическая склонность к азартным играм F63.0 по МКБ–10 «заключается в частых повторных эпизодах участия в азартных играх, что доминирует в жизни субъекта и ведет к снижению социальных, профессиональных, материальных и семейных ценностей, не уделяется должного внимания обязанностям в этой сфере» (МКБ–10, 1994).

Под зависимостью можно понимать не только хроническую потребность человека в игре. Это зависимость от привычных состояний и влияний среды общения — это болезнь не отдельного человека, а всей его семьи (созависимость), поэтому важен комплексный, системный подход к вопросам реабилитации игрока и близких людей.

Термин «созависимость» появился в результате изучения природы химиче-

ских зависимостей, их воздействия на человека и влияния, которое оказывает заболевание химически зависимого на окружающих. Так алкоголик зависит от алкоголя, наркоман зависит от наркотиков, игрок — от игры, а их близкие зависят от самого алкоголика, наркомана или игрока. Безусловно, люди по-разному зависят друг от друга, но в случае созависимости возникает болезненный характер такой зависимости.

Созависимость — это болезненное состояние в настоящий момент времени, которое в значительной мере является результатом адаптации к семейной проблеме. Вначале это средство защиты или способ выживания данного человека в неблагоприятных для него семейных обстоятельствах, своеобразная закрепившаяся реакция на стресс игровой зависимости близкого человека, которая со временем становится образом жизни. По мнению Шэрон Вегшейдер Круз, созависимость — это специфическое состояние, которое характеризуется сильной поглощенностью и озабоченностью, а также крайней зависимостью

(эмоциональной, социальной, а иногда и физической) от человека или предмета. В конечном счете, такая зависимость от другого человека становится патологическим состоянием, влияющим на созависимого во всех других взаимоотношениях. Для такого состояния созависимости характерно: 1) заблуждение, отрицание, самообман; 2) компульсивные действия (неосознанное иррациональное поведение, о котором человек может сожалеть, но все же действует, как бы движимый невидимой внутренней силой); 3) замороженные чувства; 4) низкая самооценка; 5) нарушения здоровья, связанные со стрессом.

Созависимость начинается тогда, когда человек начинает позволять, чтобы поведение игрока влияло на него, и полностью поглощен тем, что контролирует действия игрока. Созависимые люди обладают похожими внутрипсихическими симптомами, такими как контроль, давление, навязчивые состояния и мысли, низкая самооценка, ненависть к себе, чувство вины, подавляемый гнев, неконтролируемая агрессия, навязчивая помощь, сосредоточенность на других, игнорирование своих потребностей, проблемы общения, замкнутость, плаксивость, апатия, проблемы в интимной жизни, депрессивное поведение, суицидальные мысли, психосоматические нарушения.

Невысокая эффективность терапии патологических и проблемных игроков традиционными методами связана с тем, что после курса терапии они возвращаются в прежнюю семью, в привычную среду. Наличие созависимости у родственника игрока — это фактор риска нового рецидива. Кроме того, доказано, что созависимые родственники игроков имеют больше шансов, чтобы самим стать зависимыми от игры.

По мнению специалистов, созависимость — зеркальное отражение зависимости, поскольку наблюдаются следующие симптомы: подчиненность созна-

ния предмету зависимости, утрата самоконтроля, отрицание самого факта зависимости. Явление созависимости не менее коварно и разрушительно для близких, чем игровая зависимость близкого человека.

Проблемные и патологические игроки как правило не могут быть полноценными отцами, но и жены игроков не могут быть полноценными матерями в результате длительного воздействия дистресса, неразрешимого нервного перенапряжения. Созависимость проявляется и у детей, иначе и порой тяжелее, чем у взрослых.

Основные характеристики созависимости

— *Низкая самооценка, направленность вовне.* Созависимые полностью зависят от внешних оценок, от взаимоотношений с другими, хотя они слабо представляют, как другие должны к ним относиться. Из-за низкой самооценки созависимые могут постоянно себя критиковать, но не переносят, когда их критикуют другие, в этом случае они становятся самоуверенными, негодующими, гневными.

— *Компульсивное желание контролировать жизнь других.* Созависимые жены, матери, сестры игроков — это контролирующие близкие. Они верят, что в состоянии контролировать все. Чем хаотичнее ситуация дома, тем больше усилий они прилагают по ее контролю. Думая, что могут сдерживать игрока, контролировать восприятие других через производимое впечатление, им кажется, что окружающие видят их семью такой, какой они ее изображают. Созависимые уверены, что лучше всех в семье знают, как должны развиваться события и как должны себя вести другие члены. Созависимые пытаются не позволять другим быть самими собой и протекать событиям естественным путем. Для контроля над другими созави-

симые используют разные средства — угрозы, уговоры, принуждение, советы, подчеркивая тем самым их беспомощность («муж без меня пропадет»).

Попытка взять под контроль практически неконтролируемые события часто приводит к депрессиям. Невозможность достичь цели в вопросах контроля созависимые рассматривают как собственное поражение и утрату смысла жизни. Повторяющиеся поражения усугубляют депрессию.

Другим исходом контролируемого поведения созависимых является фрустрация, гнев. Боясь утратить контроль над ситуацией, созависимые сами попадают под контроль событий и проблемных игроков. Например, жена игрока увольняется с работы, чтобы контролировать поведение мужа. Игрок продолжает играть, и фактически именно ситуация игры контролирует ее жизнь, распоряжается ее временем, самочувствием и пр.

— *Желание заботиться о других, спасать других.* При этом забота переклещивает разумные и нормальные рамки. Соответствующее поведение вытекает из убежденности созависимых в том, что именно они ответственны за чувства, мысли, действия других, за их выбор, желания и нужды, за их благополучие или недостаток благополучия. Созависимые берут на себя ответственность за игрока, при этом совершенно безответственны в отношении собственного благополучия (плохо питаются, плохо спят, не посещают врача, не удовлетворяют собственных потребностей).

«Спасая» игрока таким образом, созависимые лишь способствуют тому, что он продолжает играть. Это приводит к злобе, депрессии. Роль спасителя часто не удается, а становится деструктивной формой поведения и для зависимого, и для созависимого.

Желание спасти игрока так велико, что созависимые делают то, что в сущности не хотят делать. Они говорят «да» тогда, когда им хотелось бы сказать «нет»,

одалживают деньги игроку, делают для близких то, что те сами могут сделать для себя. Они говорят и думают за игрока, верят, что могут управлять его чувствами и не спрашивают, чего хочет игрок. Они решают проблемы другого, а в совместной деятельности (например, ведение домашнего хозяйства) делают больше, чем им следовало бы делать по справедливому разделению обязанностей.

Такая «забота» об игроке предполагает некомпетентность, беспомощность и неспособность его делать то, что делает за него созависимый близкий. Все это дает основание созависимым чувствовать себя постоянно нужными и незаменимыми.

«Спасая» игрока, созависимые неизбежно подчиняются закономерностям, известным под названием «Драматический треугольник С. Карпмана» или «Треугольник власти».

Созависимые пытаются спасти игрока потому, что для них это легче, чем переносить дискомфорт, неловкость, душевную боль, возникающих при столкновении с неразрешенными проблемами. Созависимые не говорят: «Это очень плохо, что у тебя такая проблема. Чем я могу тебе помочь?» Занимают они, как правило, следующую позицию: «Я здесь. Я это сделаю за тебя».

Особенности эмоциональной сферы созависимых игроков

Сдвиг ролей в треугольнике сопровождается интенсивным изменением эмоций. Время пребывания созависимого человека в одной роли может длиться от нескольких секунд до нескольких лет. Цель психотерапии в данном случае заключается в том, чтобы научить созависимых распознавать свои роли и сознательно отказываться от роли спасителя. Профилактика состояния жертвы заключается в сознательном неприятии роли спасителя.

Обычно созависимые испытывают страх — страх столкновения с реальностью, страх быть брошенной, страх, что случится самое худшее, страх потери контроля над жизнью и т.д. Подобные страхи являются мощным фактором развития зависимости. Нахождение в состоянии постоянного страха приводит к ригидности тела, духа, души. Страх сковывает свободу выбора. Мир, в котором живут созависимые, становится полон тревожных предчувствий и ожиданий. В таких обстоятельствах созависимые становятся более ригидными и усиливают свой контроль. Они отчаянно пытаются сохранить иллюзию построенного ими мира.

Помимо страха в эмоциональной сфере созависимых преобладают тревога, стыд, вина, затянувшееся отчаяние, негодование, ярость. Довольно часто данные чувства переходят в затуманивание, неясность восприятия либо даже полный отказ от чувств. По мере длительности стрессовой ситуации в семье у созависимых возрастает переносимость эмоциональной боли и толерантность к негативным эмоциям. Отказ «чувствовать» способствует росту толерантности.

Часто у созависимых нарушены навыки распознавания, понимания и принятия своих чувств. Характерно искажение собственных чувств — стремление испытывать лишь приемлемые чувства. Созависимая жена хочет видеть себя доброй, любящей, но на самом деле испытывает чувство негодования по поводу игры мужа.

Созависимые чувствуют себя уязвленными, обиженными, рассерженными и обычно склонны жить с людьми, которые чувствуют себя точно так же. Они боятся собственного гнева и гнева других людей. Проявление гнева часто используется для того, чтобы держать на расстоянии от себя того, с кем трудно строить взаимоотношения — «Я сержусь, значит, он уйдет». Созависимые стараются подавить свой гнев, но это не

приводит к облегчению, а лишь усугубляет состояние. Это может приводить к соматически заболеваниям.

Чувство вины и стыда также характерны для созависимых. Они стыдятся как собственного поведения, так и поведения своих близких, страдающих игровой зависимостью. Стыд может приводить к социальной изоляции, чтобы скрыть «позор семьи», созависимые перестают ходить в гости и приглашать людей к себе.

Негативные чувства в силу своей интенсивности могут генерализовываться и распространяться на других людей. Легко возникает ненависть к себе. Сокрытие стыда, ненависти к себе могут выглядеть как надменность и превосходство (еще одна трансформация чувств).

Отрицание. Созависимые используют все формы психологической защиты: рационализацию, минимизацию, вытеснение и пр., но более всего отрицание. Они склонны игнорировать проблемы или делать вид, что ничего серьезного не происходит («просто вчера он опять проиграл деньги, которые должен был заплатить за квартиру»). Они как будто уговаривают себя в том, что завтра все будет лучше. Они легко обманывают себя, верят в ложь, верят всему, что им сказали, если сказанное совпадает с желаемым. Самым ярким примером легковерия, в основе которого лежит отрицание проблемы, является ситуация, когда жена игрока в течение года верит, что он бросит играть и все само собой изменится.

Отрицание помогает созависимым жить в мире иллюзий. Реальная оценка ситуации пугает их. Самообман — это деструктивный процесс как для самого индивида, так и для других. Созависимые отрицают у себя наличие признаков созависимости. Именно отрицание мешает мотивировать их на преодоление собственных проблем, попросить помощи, затягивает и усугубляет игровую зависимость у близкого, позволяет прогресси-

ровать созависимости и держит всю семью в дисфункциональном состоянии.

Длительный стресс приводит к соматическим нарушениям и болезням. Среди них язвы, колиты, гипертензия, головные боли, нейроциркуляторная дистония, астма, тахикардия, аритмия и др. Созависимые легче, чем другие люди, становятся зависимыми от алкоголя либо от транквилизаторов.

Другие созависимые становятся трудоголиками. Невосполнимая трата сил на то, чтобы заработать, оплатить счета, продолжать жить нормально, не прорабатывая причины такой жизни, приводит к развитию функциональной недостаточности. Появление психосоматических заболеваний свидетельствует о прогрессировании созависимости.

Таким образом, проявления созависимости довольно разнообразны. Они касаются всех сторон психической деятельности, мировоззрения, поведения человека, системы верований и ценностей, а также физического здоровья.

Проблемы реабилитации и стратегии помощи

Для преодоления созависимости применяются различные программы, включающие в себя: образование по вопросам зависимости и созависимости, индивидуальную и групповую психотерапию, семейную психотерапию, супружескую терапию, а также подкрепление в виде посещения групп самопомощи типа Ал-Анон, чтение литературы по соответствующей проблеме.

Учитывая сложность проблемы игровой зависимости и созависимости, иногда уместно использование подходов и принципов реабилитации, используемых в наркологии. По мнению Т.Н.Дудко (1998) реабилитация (лечебно-реабилитационный процесс) в наркологии — это сложная система мероприятий, направленная на восстановление физического, психического и ду-

ховного здоровья зависимых больных, их личностного и социального статуса. Включает комплекс медицинских, психологических, психотерапевтических, воспитательных, трудовых, социальных мер и технологий.

Цель реабилитации рассматривается как восстановление (или формирование) нормативного личностного и социального статуса больного на основе раскрытия и развития его интеллектуального, нравственного, эмоционального, творческого потенциала. Задача реабилитации определяется необходимостью достижения ее конечной цели с учетом важнейших аспектов жизненной ситуации созависимого — медицинского, личностного, социального — путем ее активной направленной реорганизации.

Из принципов реабилитации выделены следующие:

- 1) добровольность участия созависимого в лечебно-реабилитационном процессе;
- 2) доступность и открытость реабилитационных учреждений;
- 3) доверительность и партнерство;
- 4) единство социально-психологических и медико-биологических методов целевого воздействия;
- 5) многообразие и индивидуализация форм (моделей) реабилитационных мероприятий.

Ниже описаны стратегии работы с зависимыми и созависимыми личностями. Эти стратегии являются основой для формирования множества частных методик, применяемых на сегодняшний день в работе с зависимостями.

Стратегия 1

Депривация от объекта зависимости.

Вне сомнения, ориентированная на содержание проблемы тактика переубеждения, в основном апеллирующая к здравому смыслу, хотя и является базовым методом работы с зависимостями, но редко бывает достаточно эффектив-

ным. Как показывает опыт, мягкое дискуссионное взаимодействие с созависимой личностью, в процессе которого стимулируется способность критически осмысливать деструктивность собственного поведения, малоэффективно. Тактика переубеждения предполагает сохранность личности и ясность осознания клиента.

Для созависимых личностей часто характерно следующее: они слушают, но не слышат, понимают содержание речи, но не переживают смысла, представляют опасность зависимости и созависимости, но не действуют конструктивно. Девизом многих созависимых могли бы быть слова: «Умру, но не изменюсь».

Само собой разумеется, что психотерапевт лишь предлагает лечение, а созависимый индивид выбирает его или отвергает, то есть работа основана на принципе добровольности.

Депривация — в нашем случае депривация от игрока, от привычного окружения — является наиболее кардинальным и решительным способом работы. Мы можем вычленивать три стадии такой работы:

1. Физическое отделение. В данном случае должен быть учтен принцип добровольности.

2. Интенсивная работа с клиентами в групповой форме с применением различных трансовых, медитативных, депривационных, экстатических практик, групповые дискуссии.

3. Текущая реабилитация с опорой на новые групповые связи, организацию группы встреч, психолога-консультанта по организации профессиональной помощи по изменению поведения.

Формирование психотерапевтических групп должно происходить после индивидуальной консультации, в ходе которой изучаются внутрисемейная ситуация, характер взаимоотношений между членами семьи и психическое состояние обратившегося за помощью. В процессе всего лечебного контакта

игроку предоставляется возможность обращаться за медицинской помощью в данное лечебное учреждение, где лечится созависимый родственник. Практика лечения химических зависимостей и созависимостей показывает, что первой за помощью обращаются супруги больного, а сам больной приходит на лечение через несколько месяцев после начала лечения супруги. В редких случаях лечение супругов происходит одновременно (он лечился стационарно, она амбулаторно). Около половины лиц, страдающих химической зависимостью, приходили на лечение после того, как их близкие включались в программу выздоровления от созависимости и делали определенные успехи.

Стратегия 2

Консультирование о разрыве. Освобождение от созависимости в такой стратегии осуществляется с опорой на углубленную работу с личностью клиента. При этом ставится цель реформирования мышления и мотивационной сферы клиента. Консультирование о разрыве включает образовательную программу с изложением концепции зависимости и созависимости, основных признаков созависимости, концепции дисфункциональной семьи, форм психологической защиты. Проведение образовательной части программы, как впрочем и всей психотерапии, должно обеспечиваться творческим подходом к ней.

Консультирование является добровольным процессом. Одновременно оно имеет авторитарный характер воздействия специалиста на клиента. Желание клиента измениться подкрепляется волей и силой психолога. В этой стратегии успешность организации и проведения напрямую связаны с профессионализмом консультанта, так как изменения личности являются целью консультативного воздействия. Работа сфокусирована на действие специалиста

в процессе изменений личности, которые должно вызвать консультирование.

В ходе консультирования клиент должен научиться:

- Распознавать и отреагировать свои чувства, понять неэффективность контролирующего поведения и отказаться от него,

- Научиться способам отстранения от игрока или от проблемы (отстранение означает высвобождение себя психологически, эмоционально, и физически из сетей нездоровых взаимоотношений с жизнью другого человека, отступление на некоторое расстояние от проблем, которые созависимый не может разрешить).

- Научиться действовать активно, а не реактивно. За годы жизни с игроком его близкие созависимые привыкают в большей степени жить реактивно (то есть реагировать на состояние и поведение игрока), чем активно (то есть жить от своего собственного имени, в своих собственных интересах).

- Выработать навыки адекватной самооценки.

- Выработать навыки избавления от психологии жертвы.

- Научиться думать, прогнозировать будущее и принимать решения, способствующие построению здоровых отношений, адекватные для данной ситуации.

- Ознакомиться со стадиями процесса отреагирования на утрату, осознать продуктивные и непродуктивные стороны этого процесса.

- Развитие способностей критически мыслить, особенно в отношении использования контроля сознания при возникновении желания контролировать игрока, является базовой предпосылкой изменения личности.

Стратегия 3

Опора на референтную группу. Стратегия представляет собой структуриро-

ванную работу по организации референтных (социально значимых) взаимоотношений (семейных, любовных, дружественных) с целью вызвать начало изменений личности и поведения созависимого и лудомана.

Первая стадия такой стратегии — выявление референтных лиц из ближнего социального окружения консультируемого таким образом, чтобы обеспечить становление у этого социального окружения способности формировать здоровое поведение без созависимости;

На втором этапе консультативная работа фокусируется на стимулировании процесса изменения личности и поведения консультируемого, а так же его близких.

На третьем этапе реализуются шаги преодоления созависимости.

Первый шаг — объяснение описание и обсуждение потребности в измененных состояниях сознания и феномена аддикций вообще; второй шаг — групповой анализ лудомании; третий шаг — нахождение стратегий и этапов социализации созависимого.

Этапы реабилитации (по Т.Н.Дудко) — адаптационный, интеграционный (включение больного в полном объеме в продолженную программу), стабилизационный (удержание больного в программе, подготовка к переходу к следующему этапу ЛРП, то есть к переходу в другое специализированное учреждение или к выписке домой).

Терапевтическая работа предполагает реализацию нескольких важных этапов взаимодействия с клиентами

На первом этапе терапии созависимости необходима четкая определенность со стороны всех заинтересованных лиц (близких, родственников, друзей) относительно того, что игровая зависимость — это болезнь, а у родственников и близких игроку людей возникает созависимость.

На втором этапе лечения наступает черед формирования контракта между самим зависимым и специалистами, готовыми ему помочь. Со стороны созависимого человека это означает признание проблемы игровой зависимости и проблемы созависимости, признание невозможности разрешить ситуацию существующими моделями поведения.

На третьем этапе лечения созависимый под руководством профессионалов прорабатывает свой опыт, осознает и принимает все те разрушительные последствия, к которым привела созависимость, тем самым, укрепляя желание не возвращаться к прошлому.

На четвертом этапе лечения прорабатываются те проблемы, которые возникли в семье, с друзьями, коллегами, детьми в результате созависимого поведения. Необходимо также разработать план социальной реабилитации. И в завершении процесса лечения, на пятом этапе, созависимый с помощью специалистов составляет, и сам впоследствии реализует послелечебный план действий, опираясь на собственные, а также все возможные внешние ресурсы.

При создании конкретных психотерапевтических стратегий психотерапевту следует исходить из характерных состояний, свойственных созависимым личностям.

Этапы работы с созависимыми клиентами:

Диагностический этап. На этом этапе устанавливается характер созависимости и стадия игровой зависимости близкого человека, выясняются индивидуальные особенности фаз игрового цикла и готовность к изменению как зависимого, так и созависимого человека.

В этот же период уточняются особенности личности пациента и создаются основы для дальнейшего «психотерапевтического сотрудничества». В случае наличия выраженной депрессии или ка-

ких-либо других сопутствующих расстройств решается вопрос о целесообразности назначения лекарственных средств.

2. Психообразовательный этап. Цель данного этапа состоит в том, чтобы добиться сознания клиентом невозможности вернуть свое первоначальное отношение к проблемной ситуации с игроком. Созависимый постепенно понимает проблемность и тяжесть сложившегося положения, вредность и невозможность вести себя по-старому, потакавая игроку и контролируя его. Более того, клиент должен понять, что тотальный контроль над игроком не только вреден для него, игрока и отношений между ними, но и не в состоянии вернуть игрока на приемлемый уровень игры. Наиважнейшим для такого понимания является признание пристрастия к игре как болезни и своего состояния созависимости. При соблюдении всех этих условий возникает новое понимание существующей проблемы.

Цели данного этапа достигаются специальными психотерапевтическими упражнениями с использованием активного воображения пациента. На индивидуальных занятиях игрок получает информацию об игровой зависимости, о созависимости, причинах их возникновения, характерных симптомах, стадиях развития и фазах игрового цикла, способах наиболее эффективного лечения, ситуациях, провоцирующих ухудшение, способах нормализации отношений с социальным окружением. Обсуждаются соответствия индивидуального случая общим признакам игровой зависимости.

Психотерапевтические задания состоят в том, что бы клиент осознал сложность проблемы и невозможность использовать привычные модели поведения. Важно отработать сопротивление клиента, которое обычно возникает в ходе терапии. Возникает дилемма — либо продолжать действовать по-

прежнему, ставя под угрозу семью, детей, дружбу, либо разорвать отношения. В ситуации, когда так называемое компромиссное «жить как все» осознается, как невозможное, желание действовать в привычных стратегиях обычно резко усиливается.

Одновременно в результате такого прямого столкновения желания изменить существующую ситуацию с одновременно существующим (и даже усиливающимся) желанием оставить все по-старому, дабы не раскачать и не обрушить отношения, увеличивается критическое отношение клиента к сложности существующей проблемы и осознание преобладания мотивов контроля над другими мотивами.

Помимо решения основной задачи, такие упражнения подготавливают клиента к пониманию того, что отказ от существующих моделей поведения влечет за собой период эмоционального напряжения, который ему придется пережить.

3. Этап разработки эффективных стратегий поведения и реагирования. Данный этап терапии начинается с анализа индивидуальных особенностей стадий игровой зависимости, созависимости и фаз игрового цикла.

На данном этапе клиент приобретает навыки отработки своих эмоций, характерного чувства вины, которое как правило характеризуется а) *объемностью*, так как распространяется на отношения не с одним, а с несколькими членами семьи, охватывает разнополюсные аспекты, например вина за не созданные условия для нормальной жизни своих детей, за систематическое невыполнение обязательств на работе по причине невозможности сконцентрироваться на задании из-за доминанты в эмоциональных и поведенческих регуляторных центрах головного мозга; б) *сочетанностью* с другими эмоциональными состояниями, например чувство вины и стыда перед соседями, чувство вины и раздражения из-за осозна-

ния своей неспособности разрешить ситуацию, чувство вины и зависти, чувство вины и пищевая расторможенность как один из выходов в снятии фрустрации, чувство вины и агрессивность, чувство вины и апатия, глубокая подавленность инстинктов, желаний и стимулов. Происходит работа над *когнитивным* аспектом вины. Согласно когнитивной концепции, переживание вины, стыда и обиды обусловлено собственным самоопределением страдающего и оценкой им самоопределения своего обидчика. Фактически этим определяется интерпретационная способность индивида и адекватность оценки им адаптивной ситуации, а поскольку в оценке самоопределения обидчика превалирует осуждение, то оценка ситуации носит негативный характер, в состоянии обиженного формируется тягостное застойное переживание и чувство безысходности. Идея самоопределения функционирует бессознательно и таким образом нередко носит патогенный характер (когда человек осуждает себя за неправильное самоопределение и неправильно выбранное решение или действие) и «заставляет человека искать психотерапевтическую помощь». Когнитивная психотерапия в таком случае преследует цель снизить патогенность или убрать совсем идеи сомоопределения. Элементы когнитивного аспекта вины — и стыд, и самообвинение за неправильно сделанный выбор, и сострадание, и переживание утраты ценного для себя и крах надежд — присутствуют у созависимого. Отличие от нормальных переживаний несбыточности надежд и вины в том, что при нормальной психофизиологической адаптации в отсутствие состояния созависимости человек способен чем-то компенсировать утрату и несбыточность надежд. Нельзя не согласиться с А.М.Бурно, что в норме человек «предпримет все возможное, чтобы уменьшить потери и компенсировать их, ибо эти негативные переживания

(явления) действуют на него оживляюще, стимулирующе и мобилизуют адаптивные ресурсы», — в этом проявляется «биологически приспособительный смысл эмоций». Переживания дают опыт, заставляют признать какие-то правила и принципы поведения, чтобы избежать обид и потерь.

Учитывая эти положения в теории вины, вероятно, при созависимости индивид не может компенсировать фрустрацию, потому что не может правильно оценить ситуацию, самоопределиться и верно объяснить поступки других людей. В итоге не только накапливаются напряжение, аффект злости (иногда — зависти), но и, в целом, обуславливается повторение ситуации с переживанием тех же чувств. Созависимый подчас и не пытается компенсировать моральные и физические потери, а застревает в своем переживании, истощается и деформируется личностно.

Также прорабатывается компульсивное желание контролировать жизнь других, желание заботиться о других, и другие мишени терапии, описанные выше в стратегии 2.

4. Этап планирования. На разных этапах выздоровления требуются различные психотерапевтические воздействия на пациентов в соответствии с их меняющимся личностным и социальным качествами. Директивные методы начальных этапов терапии, направленные, главным образом, на самоконтроль и упорядочивание социальной жизни, должны сменяться методами, позволяющими создавать условия для сознательного стремления (мотивации) к здоровому образу жизни, освобождению от прежних ошибок мышления и поведения, изменению всего стиля жизни. На данном этапе лечения пациенты начинают планировать иерархию своих будущих жизненных задач, в которых на первое место они обычно ставят восстановление отношений, расчет с долгами, восстановление финансового благополу-

чия, нормализацию рабочих отношений, а задача контроля над собственным поведением имеет меньшее значение.

В результате, в качестве главных мотивов поведения начинают выступать прежние потенциальные провокаторы созависимости. Поэтому особенно важно на этом этапе вновь обсудить причины и механизмы созависимости, но основное внимание уделить планированию событий ближайшего будущего.

Следует отметить, что основными вопросами и критериями в реализации стратегий помощи созависимым при игровой зависимости являются 1) добровольность — согласие клиента на помощь, профессиональный и корректный характер вмешательства, 2) возможность выбора — осознанное принятие решения относительно игровой зависимости и созависимости.

На наш взгляд, чрезвычайно важна своевременная помощь не только людям с игровой зависимостью, но и их ближайшему окружению. По данным австралийских исследований на одного проблемного игрока приходится до 7 созависимых людей.

Созависимость лингвистически, семиотически означает несвободу и сопричастность к чему-либо или кому-либо. И подобно структуре социальных ограничений [8, с. 71] структура созависимостей является многовекторной и многомерной. Анализ современных клинико-психологических, социально-адаптационных, экологических, социо-экономических и других теорий и концепций, касающихся здоровья человека, позволяет заключить, что созависимость:

- имеет сложную психофизиологическую природу;
- не ограничивается только семейным пространством;
- всегда связана с производимой личностью работой;
- зависит от внешних социо-экономических и социо-экологических условий;

— зависит от способности личности конструировать для себя адаптивное поле и вырабатывать стратегию активной адаптации.

Игровая зависимость и проблема созависимости должна в ближайшее время стать объектом пристального научного и практического внимания не только со стороны психотерапии и прикладной практической психологии, но и теории и методологии этих наук.

Интегративный, синергетический подход является наиболее оправданным и перспективным в междисциплинарном изучении игровой зависимости и присущем феномене созависимости.

Литература

1. Бубеев Ю.А., Козлов В.В., Никифоров И.А. Интегративные психотехнологии в профилактике и коррекции зависимого поведения. — М.: Фирма «Слово», 2006. 428 с.
2. Бурно А.М. Когнитивный элемент вины, которым несправедливо пренебрегают // Психотерапия. 2009. № 4. С. 22–35.
3. Дудко Т.Н. и др. Клинические и синдромальные особенности игромании // Игровая зависимость: мифы и реальность. — М., 2007.
4. Козлов В.В. Работа с кризисной личностью: Методическое пособие. — М.: Институт психотерапии, 2007. 333 с.
5. Козлов В.В. Стратегия и тактика помощи личности с игровой зависимостью // Человеческий фактор: социальный психолог. Вып. 1 (17). — Ярославль — Москва, 2009. С. 10–22.
6. Международная классификация болезней (10-й пересмотр). Классификация психических и поведенческих расстройств. Клинические описания и указания по диагностике / Пер. на русск. яз. / Под ред. Ю.Л.Нуллера, С.Ю.Циркина. — СПб.: Адис, 1994. 302 с.
7. Менделевич В.Д. Психология девиантного поведения: Учебн. пособ. — М.: МЕДпресс, 2001. 432 с.
8. Михайлов В.В. Социальные ограничения: Структура и механика подавления человека. Изд-е 2-е, испр. и доп. — М.: КомКнига, 2006. 280 с.
9. Москаленко В.Д. Зависимость: семейная болезнь. — М.: ПЕРСЭ, 2002. 336 с.
10. Москаленко В.Д. Созависимость при алкоголизме и наркомании (пособие для врачей, психологов и родственников больных). — М.: Анахарсис, 2002. 112 с.
11. Шорохова О.А. Жизненные ловушки зависимости и созависимости. — СПб.: Речь, 2002. С. 6–16.
12. Varon E., Dickerson M. Alcohol consumption and self-control of gambling behavior. // Journal of Gambling Studies. 1999. 15, 3–15.
13. Blaszczynski A., Nower L. A pathways model of problem and pathological gambling. Addiction, 2002, 97, 487–499.
14. Delfabbro P. Australasian Gambling Review (third ed). Independent Gambling Authority: Adelaide, available from here. 2008. <http://www.iga.sa.gov.au/pdf/agr2008-Final-20080508.pdf>.
15. Ferris J., Wynne H. The Canadian Problem Gambling Index Final Report. Phase 11 final report to the Canadian Interprovincial Task Force on Problem Gambling. 2001.
16. Neal P., Delfabbro P. O'Neill M. Problem gambling and harm: towards a national definition, 2005. available from <http://gamblingresearch.org.au>.
17. Thomas S.A., Jackson A.C. Risk and Protective Factors, Depression and Comorbidities in Problem Gambling, accessible from beyond blue. 2008.

Карпов А.А. Codependence and problem gambling: phenomenology and help

The article deals with the phenomenology of codependent behavior accompanying problem gambling, as well as the possible strategies and tactics, which can be used to help codependent individuals.

Keywords: problem gambling, dependence, codependence, treatment, rehabilitation.

Грязнов А.Н., Савельева Д.Р. (Казань)

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОФИЛАКТИКИ АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНТОВ

В статье дается анализ социально-психологических, аддиктивных особенностей современного студенчества как специфической социальной группы, а также этапов профессионально-личностного их становления. Учитывая уровень аддиктивного поведения студентов, авторы показывают имеющиеся профилактические программы и целесообразность их использования в учебно-воспитательном процессе вуза.

Ключевые слова: студенчество, этапы профессионально-личностного становления, аддиктивное поведение, профилактика аддиктивного поведения, модели профилактических программ.

Актуальность данного исследования подтверждается прогнозом независимых экспертов ВОЗ, утверждающими, что если в самое ближайшее время не будут осуществлены меры на государственном уровне, то при нынешнем темпе наркотизации к 2060 году 80% подростков и молодежи станут потребителями наркотиков [8, с. 6].

Россия по употреблению наркотиков вышла на первое место (Б.В.Грызлов, 2009), и потребляет в 8 раз больше наркотических веществ, чем европейские страны (В.Р.Абдуллин, 2009). Число больных алкоголизмом и наркоманией в России столь велико, что значительная часть работоспособного населения оказывается вне активной социальной жизни (А.Н.Грязнов, 2007).

В связи с угрожающими масштабами увеличения числа студентов, употребляющих ПАВ, актуальным становится изучение социально-психологических особенностей современного студенчества и теоретическое обоснование сообразных им профилактических мер.

В России в вуз, как правило, поступают выпускники общеобразовательных школ 16–17 лет. Это старший подростковый возраст (или ранняя юность), который, по мнению психологов, достаточно сложный и своеобразный.

По мнению Мещеряковой И.А. [5, с. 5–6], среди специфических особенностей личности современного студента стоит отметить активное отношение к действительности, стремление к самопознанию, социально активному самоопределению и самоутверждению в качестве субъекта социальной жизни. Мировоззренческий поиск включает в себя выбор будущего социального положения и, что самое главное, способ его достижения. Многие авторы отмечают и одновременное проявление определенной социально-психологической неустойчивости, возможные причины которой они усматривают в недостатке жизненного опыта, нередко приводящем к импульсивности и некоторой разбросанности, разочарованиям и пессимизму, скептицизму и нигилизму. Следующая особенность — внутренняя противоречивость юношеского сознания, в котором категоричность оценок уживается с демонстративным скепсисом и сомнениями в обоснованности многих общественных норм, а повышенный интерес к собственной личности — со стремлением к расширению общественных связей. Некоторые исследователи обращают внимание на то, что во время учебы в вузе усиливается осознание причин поведения, повышается интерес к морально-этическим проблемам [2]. Кроме того, многие ав-

торы отмечают характерные для данного возраста немотивированный риск, недостаточную антиципацию последствий своих поступков, в связи с чем появляется опасность возникновения зависимости к употреблению студентами ПАВ.

Юность является порой самоанализа и самооценивания. Подобные процессы требуют сопоставления своего идеального и реального «Я», первое из которых еще «не выверено», а второе еще всесторонне не оценено самой личностью, что может привести к неуверенности в себе. Таким образом, кризис идентичности в юношеско-студенческом возрасте можно представить как серию важных социальных и индивидуальных личностных выборов, идентификаций и самооткрытий.

Общеизвестен тот факт, что наркомания во всем мире принимает характер эпидемии, в геометрической прогрессии увеличивая количество «зараженных». Среди основных тенденций, характеризующих наркологическую ситуацию в России, наибольшую тревогу вызывают, во-первых, «омоложение» контингента потребителей ПАВ, а, во-вторых, наркотизация социально-адаптированных молодых людей из благополучных семей с достаточно высоким социальным статусом — студентов вузов — будущих высококвалифицированных специалистов. Что касается развитых западных стран, то там существует тенденция увеличения употребления так называемых «умных» наркотиков среди студентов, для повышения своих баллов в обучении.

Л.М. Шипицина [9, с. 7–16] обращает внимание на наличие множества разнообразных профилактических программ с неустановленной эффективностью, которые охватывают только некоторые частные аспекты профилактики, тем самым нарушая основополагающий принцип системности и комплексности профилактических воздействий. Во-

прос об эффективности профилактических программ в настоящее время остается одним из самых сложных. До сих пор не выработаны четкие единые критерии промежуточной оценки эффективности программ, существуют значительные трудности в организации и методическом обеспечении итоговой оценки проведенной профилактической работы в образовательном учреждении.

Современный этап развития антинаркотических профилактических программ во всем мире характеризуется разнообразием теоретических подходов и наличием широкого спектра приемов и методов предупреждения приобщения к ПАВ и формирования наркозависимости, каждый из которых можно отнести к определенной модели первичной профилактики (по М. Gossop, М. Grant):

1. В основе *модели моральных принципов* лежит представление о том, что использование ПАВ является аморальным и нарушающим этические нормы поведения. Как правило, программы в рамках данной модели принимают форму кампаний публичного увещевания, часто проводимые религиозными группами, а также политическими и общественными движениями.

2. Программы, разработанные в рамках *модели запугивания*, основываются на убеждении, что можно заставить не злоупотреблять наркотиками, если информационные кампании будут подчеркивать опасность такого поведения. Однако, стоит отметить, что эффективность данного подхода часто несколько ограничена, особенно при работе с молодежью. Скорее всего, это связано с естественной тенденцией молодых людей вовлекаться в рисковое поведение.

3. *Модель фактических знаний (когнитивная, информационная)*. Информационные программы предполагают предоставление потенциальным потребителям ПАВ реальных фактов о наркотиках и последствиях их употребления без

провоцирования сопротивления заупреждению, позволяя им сделать в отношении наркотиков выбор, основанный на объективной информации. Однако, существует риск, что предоставление информации может непреднамеренно стимулировать любопытство молодых людей и привести к большему экспериментированию с наркотиками.

4. Программы по *модели аффективного обучения* фокусируют внимание в большей степени на коррекции некоторых личностных дефицитов, предрасполагающих к употреблению ПАВ и формированию наркозависимости, нежели на проблеме собственно потребления наркотиков. Проблемы, которые идентифицируются как личностные дефициты, имеют отношение к самооценке, определению и прояснению личностных ценностей, принятию решений, навыкам преодоления и сокращения тревоги, решению проблем в межличностном общении, распознаванию социального давления и ответа на него.

5. Программы, разработанные в рамках *модели улучшения здоровья*, предполагают усиление контроля над детерминантами здоровья и, как следствие, его улучшение. Основной их целью является развитие жизненных навыков и компетенций у студентов таким образом, чтобы он мог контролировать условия, определяющие состояние здоровья, а также усиливать влияние благоприятных для здоровья средовых факторов.

6. Содержание программ в рамках *модели обучения жизненным навыкам* включает в себя развитие самоуважения молодых людей, уверенности в себе, самоконтроля и самоподдержки, обучение их навыкам ответственного принятия решений, формирование психологической невосприимчивости к вредным социальным влияниям посредством развития критичности мышления и стимулирования обдуманного и ответственного поведения.

7. *Модель альтернативной деятельности*. Программы, предполагающие вовлечение в альтернативную наркотизации деятельность, базируются на том положении, что уменьшению распространения зависимости от ПАВ способствует значимая деятельность [10].

Проанализировав имеющиеся модели профилактических мер и этапы личностно-профессионального становления студентов, наиболее целесообразным на первом этапе обучения (1 курс) нам представляется использование комплекса мероприятий в рамках модели аффективного обучения, на втором этапе (2–3 курс) методы модели альтернативной деятельности и обучения жизненным навыкам, а на заключительном третьем (4–6 курс) — приемы модели фактических знаний, кроме того именно на заключительном этапе своего становления студенты могут принимать сознательно активное участие в профилактике аддикций к ПАВ среди первокурсников, что также способствует укреплению и их собственной здоровьесберегающей жизненной ориентации.

Литература

1. Грязнов А.Н., Чеверикина Е.А., Тухватуллина Д.Р. Концепция профилактики аддикций студентов в личностно-профессиональном становлении // Городское здравоохранение. 2009. № 1(7). С. 27–30.
2. Дьяченко М.И., Кандыбович Л.А. Психология высшей школы (особенности деятельности студентов и преподавателей вуза). — Минск, 1978.
3. Корякин С.А. Профилактика аддиктивного поведения // Internet, 2002.
4. Лисовский В.Д., Колесникова Э.А. Наркотизм как социальная проблема. — СПб., 2001.
5. Мещерякова И.А., Иванова А.В. Проблемное поле и переживания студентов // Психологическая наука и образование. 2004. № 2. С. 5–10.

6. Панкова Н.В. Социально-психологические особенности студенческого периода жизни и воспитания молодежи. — Владивосток, 1998.

7. Слободчикова И.М. Переживание одиночества в контексте проблем психологической адаптации студентов психолого-педагогических вузов // Психологическая наука и образование. 2005. № 4. С. 71–77.

8. Профилактика злоупотребления психоактивными веществами несовершеннолетними: Сб. программ / Под науч. ред. Л.М.Шпициной. — СПб.: Изд-во «Образование-Культура», 2003. 384 с.

9. Harrison A. Students «could face dope tests» // BBC News, 2009.

10. Preventing and Controlling Drug Abuse // Ed. by M.Gossop & M.Grant. — Geneva, 1990.

Gryaznov A.N., Saveleva D.R. (Kazan). Social and psychological peculiarities of addictive behavior prevention among students

The article is devoted to the analysis of the social-psychological addictive peculiarities of the students as a special social group and the phases of the professionally-personal formation. The authors of the article put their attention to the famous preventing programs and the advisability of their using in high school.

Keywords: students, phases of the professional and personal formation, addictive behavior, preventing of addictive behavior, models of preventing programs.

Консультации и психотерапевтическая помощь:

- Проблемы в отношениях с близкими, на работе, в детско-родительских отношениях;
- Агрессивность — ее избыток или нехватка.
- Зависимость самооценки от окружающих.
- Потеря удовлетворенности или ощущения счастья в жизни.
- Переживание жизненного кризиса.

Марина Лидерс: психолог, гештальт-терапевт, ведущая терапевтических групп и индивидуальной психотерапии, автор курса «Отношения: какие они бывают».

Запись по телефону: 8 916 1715701. Работа в Москве.

ЭКСПЕРИМЕНТ И ТЕХНОЛОГИЯ

Айламазьян А.М., Каминская Н.А.

ТЕЛЕСНОЕ ОТЧУЖДЕНИЕ

Предметом обсуждения в данной статье является переживание телесного отчуждения, — культурно-специфическое явление выражающее суть отношения к телу современной личности. Согласно феноменологическому анализу оно определяется как переживание потери контакта с собственным телом; тело при этом воспринимается как чуждое, невыражающее, противостоящее Я. Предпринимается попытка усмотреть корни телесного отчуждения в специфике внутриличностных переживаний. Делается вывод о необходимости изучать данное переживание в составе целостной системы психологических феноменов, то есть как телесное проявление ряда личностных конфликтов.

Ключевые слова: телесное отчуждение, телесность, образ тела, феноменология отчуждения, искажение образа тела, личность, психологические конфликты, алекситимия.

В чем заключается суть телесного отчуждения современного человека и почему эта проблема так важна для понимания личности?

Традиционное отделение души от тела, примат разума над чувствами, неукоснительное стремление к объективности — эти идейные доминанты явились фундаментом, который заложил основу распространенному ныне отношению человека к своему телу как физической реальности, лишенной одухотворенности.

Несмотря на возросший в философии 20 века интерес к проблеме телесности и ее роли в развитии и становлении личности, для нашего (западного) культурного пространства характерно восприятие тела с двух основных позиций: с натуралистической, в рамках которой оно рассматривается как биологический объект и представления о нем строятся на основе анатомо-физиологических данных современной науки и с социально-нормативной, для которой телесность человека является одним из важнейших аспектов самопрезентации

личности. Под этим привычным углом зрения формируются соответствующие взгляды на телесное самовыражение; человеческое тело попадает под унифицирующее влияние множества социальных канонов.

Не последнюю роль в этом сыграла нынешняя система образования, одним из изъянов которой является стратегия уделять внимание исключительно психофизическим функциям тела. Сызмальства воспитываясь в подобном духе, человек не только ограничен в раскрытии действительного потенциала своего тела, то есть в познании себя самого с этой точки зрения, но и часто не догадывается о принципиальной возможности такого познания [7].

Этой проблемы не существует в культуре Востока, где телесные практики имеют под собой солидную мировоззренческую базу и обуславливаются специфической философией жизни. Воспитание тела в них неотделимо от воспитания духовности. Например, в дзэн-буддизме достижение состояния «просветления», предполагающее редуциро-

вание рассудочной деятельности и погружение в состояние «безусловного размышления», возможно только благодаря особому восприятию своего тела и контролю его функций субъектом. В интегральной йоге главной целью является трансформация человека (его духа и тела) посредством проникновения сознания в тело и доведения функционирования сознания до минимального уровня. И в том, и в другом случае субъект погружается в восприятие своего тела, при этом сознавание себя как субъекта должно происходить вне акта мышления [7].

Интересно, что многовековые восточные практики в противоположность западным традициям полностью обесценивают человеческий рассудок и низводят его до позиций сиюминутного, преходящего, непоправимо трансформированного социальными дискурсами общепринятого самообмана. Тело же наделяется природной мудростью и рассматривается как носитель безусловной истины. Упражнения для тела есть ни что иное, как упражнения для развития самосознания и укрощения рассудка.

Но все-таки абсолютизировать пиетет восточных народов в отношении духовности человеческого тела не стоит. В индийской философии пути души и тела начинают расходиться. Взгляды на телесное как на защитную оболочку души, нуждающуюся в особом внимании, и как на сдерживающую духовную свободу человека низменное материальное препятствие здесь сосуществуют. Отрицание тела, таким образом, имеет глубокие корни и является «изобретением» Будды [10].

Нисколько не умаляя ценность рассудочного познания, мы лишь хотим заметить, что усиленное внимание к одной из сфер человеческого существования чревато игнорированием других, не менее важных. Одной из таких «второстепенных» реальностей все больше становится реальность нашего тела.

Проблема телесного отчуждения привычно не замечается или попросту недооценивается. Бытует распространенное мнение, что преодолеть его вполне можно, если активно заняться физкультурой или фитнесом. «Накачивание» и «растягивание» тела, безусловно, стройнит фигуру, делает ее гармоничной, улучшает самооценку и самочувствие, но не решает саму проблему отчуждения, поскольку она заключается отнюдь не в слабости мышц! Это распространенное отношение к телу является, к большому сожалению, серьезным, исторически сложившимся заблуждением, влекущим за собой искаженное, неверное представление об истинной значимости нашего тела для нашего же экзистенциального существования.

Следует сказать, что тело в качестве отдельной онтологической реальности долгое время не существовало даже в психологии. Господствовавшие в ней натуралистические взгляды отдавали его на откуп другим наукам. В свое время и психоанализ «сослужил» телу плохую службу, сделав его вместилищем исключительно низменных, инстинктивных побуждений.

Однако тот же самый психоанализ явил на свет совершенно иной взгляд на человеческую телесность. Принадлежавший этому направлению В. Райх впервые в рамках психологической науки предпринял попытку обосновать функциональное единство живого организма, иначе говоря, привести в соответствие процессы двух уровней — психического и телесного. Формирование характера личности он напрямую связывал с появлением хронических мускульных напряжений в теле или так называемого «мышечного панциря». Его изучение, как утверждал Райх, должно основываться не только на исследовании его психологической сущности, но и на рассмотрении его физиологических проявлений и детерминант. Поскольку характер, по Райху, — устоявшаяся и автоматически про-

являющая себя совокупность защит от болезненных переживаний и недозволенных сексуальных импульсов, возникшая путем подавления Эго, его становление, так или иначе, сопровождается нарушением восприятия себя и своего тела [9]. Работа с телесным отчуждением методами вегетотерапии призвана избавить индивида от привычной блокировки негативных эмоций и восстановить нормальное функционирование психики в целом.

Несколько позже его ученик и последователь А. Лоуэн, разрабатывая концепцию биоэнергетического анализа, во многом повторяющего принципы райхианской терапии, стал связывать эмоциональные проблемы с нарушением энергетических процессов в теле. Все соматические и психические болезни, по мнению Лоуэна, происходят от дисбаланса двух сил, Эго и тела, двух систем, тесно связанных между собой и питающихся единими энергетическими ресурсами. Эго, ориентирующееся на социальные нормы, подавляет свободное проявление чувств или, согласно авторской терминологии, «уक्रощает» дух. Телесное отчуждение — это удел человека, дух которого по каким-то обстоятельствам был сломлен. Освобождение духа непременно должно осуществляться через освобождение тела. Отсюда задача биоэнергетической терапии сводится к тому, чтобы при помощи специальных практических опытов привести человека к пониманию причины «потери природной грации» и обретению контакта со своим телом. Это в разной мере необходимо каждому человеку, поскольку, по словам Лоуэна, «история потери грации и обаяния повторяется при рождении каждого нового человека» [4].

По Лоуэну, существует важная закономерность: «Для каждого человека основной реальностью существования является его тело. Именно через свое тело он воспринимает мир, и посредством своего же тела реагирует на него. Если

человек находится в разрыве со своим телом, значит, он находится в разрыве с реальностью мира» [4].

Схожие взгляды мы находим и в концепции отечественного психиатра и психотерапевта Г.М. Назлояна. Положение о диалогической открытости человека миру и самому себе как необходимой «профилактике» многих душевных расстройств является здесь принципиальным. В основе его авторского метода психотерапии лежит представление о том, что потеря способности выходить за пределы своего Я, видеть себя со стороны, приводит человека к отрыву от реальной жизни, замкнутости, заикленности на своих переживаниях. Речь в данном случае идет не столько о теле, сколько о целостном образе Я, в который, безусловно, включается и переживание и представления человека о собственной телесности. Нарушение диалога с миром и нарушение диалога с самим собой рассматриваются как однопорядковые, взаимосвязанные явления. «Характер отношений человека с жизнью проецируется на то, каким он видит себя со стороны, как он воспринимает своего Двойника, существующего во внешнем мире» [5]. Таким образом, любой дискомфорт человека, переживаемый относительно и в рамках внешней среды неизменно сопровождается отчуждением, то есть «обеднением, искажением, частичной или полной утратой зеркального образа Я» [5].

В свете подобных теоретических данных телесное отчуждение предстает, главным образом, как феномен потери контакта с реальностью собственного тела. Констатация патологичности этого распространенного явления и раскрытие его связей с общим психологическим здоровьем человека дает возможность работать с личностью через тело. Многочисленные направления телесно-ориентированной психотерапии разрабатывают и предлагают свои способы борьбы с отчужденностью. Но в описа-

нии совокупности конкретных техник, которые, безусловно, выходят на первый план в этих терапевтических системах, часто не раскрывается феноменологическая сущность телесного отчуждения.

Как переживается отчуждение от тела самой личностью? Какой образ тела складывается при этом у человека? Подвержен ли он изменениям в зависимости от психологических конфликтов личности?

Чтобы ответить на эти вопросы, мы провели исследование с 25 испытуемыми, посещавшими занятия музыкальным движением. Несколько слов о специфике данной телесной практики. Музыкальное движение является одним из направлений танцевально-двигательной терапии, подчеркивающее «терапевтичность» свободного импровизационного танца и основывающееся на представлении о преобразующем влиянии музыки на психологическое состояние личности. Незаданность танцевальных движений, а напротив, их спонтанность, непроизвольность способствует пробуждению символических переживаний, фасилитирующих разрешение эмоциональных конфликтов. Конечная цель данной практики заключается в том, чтобы преобразовать восприятие своего тела участниками, сделать его инструментом выражения их личности [2].

Каждый испытуемый проходил через процедуру структурированного интервью, которое помимо общих вопросов, связанных с особенностями мотивационной, эмоциональной и когнитивной сферы участников, включал в себя и ряд специальных вопросов, затрагивающих их отношение и переживание собственного тела (например: довольны ли Вы своим телом? Что бы Вам хотелось в нем изменить? Каким Вы чувствуете и представляете себя в танце? Что Вам нравится/не нравится в собственных движениях?). Далее испытуемым предлагался следующий ряд методик: тест-опросник самоотношения, шкала тревоги Тейло-

ра, Торонтская алекситимическая шкала, проективные рисуночные методики «Я танцую» и «Рисунок человека», а также метод незаконченных предложений, последние были связаны с интересующей нас темой телесности.

В результате качественного анализа данных структурированного интервью и метода незаконченных предложений были выделены и соотнесены между собой специфические аспекты телесного отчуждения.

Были получены следующие группы феноменов:

1. Отчуждение как невнимание, нечувствительность к собственному телу.

В большинстве случаев тело занимает периферийное место в жизни человека и воспринимается только как средство осуществления действий и намерений. О нем говорится в терминах работоспособности и физических возможностей («тело — предмет, который пользуешься», «люди в жизни не чувствуют тела, они вспоминают о нем только в связи со своими проблемами»). Специфические телесные практики переводят тело из «теневого» положения, которым оно довольствуется в повседневной жизни, в фокус внимания, способствуя встречи с ним. Испытуемые говорят об удивлении, которые они испытывают, знакомясь со своим телом и его возможностями («самым важным для меня было ощущение приятного знакомства со своим телом, все это было похоже на детскую игру — вот мои ручки, а вот мои ножки...»), «мне нравится состояние полета или глубокой медитации, когда слушаешь свое тело и познаешь его, а оно говорит тебе за это спасибо», «появилась более детальное прочувствование мелочей, детальное осмысление, где, что происходит в теле, о чем оно сигнализирует», «преобладающим ощущением в последнее время стало открытие новых ощущений в теле», «появилась связь между мозгом и телом, чувствую, что поднимаю плечи, отслеживаю части тела, развивается внимание

к своему телу», «более гармоничное отношение к своему телу стало, стараюсь его слушать, чтобы оно не было забыто»).

2. Отчуждение как переживание телесной стагнации.

Речь идет о переживании безжизненности тела, об отношении к нему как к чуждой оболочке, которой не хватает активности, энергии («мое тело — нет ни рук, ни ног, круг твердый и безжизненный, хочется вылупиться, а для этого меня нужно бить, катать», «мой образ кажется мне чем-то бесформенным, как вода, принимающая любую форму, в какой сосуд зальешь — то и будет», «мое тело не зависит от разума, знаю что-то, но иду куда-то», «мой образ кажется мне неокрепшим, ему не хватает силы», «тонус и тряпка, трудно найти баланс, если расслабляюсь, то полностью, тело — тряпка, несобранное»). В реплике одной из испытуемых лаконично говорится о преодолении этой чуждости: «Мое тело — что-то живое и открытое для изменений, меняющееся как сама жизнь, это храм души».

3. Отчуждение как фрагментарность восприятия своего тела.

Тело воспринимается как набор инструментов, осуществляющий определенный круг функций, в связи с этим некоторым частям тела уделяется больше внимания, другим меньше. Главное заключается в том, что тело перестает восприниматься во всей своей целостности. В телесных практиках, подобных музыкальному движению, новичкам труднее всего дается отход от восприятия своего тела как суммы или набора выразительных средств и объединение их в одно-единственное средство самовыражения и самопостижения («здесь почувствовала все тело целиком, в противоположность его разобранности, танцы разбирают тело на части, эта рука движется так, а нога так, в них думаешь о частях тела, как об отдельных объектах», «я замечаю, что думаю над каж-

дой частью тела в отдельности, мне не хватает цельности», «спорт формирует тело негармонично, есть части тела, которые развиты больше, музыкальное движение позволяет поработать над всем телом»).

4. Отчуждение как недоверие к «сигналам» тела.

В данном случае имеется в виду отношение к телу как источнику излишней субъективности, к чему-то, что можно убрать за скобки или чем можно пренебречь («часто не слушаю свои внутренние ощущения, не придаю им большого значения, иногда не считаю нужным их обозначить, иногда главное — не выбиться из коллектива», «кажется, что настоящих чувств недостаточно, поэтому стараешься сыграть какую-то роль, чтобы тебя приняли»).

5. Отчуждение как недовольство своим телом, переживание несоответствия внутреннего ощущения внешнему выражению.

Неудовлетворенность своей физической формой, характером движений, телесными возможностями и способами самопрезентации в телесной аспекте является главным лейтмотивом ответов испытуемых («движения тяжеловаты, надуманы, корявы, иногда смотришь на себя в зеркало, думаешь — о боже! Порой тело как бревно, не пластично, иногда не могу его терпеть», «раньше не любила свое тело, плохо к нему относилась», «тело не соответствует моему идеалу, но что с этим сделаешь! Я меняюсь, идеалы меняются. Какое есть — такое есть», «мое тело негармонично, я считаю себя полноватой», «мои движения неловкие, некрасивые, неуклюжие, не соответствуют той ситуации, в которой двигаюсь. Небольшой слоник. Широкие бедра, не влезаю в брюки, покаты плечи, живот в смысле жира»).

В ответах испытуемых достаточно часты упоминания о неудовлетворенности разницей между образом, в котором они себя ощущают, и тем образом, ко-

торый складывается, как им кажется, в представлении о них других людей («Мое тело — полная противоположность моей душе, моим переживаниям, тому, что должно быть на самом деле. Если я покажу свой настоящий облик, меня не поймут. Мой образ неоткрытый и неразгаданный другими», «внутри я совсем другая, трудно вывести изнутри вовне», «если бы мои внутренние ощущения совпадали бы с внешними... Тяжело то, что переживаешь вынести вовне»).

6. Отчуждение как нехватка средств установления контакта со своим телом.

Подлинное взаимодействие с телом обязательно предполагает использование символических языковых средств и образного мышления. Чрезмерная конкретика и бедность образности самовосприятия не позволяют понять действительные возможности саморегуляции («музыкальное движение дарит богатые образы для понимания и воздействия на тело. Раньше вообще не мыслила в таких категориях. Например, когда я хочу расслабиться, я представляю себе, что стекаю по стенке в лужицу. Побуду ей немножко и вырастаю вновь»).

7. Отчуждение как чрезмерный контроль телесных проявлений.

Обусловленные современными ценностями трудности переключения с интеллектуального восприятия мира на чувственное, а также проблема отхода от стереотипов поведения, замены мыслимого проживания подлинным, иногда происходящего от страха быть нелепым или неправильно понятым усугубляет проблему отчуждения. Испытуемые говорят о том, как трудно отойти от привычного осмысления вещей и перейти на другой качественный уровень переживания, несвойственный ни тебе, ни сегодняшней культуре («меньше думаешь, почему двигаешься, появляется спонтанность, очищение головы», «не хватает смелости. Скованность. Постоянная оценка себя, словно глядишь в зеркало. Страх почувствовать состояние

полета, отпустить себя, кажется, что внутри что-то надломится, но это важно для психологического освобождения», «самая большая проблема — это отключить голову»).

Говоря об этом чисто физическом уровне восприятия ограниченной тела, испытуемые идентифицируют свои мышечные блоки («Замечаю, что поджимаю плечи, когда нахожусь в дискомфортной ситуации, сразу стараюсь выдохнуть», «стала контролировать ощущение зажатости, мысленно пытаюсь дышать всеми частями тела. Дыхание до самого последнего пальца, возникает другое совсем ощущение — разгон нервных центров и расслабленность в мышцах», «раньше была такая огромная зажатость, — рука на занятиях не поднималась, чтобы погладить воображаемую кошку!», «мне кажется, что я даже не смогу сейчас свободно подпрыгнуть»).

8. Отчуждение как недостаток отклика тела на подлинные эмоции.

Испытуемых поражает яркость, всеохватность и жизненность эмоций, которые приходят в результате телесного раскрепощения. В эмоциональное переживание включается все тело («музыка начала свободно проходить по телу и оставлять свой след», «не получается пропустить музыку через тело, в нем она наталкивается на преграды», «хочется двигаться и двигаться. Более простые (в хорошем смысле) и естественные эмоции появились, как у детей. Я чувствую, что мое тело естественно и подлинно живет»).

9. Отчуждение как переживание уязвимости, неоформленности границ телесности.

Субъективные переживания незащищенности своего тела, испытывающего деструктивные воздействия внешней среды, и потому постоянно пребывающее в режиме борьбы и самосохранения, связываются некоторыми испытуемыми с нарушением собственного телесного пространства. Это ощущение того, что

границы как будто передвигаются вглубь тела, оставляя саму телесную оболочку незащищенной («нет ощущения оформленности, как будто неписывание в рамки или границы, отсюда постоянная подвижность, кажется, что находишься в зависимости от всего, ощущение растворения во всем», «нет телесной свободы, всякое негативное эмоциональное состояние удручающе действует на тело и голос»).

10. Отчуждение как недостаток заземления.

В биоэнергетическом анализе тела заземление рассматривается как связь человека с реальностью. Прочитав А. Лоуэна: «Когда мы говорим, что человек хорошо заземлен, или что он крепко стоит на земле, это означает, что человек осознает себя и окружающее. Быть заземленным — значит быть связанным с основными реалиями жизни... Когда мы говорим о ком-то, что он «витают в облаках», мы имеем в виду, что большую часть внимания человек уделяет своим мыслям или своим мечтаньям, а не ощущениям в своих стопах» (Лоуэн, 2007, с. 140). В концепции музыкального движения термин «заземление» означает «сцепление с землей», которое выражается в особом характере движения стопы и способности отталкиваться от земли при прыжке, получая от нее энергию и силу. В этом присутствует определенный символизм: отталкиваться от земли означает сфокусировать внимание на реальности, «наладить связи» с внешним миром, преодолевая внутреннюю замкнутость.

Недостаток заземления, таким образом, может считаться «слабым местом» всех субъектов, переживающих телесное отчуждение. Но в данном исследовании мы сужаем значение этого термина и противопоставляем его переживанию чрезмерного контроля. Испытуемые характеризуют это состояние так: «Я — летящая, парящая в облаках, очень увлекаюсь, не чувствую заземления и все,

просто лечу», «больше всего мне нравится ощущение полета, лететь как птичка, иногда заносит», «мне кажется, что я постоянно «вылетаю» из своего тела».

Таким образом, термин «телесное отчуждение» объединяет достаточно разнообразные психологические феномены, *общим знаменателем которых является переживание личностью чуждости своего тела для нее самой; оно воспринимается как нечто внешнее, мешающее, сопротивляющееся ей, а главное не выражающее ее. Тело не ощущается продолжением личности; оно противостоит Я.*

Наряду с этими феноменами в рассказах испытуемых можно выделить и признаки искажения самоидентификации, а также отношений с окружающим миром. Испытуемые указывают на изменение восприятия жизни («уши по-другому стали слышать слова, восприятие стало другим, что-то глобальное выросло», «мировоззрение изменилось, смотришь по-другому на вещи, теперь ощущение, что тянешься к миру»), личностных особенностей («пришел контроль над эмоциями, чувствую, что перевопитываюсь духовно, меньше мрачных мыслей стало, раньше была гораздо хуже», «музыкальное движение убирает все зажимы, а главное — зажимы в голове, появилась жажда знаний, желание творить и мыслить по-другому»), достаточно часто встречается упоминание о потере страха общения. Но связь этих данных с выраженностью телесного отчуждения пока является только предположением.

Выделить вышеописанные феномены во внутреннем опыте возможно, видимо, только встав на путь преодоления отчуждения, то есть при достаточной развитости телесного самосознания.

Дальнейший анализ данных позволил сделать вывод о возможности трансформации образа тела в связи с изменением психологического состояния личности. Для сопоставления нескольких методик было выделено 5 групп наиболее

лее часто упоминаемых феноменов отчуждения. В этот перечень вошли пункты 2, 5, 7, 11, 12 из вышеуказанного списка. Отметим, что поскольку данные феномены тесно взаимосвязаны и каждый из них является неотъемлемой частью общей картины переживания отчуждения, рассмотрение их в отдельности для количественной обработки данных является чисто условным. Степень их выраженности для каждого испытуемого описывалась 4-х-балльной порядковой шкалой. Приведение в соответствие градаций шкалы и субъективной представленности феноменов проводилось по критерию значимости данного переживания для испытуемого.

Количественные значения были присвоены и показателям проективных методик. Так, при анализе методики «Рисунки человека» учитывались параметры, свидетельствующие об общей эмоциональной напряженности испытуемых, это:

- выраженность спокойного положительного настроения в образе;
- соразмерность (сопоставимость) частей тела;
- пластичность контура;
- открытость/закрытость позы;
- плотность и площадь штриховки;
- степень разработанности образа.

Рисунок «Я танцую»¹ в общей таблице данных был представлен показателем:

¹ Данная методика находится на стадии апробации, поскольку начала разрабатываться недавно. Ее можно причислить к классу экспрессивных проективных методик. Испытуемому предлагалось простым или цветными карандашами на листе формата А4 изобразить рисунок на тему «Я танцую». Анализ рисунка проводился по формальному и содержательному аспектам. Последний включал в себя анализ смыслового, идейного наполнения рисунка, его анализ в контексте жизненной ситуации индивида. Методика предоставляет возможность максимально полного выражения своих мыслей, эмоций, переживаний, поскольку не предполагает изображение чего-либо конкретного. Тема рисунков напрямую связана с исследуемой реальностью, то есть участием человека в телесной практике.

– символичности (4 балла (по 4-х-балльной порядковой шкале) присваивались рисунку, в котором наличествуют исключительно символические структуры; 1 балл присваивался абсолютно конкретному, реалистичному рисунку).

Все показатели, включая результаты теста-опросника самоотношения, Торонтской алекситимической шкалы и шкалы тревоги Тейлора, заносились в сводную таблицу, после чего с помощью статистического пакета SPSS между ними вычислялись парные корреляции (применялся непараметрический коэффициент корреляции τ — Кендалла).

В итоге были получены статистически значимые корреляции между показателями телесного отчуждения и выраженностью психологической конфликтности испытуемых. Поскольку:

– Показатели отчуждения отрицательно коррелируют со значениями целого ряда шкал теста-опросника самоотношения. К примеру, коэффициент корреляции между таким феноменом отчуждения как чрезмерный самоконтроль и данными по шкале интегрального самоотношения, обозначающей внутреннее недифференцированное чувство «за» и «против» самого себя, оказался равным — 0,5 ($p \leq 0,001$). Также прослеживается связь выделенных феноменов со шкалами менее глобального уровня, измеряющими выраженность конкретных установок в адрес своего «Я», например, коэффициенты корреляции между переживанием телесной стагнации и шкалами самоуважения и самопоследовательности составляют 0,44 ($p \leq 0,004$) и $-0,55$ ($p \leq 0,001$) соответственно. Даже по этим частным результатам мы можем увидеть, что искажение образа тела сопровождается возрастанием конфликтности, недовольством и неприятием человеком себя как личности.

– Показатели телесного отчуждения положительно коррелируют с баллами по шкале тревоги Тейлора. Так, коэффи-

циент корреляции между выраженностью переживания несоответствия внутреннего ощущения внешнему выражению и тревогой составил 0,47 ($p \leq 0,002$). Возможно, тревога как боязнь быть непонятым или отвергнутым в ситуациях общения блокирует естественное поведение человека, продуцируя или усугубляя тем самым переживание потери контакта с самим собой и приводя к изменению образа тела.

– Некоторые показатели эмоциональной напряженности в рисуночных методиках также имеют корреляцию с параметрами телесного отчуждения. Например, коэффициент корреляции между переживанием чрезмерного самоконтроля и выражением положительно настроенного человека в рисунке равен $-0,43$ ($p \leq 0,006$).

– Испытуемые, переживающие отчуждение, получили высокие баллы и по шкале алекситимии. Для примера, коэффициент корреляции в случае переживания телесной стагнации и выраженностью алекситимии составил 0,44 ($p \leq 0,004$).

– В свою очередь, показатель алекситимии отрицательно коррелирует с символичностью рисунков ($r = -0,30$, $p \leq 0,031$). Здесь необходимо пояснить, что символическое изображение темы «Я танцую» является признаком сформированной феноменологической телесности (то есть такого отношения к своему телу, которое приводит к уникальному ощущению духовно-телесного слияния, единства). Рисунки же алекситимичных испытуемых на данную тему, как правило, лишены изображения символических переживаний. На них представлен лишь внешний аспект движений.

Поскольку в большинстве случаев получены умеренные корреляции между выделенными показателями, на данном этапе анализа мы можем говорить только о некоторых тенденциях согласованного изменения выраженности феноменов телесного отчуждения и дан-

ных рисуночных проективных методик и психологических тестов. Тем не менее, статистически значимые корреляции однозначно свидетельствуют о сосуществовании и взаимной обусловленности переживаний на телесном и психологическом уровнях. Из этого также следует, что образ тела не является стабильной, застывшей структурой, он тесно связан с психологическим состоянием личности.

Об этом свидетельствуют и результаты качественного анализа, в рамках которого были составлены психологические портреты каждого испытуемого по полученным данным обследования. Индивидуальный подход был обусловлен необходимостью расширить спектр рассматриваемых показателей и исследовать возможные закономерности, к которым нечувствителен количественный анализ.

Таким образом были отмечены некоторые инвариантные тенденции в трансформации образа тела в зависимости от преобладающего типа переживаний личности не только по формальным признакам образа телесного Я (степень отчужденности или осознанности своего тела), но и по *содержательным* (преобладающие темы в рассказах и переживаниях образа тела).

Так, для лиц интровертированного склада, замкнутых, имеющих проблемы в общении, тело представляет собой трудно *контролируемую* в эмоциональном, экспрессивном плане реальность, *не выражающую душу*, или «скорлупу», *мешающую открытому проявлению себя*, «скрывающую истинное лицо». Такие испытуемые в методике «Я танцую» рисуют не актуальные состояния тела и души, а, скорее, желаемые; их рисунки концептуальны и телесны. Они часто изображают нереальные, демонстративные образы себя, как будто компенсирующие характерную для них общую неуверенность. Испытуемые, главными переживаниями которых являются ощу-

щения скованности, рисуют и говорят о желании быть открытыми миру, настоящими в выражении своих чувств и эмоций, желании выплеснуть вовне свою энергию, стать способными на все, показать свое истинное нутро.

У чрезмерно импульсивных и открытых индивидов, увлекающихся, артистичных натур, можно заметить *недифференцированность эмоциональных и когнитивных компонентов в восприятии своего телесного Я, и, тем не менее, они характеризуются чувствительностью и вниманием к своему телу*. Они говорят о нем в основном с точки зрения удовлетворенности или неудовлетворенности его формой, а также о телесном комфорте или дискомфорте в целом. На рисунке «Я танцую» они изображают символические образы, говорящие о переживании общей радости и эмоционального подъема. Данные испытуемые мыслят свой телесный образ «целиком», представляя себя в той или иной роли. Они производят впечатление достаточно гармоничных личностей, в которых духовное и телесное измерения слиты. Возможно, их внимание в большей степени обращено на «внутреннее тело», нежели чем на «внешнее»². Их рисунки (методика «Рисунок человека») хаотичны, неаккуратны, в них нарушены пропорции, а персонажи изображены в открытой позе и в хорошем настроении с улыбкой на лице. Даже в этой методике они больше нацелены на отображение переживаний человека, нежели на правильное изображение форм человеческого тела.

Испытуемые, имеющие гармоничный профиль по результатам теста-оп-

росника самооотношения, низкий уровень тревожности, низкие показатели по шкале алекситимии, характеризуются высокой когнитивностью образа тела³, они *соотносят душевные переживания с телесными ощущениями, видят их прямую связь и умеют корректировать свои эмоциональные состояния посредством влияния на тело*. Эти испытуемые рисуют символические бестелесные образы, иногда очень абстрактные, говорящие о развитости феноменологической телесности. Они обстоятельно рассказывают о своем теле, не отзываются о нем пренебрежительно, демонстрируют тонкое восприятие и понимание телесных состояний. В «Рисунке человека» у данных испытуемых нет признаков напряженности; контур пластичный, штриховка отсутствует, персонаж изображается в положительном спокойном настроении.

Кроме того, на основе данного исследования предварительно можно сделать вывод о предрасположенности алекситимических типов личности к переживанию телесного отчуждения. Подобные испытуемые характеризуются слитностью телесных и душевных переживаний, они с трудом выделяют телесные переживания из всей совокупности впечатлений, а также чаще других упоминают о несоответствии своего поведения внутренним ощущениям, то есть о невозможности выразить себя, быть конгруэнтными своим переживаниям.

В литературе, посвященной проблеме алекситимии, говорится, что лица подобного склада характеризуются неспособностью к распознаванию и точному описанию собственного эмоционального состояния и эмоционального состояния других людей; их когнитивная сфера отличается недостаточностью воображения, слабостью функции символизации и категоризации в мышле-

² Термины М. М. Бахтина. Рассматривая феноменологию телесного чувства, он пишет о двух телесных канонах, которые попеременно доминируют в микродиалогических структурах; для их обозначения он вводит понятия внутреннего и внешнего тела. Внутреннее тело Бахтин характеризует как «момент самосознания», переживаемого Я; внешнее тело представляет собой «пространственную форму, построенную взглядом Другого» (Бахтин, 1979).

³ Термин В. Н. Никитина. Уровень когнитивности телесного образа определяет степень осознанного отношения к своему телу.

нии. Рассматриваются личностные особенности лиц с алекситимией, главными из которых, по мнению исследователей, считаются инфантильность и недостаточность функции рефлексии; делаются выводы о важнейшей роли несформированности деятельности саморегуляции в развитии алекситимии [8]. Результаты, полученные в данном исследовании, позволяют говорить еще об одном уровне проявления психологических феноменов, на котором признаки алекситимии отчетливо выражены — о телесных переживаниях. Лица, обладающие данным психическим складом, испытывают трудности не только в вербальном выражении эмоций, но также и в телесном.

Подтверждение этих данных способствовало бы открытию дополнительных возможностей работы с алекситимией методами телесно-ориентированной терапии.

Литература

1. Айламазьян А.М. К феноменологии телесности личности на материале танцевальных практик // Тезисы доклада на Ломоносовских чтениях, 2008.
2. Айламазьян А.М., Князева Т.С. Связь моторики с личностными характеристиками человека // Вопросы психологии. 2008. № 2.
3. Венгер А.Л. Психологические рисуночные тесты: иллюстрированное руководство. — М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2007.
4. Лоуэн А. Психология тела: биоэнергетический анализ тела. — М.: Институт общегуманитарных исследований, 2007.
5. Назлоян Г.М. Зеркальный двойник — утрата и обретение. — М.: Друза, 1994.
6. Назлоян Г.М. К концепции патологического одиночества // Московский психотерапевтический журнал. 2000. 2(25).
7. Никитин В.Н. Онтология телесности: смыслы, парадоксы, абсурды. — М.: Когито-Центр, 2006.
8. Николаева В.В. О психологической природе алекситимии // Интернет-журнал «Ломоносов». 30.08.2000.
9. Райх В. Характероанализ. — М.: ТЕРРА; Книжный клуб, Республика, 1999.
10. Сергеева Л.С. Телесно-ориентированная психотерапия: Клас. и соврем. направления: Хрестоматия / Автор-сост. Л.С.Сергеева. — СПб., 2000.

Ailamazyan A., Kaminskay N. Alienation of the Self from the Body

The present research discusses the problem of alienation of the self from the body. This specific cultural phenomenon reveals an essence of contemporary person's attitude to the corporeality. According to phenomenological analysis such feeling might be defined as a loss of the contact with one's own body, when the last one is perceived as something unexpressing, alien and resisting the self. The purpose of the present study is to find the «roots» of such alienation in person's inner experience. The investigation that was conducted has permitted to make a conclusion of necessity to consider the alienation in a whole system of psychological phenomena, as bodily manifestation of some personal conflicts.

Keywords: alienation of the self from the body, corporeality, body image, phenomenology of alienation, body image distortion, personality, psychological conflicts, alexithymia.

Бурняшев М.Г., Козлов В.В.

НОВЫЕ МЕТОДЫ СОЦИАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ: СИСТЕМНО-ФЕНОМЕНОЛОГИЧЕСКАЯ ТЕРАПИЯ И КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ, СИСТЕМНЫЕ РАССТАНОВКИ

В статье рассматривается теория и метод системно-феноменологического подхода в терапии семьи, показаны основные концептуальные и психотехнологические истоки этого подхода.

Ключевые слова: системный, феноменологический, терапия, консультирование, системные расстановки, сессия, клиент, образ, заместитель.

Системная терапия семьи в последние 10 лет очень широко распространилась по территории России и стран СНГ.

Проводят эту работу очень многие, часто весьма не профессионально. По этой причине мы (Михаил Бурняшов первый защитил по системной терапии кандидатскую диссертацию в России, Владимир Козлов — научный руководитель) хотели бы уточнить и разъяснить базовые категории этого подхода, показать источники возникновения теории, а также описать сам процесс терапии.

Системно-феноменологическая терапия и консультирование (далее для краткости СФТ) — метод, одновременно являющийся частью и самостоятельным направлением системного подхода.

Системный подход (СП) рассматривает человека в постоянной взаимосвязи и взаимодействии с окружающим миром, другими людьми и системами, в которые он включен. Человек не существует сам по себе, он постоянно, в большей или меньшей степени, связан со своим окружением. В первую очередь это связи внутри социальных систем, таких как нынешняя семья, родительская семья, род, парные отношения, свободно выбранные союзы, организационные и другие системы.

СП изучает, как возникают, развиваются и завершаются подобные связи. По каким законам и правилам функционируют различные системы и связи между людьми внутри систем в зависимости от типа системы. Как системы взаимодей-

ствуют между собой. Как принадлежность человека к различным системам, наличие и качество определенных связей определяют чувства, мысли, поведение, эмоциональное и психосоматическое здоровье человека. Чем определяется поведение человека в системе (семье, коллективе, организации) и что его определяет.

Результаты подобных исследований описаны в виде наиболее распространенных системных динамик (СД), которые напоминают сценарии применительно к зарождению, развитию и умиранию самих систем и правила задаваемые системой для ее отдельных элементов (людей, из которых эта система состоит) в зависимости от места, которое занимает этот элемент.

В основе системно-феноменологической терапии и консультирования лежат два основных принципа — *системный и феноменологический*.

Системный обозначает способ восприятия клиента терапевтом (консультантом). Человек (клиент) рассматривается как система, состоящая из подсистем (например, тело, душа, ум), и он сам в свою очередь как подсистема (элемент) входит в другие системы (в первую очередь социальные: семью, род и т.д.). Человек и его окружение рассматриваются как взаимосвязанные, взаимозависимые и находящиеся в постоянном взаимодействии.

Мир рассматривается как иерархическое несущее целое, включающее в себя

системы более низкого уровня и связывающее их между собой. Системы более низкого уровня в свою очередь являются несущим целым для подсистем, включенных в них и т.д. Способ включения элемента в вышестоящую систему, его место, ранг и вид взаимодействия между элементами системы определяется системными правилами.

Феноменологический означает позицию или способ взаимодействия терапевта (консультанта) с клиентом и его окружением (системами, в которые клиент входит) с целью получения информации о клиенте, его системе, смысле его симптомов и для планирования и осуществления интервенций. Феноменологическая позиция терапевта или консультанта проявляется в его действиях, когда он, во время своей работы, отказывается от общепринятых (известных) моделей, при помощи которых мы объясняем поведение, события, проблемы, симптомы или болезни. Терапевт (консультант) полагается не на знание этих моделей, которые часто являются редуцированными, а использует непосредственное восприятие (свое собственное, клиентов, заместителей) для осознания и понимания феноменов, проявляющихся в процессе терапии и консультирования. Знание, полученное в процессе восприятия при отказе от общепринятых (известных) моделей объяснения называется *феноменологическим*. После проверки оно может превратиться в новую модель объяснения.

Системная расстановка (СР) является основным рабочим инструментом в системно-феноменологической психотерапии и консультировании. Клиент, используя заместителей (это люди, которые выбираются на роли реальных людей из семьи клиента), расставляет в пространстве внутренние образы своих систем (семьи, рода, организации и др.), включая самого себя. Этот процесс немного похож на то, когда мы смотрим видеофильм, на котором запечатлена наша семья и мы сами, то есть мы видим себя и свое окружение со стороны. Мы можем

что-то рассмотреть в замедленном виде, увеличить или уменьшить.

СР позволяет терапевту (консультанту) и клиенту непосредственно воспринимать феномены, происходящие во взаимоотношениях клиента с его окружением (людьми, семьей, родом, другими социальными системами), выявлять проблемы, связанные с восприятием и конструированием людьми окружающей действительности в рамках социальных и других значимых для клиента систем. СР для психологии и психотерапии подобна микроскопу для биологии и делает видимым для терапевта и клиента влияние на него его внутренних образов и систем, в которые клиент включен. Это позволяет разрабатывать эффективные решения для самого клиента и для его семьи.

Системно-феноменологическая терапия и консультирование (СФТ) представляет собой эффективный метод групповой психотерапии и консультирования, а системная расстановка (СР) является ее основным рабочим инструментом. В настоящее время разработаны эффективные методы, позволяющие работать с клиентом не только в группе, но и в индивидуальном терапевтическом или консультационном сеттинге. Это следующие техники: СР с напольными якорями в пространстве; СР с фигурами на столе; имажинативные, то есть СР в воображении.

В основе СР лежат два основных феномена — *феномен воздействия на людей их внутренних образов (ФВВО)* и *феномен замещающего восприятия (ФЗВ)*. Опишем их более подробно.

Суть феномена воздействия на людей их внутренних образов (ФВВО) заключается в следующем

Для того чтобы взаимодействовать с окружающим нас миром, мы должны иметь знания о нем. О том, что угрожает нашей жизни и наоборот, где можно чувствовать себя в безопасности. Какие от-

ношения нас питают, а какие забирают энергию и силу. Как и где получать необходимые для жизни ресурсы. Кого выбрать как партнера, жену, мужа. Как воспитывать детей и т.д. Эти основные знания об окружающем нас мире хранятся в бессознательном нашей семьи (рода) и представляют собой что-то наподобие банка информации, который состоит из множества внутренних образов (ВО).

ВО работают как фильтры восприятия, которые позволяют нам быстро, практически бессознательно отделять (фильтровать) жизненно важную информацию (выживание и продолжение жизни) от второстепенной. Они напрямую связаны с чувствами, которые управляют нашим поведением.

Приведем пример. Представьте, что вы стоите на обширной ровной площадке на горе, а недалеко находится край пропасти. Если вы подойдете к краю и посмотрите вниз, то у вас незамедлительно возникнет чувство страха, предупреждающее вас об опасности. Это чувство заставляет вас быть осторожным. У одних людей это чувство будет более интенсивным, у других — менее. Это внешний осознаваемый нами эффект. Но как возникает это чувство? Оно возникает благодаря сложной неосознаваемой нами системе распознавания образов. Воспринимаемый нами из внешнего мира образ пропасти сравнивается в нашем сознании со множеством других образов, но уже внутренних. ВО пропасти хранится в нашей памяти, точнее в бессознательной памяти, и если он совпадает с образом пропасти, воспринимаемым нами из внешнего мира, то этот ВО активизируется. Одним из результатов этой активизации является чувство опасности и страха, которое заставляет нас вести себя осторожно и отойти от края пропасти.

Некоторые из ВО, которыми мы бессознательно (автоматически) пользуемся, являются результатом нашего личного опыта. Подавляющее же большинство ВО наследуются (перенимаются) нами из нашей семьи (рода) и являются ре-

зультатом его эволюционного развития, то есть накопления и переработки жизненно важного опыта наших родителей и предков. Этот опыт доступен всем тем, кто принадлежит к семье (роду). Это наше внутреннее или интуитивное знание. В нашем бессознательном хранится огромное количество ВО на все случаи жизни, это колоссальный банк эволюционного опыта.

С одной стороны, это позволяет нам экономить огромное количество времени и ресурсов. Ведь мы пользуемся уже готовыми рецептами действий и нам не нужно непосредственно сталкиваться со всеми опасностями и трудностями мира, переживать их заново, чтобы научиться с ними эффективно обходиться.

С другой стороны, если окружающий нас мир меняется очень быстро, то знания о нем, которые хранятся во ВО, не отражают реальной картины внешнего мира, что приводит к тому, что чувства, исходящие из подобных ВО обманывают нас и приводят к неадекватному поведению в окружающем мире. Так мы можем стать заложниками наших ВО.

Особенно ярко это можно увидеть, когда жизнь вокруг кардинально меняется. Тогда применительно к нам действует известная китайская поговорка-проклятие: «Чтобы ты жил в эпоху перемен». Изменения внешней среды приводят к тому, что мы сами вынуждены быстро меняться, а точнее изменять наши ВО в соответствии с изменившимся миром вокруг нас. А это всегда требует больших затрат и усилий.

Суть феномена замещающего восприятия (ФЗВ) заключается в следующем. Если клиент с помощью других людей (в СР эти люди называются заместителями) расставляет в пространстве *внутренний образ* (ВО) семейной или другой системы, к которой он принадлежит, то через некоторое время вокруг расставленного образа возникает поле, относящееся к этой системе. Это поле называется морфическим или морфогенетическим. Оно содержит контекст запроса клиента и

информацию о его системе. Заместители, выбранные на определенные системные роли (например: отца, матери, детей и т.д.), находясь в этом поле, могут воспринимать из него чувства, эмоции и телесные ощущения и описывать их. Эти чувства не являются личными чувствами заместителей. Заместители в расстановке воспринимают чувства людей, которых они замещают, отсюда название — *замещающее восприятие*. Если заместители в своей работе придерживаются определенных правил, то это восприятие является очень точным и мало зависит от личности человека, являющегося заместителем. Другой человек, поставленный в ту же расстановку, на то же место как заместитель воспринимает подобные же чувства, эмоции и телесные ощущения. Здесь уместно использовать следующее сравнение. Если заряженная частица попадает в электромагнитное поле, то она меняет направление своего движения. Другая такая же частица, попав в то же поле, будет двигаться также как первая.

Это позволяет терапевту (консультанту) получать информацию о системе клиента, включая его самого, через образы расстановки и через обратную связь от заместителей, что делает системную информацию доступной непосредственно восприятию терапевта, клиента и наблюдателей. Клиент в свою очередь может подтвердить, дополнить или опровергнуть эту информацию. Это делает метод СР уникальным инструментом для диагностики и исследования психических, психосоматических и эмоциональных процессов, происходящих в социальных системах.

Несколько лет назад в Германии было проведено исследование ФЗВ. Оно проводилось среди людей, принадлежащих к разным социальным, профессиональным и возрастным группам. Суть его заключалась в следующем. Сначала клиент расставлял ВО своей семьи в пространстве при помощи заместителей как в обычной СР. Затем на места, на кото-

рые клиент поставил заместителей, были положены напольные якоря, на которых указано направление, в котором смотрит заместитель. Получилось пространство, в котором был расставлен определенный ВО семьи клиента при помощи напольных якорей. Люди, привлеченные к исследованию в качестве заместителей ничего не знали или знали совсем мало о методе СР. Они совершенно ничего не знали о клиенте и его семье, а видели только его ВО, расставленный им при помощи напольных якорей в комнате. Далее их просили встать на определенный якорь на полу и описать свои чувства и телесные ощущения. Описания разных испытуемых фиксировались, а затем сравнивались. Сравнение описаний показало, что 85% испытуемых, которые стояли в эксперименте на одних и тех же местах (напольных якорях) переживали и описывали похожие чувства и телесные ощущения. Всего в исследовании приняло участие более 2000 человек. Это исследование показывает высокую степень достоверности ФЗВ.

Теоретические основы СФТ и СР

Как и любое другое направление психотерапии и консультирования, СФТ и СР возникла не на пустом месте, она имеет свои источники, на которые она опирается и которые имеют важное значение в формировании способа действия терапевта и используемых техник работы.

Первый источник СФТ и СР восходит к скрипт-анализу Эрика Берна. По его мнению, мы выбираем свой личный жизненный сценарий в зависимости от сообщений, полученных от родителей в раннем детстве. Однако в психотерапии существуют пациенты, которых с раннего детства могут волновать определенные истории, например трагедия «Отелло» и они переживают чувства, подобные тем, что переживают герои этой истории. Но чувство, как описанная в этой драме рев-

ность, не может возникнуть у маленького ребенка, так как он лично не включен в соответствующий жизненный контекст. Но если терапевт посмотрит на более широкий контекст, например на род (расширенную семью) клиента, то там он может обнаружить похожий жизненный контекст или историю подобную той, которая описана в трагедии «Отелло». Когда один пациент, которого волновала история «Отелло», рассказал своему психотерапевту, что его дядя из ревности убил любовника своей жены, стало понятно, что следует проводить различие между клиентами, «скрипт» которых относится к их собственным переживаниям и клиентами, которые переняли определенные чувства от другого члена своей семьи.

Второй источник — это первичная терапия Артура Янова. При работе с этим методом, тоже была обнаружена реальность чувств, перенятых от других людей. Одна пациентка, проходившая первичную терапию, обходилась со своим мужем очень плохо, не отдавая себе в этом отчета. Неосознанно и без всякой личной причины она общалась с ним так, будто она — это не она, а он — это не он. В ходе терапии этой пары стало понятно, что существуют перенятые чувства, которые могут проявляться и оказывать негативное влияние на судьбу перенимающих их лиц. Это похоже на сны, которые не всегда «принадлежат» увидевшим их индивидам, а могут являться отражением судьбы какого-либо другого члена семьи или проявлением системного переплетения между человеком, которому снится сон, и другим членом семьи, к которому сон собственно и относится.

Занимаясь первичной терапией, Б.Хеллингер понял, что почти все сильные чувства и эмоции пациента маскируют другие чувства, а чаще всего его *первоначальную любовь* к матери и отцу. Когда маленький ребенок по каким-то причинам разлучается с матерью или отцом, его первоначальная инфантильная любовь резко превращается в боль. Эта боль

— другая сторона любви. Собственно говоря, боль и любовь — одно и то же. Боль может быть столь сильной, что ребенок больше никогда не захочет испытывать ее снова, приближаться к ней. Вместо того чтобы приблизиться к матери или другим, любящим его людям, ребенок предпочитает держаться в стороне, ощущая вместо любви злость, отчаяние или горе. Так в СФТ и СР возникла техника работы с прерванным движением любви к матери. Терапевту надо просто вести своего клиента до того мгновения в детстве, когда прервалось движение чувства любви к матери и/или отцу и, начиная с этого переживания, закончить движение любви при помощи первичной терапии или СР. Это приводит к возникновению чувства глубокого внутреннего спокойствия у клиента. Тогда исчезают многие симптомы, связанные с ранней психической травмой такого рода, например, страх, насильственные акты, фобии, повышенная чувствительность.

Третий источник — групповая динамика, концепция, разработанная в США в середине XX века К.Левиним и его сотрудниками. На семинарах по групповой динамике благодаря взаимному почтению и уважению все противоположности между участниками просто исчезали. Принцип уважения является одним из базовых в методе СФТ и СР.

Четвертый источник — семейная терапия, которая в 70-е годы вызвала живой интерес во всех странах Запада. Одной из техник здесь была расстановка семьи (другое название — семейная реконструкция) как процесс разных последовательных картин-констелляций. Так как тогда не были известны принципы основных динамик, действующих в этих констелляциях, невозможно было объяснить, каким образом все эти динамики были увязаны друг с другом. Но, тем не менее, была видна системная обусловленность многих заболеваний и судеб пациентов. Постепенно стало понятно, что в семьях существует порядок происхождения и что необходимо принимать во

внимание системное хронологическое доминирование «старой» системы над новой. Проявляющиеся чувства клиента могут передаваться ему от членов предыдущего поколения его семьи. Постепенно стали ясны и другие паттерны семейной жизни, в том числе и такие, в основе которых лежит психическая травма прерванного движения любви ребенка к матери или отцу, или которые обусловлены исключением кого-либо из семейной системы с последующим замещением его представителями последующих поколений. В отличие от классической семейной терапии, самым важным элементом метода СФТ и СР является осознание того, что за любым поведением, даже за тем, которое кажется нам очень странным, стоит любовь. Скрытой действующей силой многих симптомов тоже является любовь.

Пятый источник — школа Милтона Эриксона. Здесь речь идет о многоуровневом типе восприятия. Например, терапевт во время рассказа клиента о своей проблеме наблюдает исходящие от клиента сигналы (например, мимику), противоречащие его словам. Психотерапевт учитывает все многообразие этих сообщений и нередко удивляет пациента своим обсуждением ситуации или выводами. Также важным является использование в работе терапевтических историй, которые рассказываются, когда у клиента возникает сопротивление. Тогда клиенту рассказывается маленькая терапевтическая история, соответствующая его проблеме. Многие такие истории были придуманы в таких ситуациях и позже часто приводили к хорошим результатам.

Шестым источником является миссионерский опыт Б.Хеллингера среди зулусского населения. У зулусов существуют совсем другие отношения между людьми, чем у европейцев. Они характеризуются большим взаимным терпением и уважением. Считается само собой разумеющимся, что достоинство другого человека поддерживается в глазах окружающих и не подвергается унижению.

Отношения между родителями и детьми отличаются тем, что родители дают понять детям, что именно они обладают авторитетом, а не дети. Дети, естественно, уважают своих родителей и никогда плохо не говорят о них. Это один из принципов СФТ и СР.

Седьмой источник — это концепция инстинктивной потребности в уравнивании сил между индивидами (сбалансированности в отношениях) Ивана Бозормени-Надь, описанная им в книге «Невидимые связи» (Boszormenyi-Nagy «Unsichtbare Bindungen»). Однако и здесь тоже был открыт закон, согласно которому решение проблемы неравновесия часто находится путем уравнивания на более высоком системном уровне. Также нельзя недооценивать необходимость равновесия между тем, что отдельные члены семьи отдают друг другу, и тем, что они получают друг от друга. Этот закон действует на всех уровнях жизни групп. На бессознательном уровне он действует в форме требования уравнивать негативные влияния посредством негативных (то есть вредных) психических реакций. Иначе говоря, тот, кто вызвал у другого члена системы какое-то ужасное переживание, потом наказывает самого себя чем-то ужасным. А если в жизни такого виновника случилось что-то хорошее, он потом расплачивается за это счастье каким-то несчастьем. Подобный парадоксальный образ поведения объясняется желанием уклониться от давления, вызванного неравновесием системных энергий, так как это давление всегда огромно. Многие проблемы возникают в семьях из-за этой инстинктивной потребности в уравнивании и могут быть устранены только при помощи другого типа уравнивания — уравнивания энергии путем позитивных действий, уважения по отношению к другим членам семьи, а также с помощью любви.

Восьмой источник — это провокативная терапия Френка Фаррелли, в соответствии с которой психотерапевт идет с

клиентом «до самых границ», до экстремальной точки. В СФТ и СР в некоторых случаях психотерапевт сразу же показывает клиенту экстремальное решение его проблемы, например, что один из его детей может умереть, если он осуществит свое намерение покинуть семью. После такого первого шага он показывает клиенту, какие шаги необходимы для того, чтобы развязать системный узел.

Применение. Показания к применению

СФТ и СР в настоящее время широко применяются во всем мире, в областях, связанных с психотерапией и консультированием семей, пар, детей — родителей, с решением широкого круга проблем, возникающих в межличностных отношениях. Сейчас данный подход все шире применяется в консультировании организаций. Этот метод можно эффективно применять при работе с широким спектром эмоциональных и поведенческих проблем (страхи, депрессии, тревога, повышенная агрессивность, беспричинная вина, навязчивое поведение и т.д.). Хорошие результаты этот метод дает при работе с различными зависимостями, особенно в сочетании с другими хорошо зарекомендовавшими себя методами психотерапии. Например, с 12 шаговой программой.

При работе с психосоматическими симптомами и болезнями есть хорошие результаты с длительной ремиссией примерно в 60% случаев, однако в ряде случаев при работе с теми же симптомами и болезнями у других клиентов, существенных улучшений не наблюдается. В ряде случаев наблюдается ухудшение симптоматики, но через некоторое время или после проведения дополнительной работы ситуация либо возвращается на прежний уровень, либо существенно улучшается.

Существуют отдельные хорошие результаты применения СФТ и СР в области работы с соматическими заболеваниями

(например, функциональное бесплодие у мужчин и женщин, онкологические заболевания — 1 и 2 стадии, боли различной локализации, аллергии, кожные заболевания, и т.д.). При работе с симптомами соматических заболеваний, которые имеют системный фон, обязательны либо стационарные условия, либо совместная работа психотерапевта и врача в соответствии с профилем заболевания. Однако в этой области требуются дополнительные исследования, прежде чем можно будет говорить о четких рекомендациях для врачей и психотерапевтов. В настоящее время завершает работу международный проект (в 10 странах), организованный Вислохским институтом системных решений (Германия) по более глубокому исследованию этого направления работы.

Длительность консультирования или терапии при использовании СР во многом определяется запросом клиента и особенностями его проблемы. Она может быть от одной сессии до серии сессий с промежутками от 1 до 6 месяцев. При работе с проблемами в отношениях обычно достаточно от одной до трех сессий. При работе с симптомами соматических и психосоматических заболеваний, особенно при множественных системных переплетениях в роду клиента или многослойных симптомах, нужен ряд сессий иногда в течение нескольких лет, чтобы клиент был в состоянии перерабатывать и интегрировать в свою жизнь информацию, полученную на этих сессиях. Для этих клиентов желательно постоянное психотерапевтическое сопровождение или работа в условиях стационара.

Практические результаты

Начиная с 2000 года, в ИКСР было проведено более 15000 практических работ с клиентами разных категорий. Особую эффективность СФТ показал при работе с трудностями и проблемами во

взаимоотношениях. Здесь положительный эффект от проведенной работы (после 1–3 сессий) отмечают до 80% клиентов. Примерно в 30% случаев проблема, которую заявлял клиент, не разрешалась, но при этом клиент при помощи СР находил для себя другое удовлетворяющее его решение и необходимость в дальнейшей работе отпадала. Эффективен метод при работе с эмоциональными и поведенческими проблемами легкой и средней степени тяжести, когда клиент самостоятельно или с помощью близких ему людей или терапевтов в основном справляется с возникающими трудностями. Как показывает опыт, эти проблемы связаны с ранними детскими травмами, нарушением контакта с родителями или системными переплетениями. Здесь часто необходима поддерживающая психотерапия.

Менее чем в 10% случаев при работе с запросом клиента в СР не обнаруживается никакой СД и дальнейшая работа не проводится. Постепенно, по мере накопления опыта работы, этот процент удалось сократить примерно до 3–5% во многом за счет фильтрации запросов клиентов на содержащие системный фон и не содержащие его на этапе СИ.

На эффективность метода сильно влияет степень профессиональной подготовки системного терапевта, его личный и профессиональный опыт. Этот метод, несмотря на кажущуюся простоту, обладает очень глубоким воздействием на клиента. И при его использовании непрофессионалами клиенту может быть нанесен значительный вред. Чаще всего это происходит в виде ретравматизации, во временном ухудшении эмоционального состояния клиента, в усилении симптоматики. Поэтому IAG/DGfS (Международное общество системных решений) разработало критерии качества подготовки системного терапевта.

Он должен иметь:

– базовое психологическое, психотерапевтическое или медицинское образование;

– минимум три года самостоятельной практики с клиентами в области базового образования;

– закончить полную базовую программу обучения по СР в объеме не менее 384 очных часов;

– пройти годовую стажировку рядом с опытным системным терапевтом.

Как проводится типичная сессия системно-феноменологической терапии (СФТ)

Общие положения

Сессия СФТ обычно проводится в группе, но работа происходит индивидуально с каждым клиентом. Клиентские работы делаются последовательно, в среднем на одну работу уходит около 1 часа. Обычно работа продолжается в течение дня и состоит из четырех сессий по полтора-два часа и трех двадцатиминутных перерывов между ними. За день обычно делается 6–8 клиентских работ. Группа состоит из клиентов, наблюдателей или ассистентов (они могут участвовать в СР других клиентов как заместители) и ведущего — системного терапевта. Число участников группы может быть от 10 и выше и определяется количеством клиентов в группе и возможностями помещения.

В помещении стулья расставляются по кругу в один или два ряда, чтобы все участники могли сидеть и наблюдать за происходящим во время процесса расстановки. Помещение должно быть достаточно просторным, чтобы внутри круга было возможно свободно расставить ВО системы клиента. В помещении должен быть теплый пол или ковер, чтобы заместители в некоторых СР могли лечь на пол. Так как для работы с СР необходима концентрация всех участников группы, то в помещении должна быть хорошая звукоизоляция, а во время работы нужно выключить мобильные телефоны и по возможности не входить и не выходить из помещения.

Основные этапы работы

1. Круг

В начале работы участники садятся в круг. Они по очереди представляются и кратко рассказывают о себе, а клиенты описывают свой запрос на работу. Одним из важных аспектов в формировании запроса на работу в СФТ является его ясность и краткость. Обычно ведущий просит сформулировать запрос на работу в 3–5 предложениях. Если кто-то из участников группы начинает слишком подробно и детально описывать свой запрос, то ведущий прерывает его и просит сформулировать запрос на работу кратко и лаконично. Если клиент не может этого сделать, то ему дается еще некоторое время, чтобы подумать над запросом.

После того как все участники группы представились и обозначили свои темы делается краткий перерыв и дальнейшая работа проводится последовательно с каждым клиентом. Клиенты выходят на работу по желанию и по ощущению внутренней готовности к работе. Тот из клиентов, который готов работать, выходит и садится на клиентское место, рядом с ведущим.

2. Системное интервью (СИ)

Работа с клиентом начинается с СИ. Оно необходимо для определения и согласования между ведущим и клиентом запроса на конкретную работу, который включает: описание проблемы (тему работы) клиента; желаемый результат работы (решение); предварительную оценку ресурсов у самого клиента и систем, к которым он принадлежит и др.

Типичное СИ включает:

Установление контакта с клиентом. Ведущий внимательно смотрит и открывается для клиента, который выходит с запросом на работу. Одним из важных элементов на этом этапе является прямой контакт глаза в глаза между клиентом и ведущим. Здесь ведущий при определенной степени подготовки может вчувство-

ваться в клиента и воспринять его основное чувство или палитру из нескольких чувств, присутствующих у него на данный момент времени. Часто работа именно с этим чувством(ами) и является темой для работы, но это необходимо проверить. Для этого ведущий может заговорить с клиентом об этом чувстве и если у клиента возникнет ответный резонанс, то это может стать темой для работы. Но начинать работу можно только при согласии клиента, о чем его необходимо спросить.

Если клиент слишком быстро начинает рассказывать о своей проблеме, то его нужно прервать и попросить посмотреть в глаза ведущему для установления контакта на уровне чувств. Контакт ведущего с клиентом и открытость по отношению к клиенту важны на протяжении всего СИ.

Определение темы для работы (терапии). Это первая или отправная точка для любой работы по изменению. Это прояснение для ведущего того, в чем заключается проблема (трудность, симптом) клиента. Определение клиентом темы для работы должно быть ясным и кратким. Клиент описывает свой ВО проблемы (темы) и для ведущего и для большинства присутствующих в группе людей он должен быть хорошо понятен и ясен. То есть когда клиент говорит о своей проблеме, то ведущий должен хорошо понимать, о чем идет речь. Если у ведущего возникают неясности относительно проблемы (темы), то он еще раз уточняет их у клиента. И так до тех пор, пока не наступит ясность. Если этого не происходит, то лучше прервать работу и вернуться к ней через некоторое время. Для успешной работы важно попросить клиента сконцентрироваться на чем-то одном, не нужно пытаться разрешить все проблемы за один раз. Здесь действует принцип: «За двумя зайцами погонишься, ни одного не поймаешь». Важным является ответственность *клиента* за выбор темы для работы. Ведущий не должен брать на себя излишнюю инициативу, он

скорее побуждает клиента к самостоятельному принятию решения (выбору темы для работы). Ведущий может предложить тему для работы, но будет делать ее лишь при условии, если клиент с ним действительно согласен. Если ведущий настаивает на своем видении проблемы клиента, то это поставит его в родительскую позицию по отношению к клиенту и тогда позже клиент может обесценить сделанную работу, потому что решение о том, что нужно делать принимал не он сам, а ведущий.

Что клиент ожидает для себя как хороший результат работы (терапии). Это вторая необходимая точка для любого изменения. Если говорить образным языком, *тема* — это отправная точка процесса изменения, а *хороший результат* — это конечная, желаемая для клиента точка его изменения. Также как при определении темы для работы, здесь важно, чтобы ведущий не решал за клиента, что для него хорошо, а что плохо, не навязывал ему своих образов, а следовал за клиентом, побуждая его к самостоятельному принятию решения. Если клиент не может представить для себя хороший результат, то работу важно прервать и вернуться к ней еще раз позднее. Необходимым условием для дальнейшей работы является реальность (достижимость) результата, к которому хочет прийти клиент. Это должно быть осуществимо, как для клиента, так и для его системы (семьи).

Готовность клиента меняться и брать на себя ответственность за изменения. Если проблемой являются трудности в отношениях, то системный терапевт проясняет, хочет ли клиент меняться сам или он ждет изменений от окружающих, или возможно он вообще не ждет никаких изменений. Обычно большинство клиентов винят в своих проблемах окружающих и ждут, что терапевт поддержит их в их видении проблемы. Если терапевт согласится с такой позицией клиента, то никаких изменений не произойдет. В случае если запросом является работа

с симптомом, то обычно проясняется разделение ответственности по решению проблемы между клиентом и системным терапевтом. То есть, сколько усилий в решение проблемы должен вложить сам клиент, а сколько системный терапевт. Многие клиенты ждут, что изменения будут происходить благодаря работе терапевта, и они часто ожидают «чуда», но при этом не готовы меняться сами. В этом случае изменения маловероятны. Предпосылкой для успешной работы, является готовность клиента к действиям, если этого нет, или всю ответственность за изменения клиент перекладывает на терапевта, то работу нужно прервать до того момента, когда клиент будет готов меняться и вкладывать свою энергию в достижение намеченного результата (решения).

Есть ли у клиента ресурсы на достижение поставленного результата. Если говорить образно, то для любой работы, в том числе для работы по изменению, необходима энергия (ресурсы). Если их нет или их недостаточно, или они не того качества, то запрос по согласованию с клиентом нужно переформулировать. Если клиент не хочет отказываться от своего запроса, то для выполнения работы необходимо найти недостающие ресурсы и тогда по согласованию с клиентом запрос может быть переформулирован и направлен на поиск недостающих ресурсов для клиента.

Поручение клиента терапевту на конкретную работу или что нужно и возможно сделать в рамках данной сессии. Изменения часто требуют определенного времени и определенных шагов от клиента. Не все возможно сделать за один сеанс или вместить в одну СР. Поэтому часто ведущий и клиент определяют, исходя их ресурсов клиента, ресурсов его системы, возможностей группы и собственных возможностей ведущего, что нужно сделать в рамках конкретной сессии, а что можно опустить или сделать в следующий раз. Возможно, для поставленной клиентом задачи необходимы опреде-

ленные условия, например, присутствие на группе партнера (партнерши) или необходимо осведомиться об определенных событиях, произошедших в роду.

Выбор вида СР, системы, которую нужно расставить, необходимых для этого элементов. На этом этапе определяется вид СР (об этом см. ниже в тексте статьи), конкретная система клиента или несколько систем, если речь идет проблемах возникающих из-за действия на клиента системных чувств, принадлежащих к разным системам (например, чувства идущие из родительской и нынешней семьи клиента). Круг предполагаемых людей, относящихся к системе клиента (на их роли позже будут выбраны заместители), которые могут участвовать в формировании и стабилизации проблемы клиента.

Сбор информации о системе(ах) клиента. Обычно это информация о тех лицах, которые принадлежат к системе (семье) клиента. Информация о важных событиях, произошедших в системе (рождения, смерти, начало новых отношений, тяжелые болезни, разводы, тяжелые судьбы и т.д.) и о правилах, действующих внутри системы. Другая информация существенного значения для работы не имеет и если она потребуется, то может быть получена в процессе СР.

Возможные гипотезы о проблеме клиента и возможные решения для проблемы клиента. Иногда уже на этапе СИ становится понятно, почему у клиента существует та или иная проблема, а иногда становится понятным, в чем заключается решение проблемы. В этом случае терапевт может сказать об этом клиенту. Если для клиента это тоже очевидно, и он понимает, что нужно делать чтобы прийти к решению, то дальнейшая работа не проводится.

Вид СР, выбираемый системным терапевтом при работе с клиентом, обычно включает следующие возможности:

– *Семейная расстановка.* Здесь расставляются такие социальные системы, как нынешняя семья, родительская се-

мья, парные отношения, родовая система или ее часть. В качестве элементов систем расставляются заместители реальных людей. Иногда в такие расстановки могут быть введены неличные элементы, например, «судьба определенного человека», «страна происхождения (родина)», «инвалидность», «тяжелая болезнь» и т.д. Цель данной расстановки прояснение невидимых связей, действующих между членами определенной семейной системы, обнаружение системных динамик, влияющих на клиента и поиск возможных решений для клиента и его системы.

– *Симптомная расстановка.* Здесь обычно расставляется система человек (носитель симптома) — симптом или человек — болезнь. В эту расстановку могут быть включены элементы из других социальных систем, к которым принадлежит человек, например, родители, партнеры и т.д. В данной работе расставляются как реальные люди, так и неличные элементы, например: «болезнь», «больной орган», «чувства», «жизнь», «смерть», «решение» и т.д. Важным аспектом для проведения подобной расстановки является наличие так называемого системного (семейного) фона у симптома или болезни. Обычно это заболевания, которые относятся к классу психосоматических. Это означает, что не нужно работать с симптомами и заболеваниями, которые вызваны воздействием на клиента определенных неблагоприятных факторов из внешней среды, например инфекционных заболеваний, последствиями физических травм и т.д. Цель данной расстановки — прояснение функции (роли) симптома в системе (семье) клиента и его взаимоотношениях с другими системами, поиск возможных решений для клиента и его системы, делающих функцию симптома избыточной (ненужной).

– *Структурная расстановка.* Здесь обычно расставляются несемейные системы, в первую очередь это психические, ментальные, духовные и трансперсо-

нальные системы. Например, системы убеждений или психические аспекты, существующие вокруг симптома, или наша внутренняя связь со своей профессией и другими важными областями.

— *Организационная расстановка.* Здесь обычно расставляются организационные системы, к которым принадлежит клиент. Также здесь могут быть рассмотрены вопросы, связанные с профессиональными и организационными контекстами клиента. Цель данной расстановки — прояснение «невидимых связей», действующих между членами определенной организации или между определенными организационными системами и людьми; обнаружение скрытых системных динамик, влияющих на клиента и его организацию; поиск возможных решений для клиента и его организации.

Существуют и другие виды СР, но они применяются в практике гораздо реже.

3. Системная расстановка

После прояснения запроса клиента и СИ ему предлагается сделать СР и расставить ВО своей системы с помощью заместителей.

3.1. Выбор заместителей

Клиент выбирает заместителей для определенных членов системы (семьи), включая самого себя (клиента). В качестве заместителей для проведения СР обычно используются другие участники группы, сидящих в кругу. Клиент выбирает заместителей внимательно и сосредоточено. Если клиент не сосредоточен, то работу необходимо прервать, так как это указывает на то, что клиент не заинтересован в работе или у него есть сильное внутреннее сопротивление. Клиент должен выбирать заместителей по внутреннему ощущению, интуитивно, а не по внешним признакам, например, цвету волос, росту или внешнему сходству. Если клиент выбрал заместителя на определенную роль, то он приглашает его встать и войти в круг. Заместители выби-

раются последовательно и приглашаются для участия в работе. Человек имеет право отказаться от участия в расстановке в качестве заместителя, без каких либо объяснений. В некоторых случаях ведущий может сам приглашать заместителей на определенные роли, но всегда лучше, если это делает клиент.

При выборе заместителей важными являются следующие правила:

— На женские роли в СР должны быть выбраны женщины, а на мужские — мужчины. Исключения могут быть сделаны для детей, не достигших возраста полового созревания.

— Люди, выбираемые на роли заместители, не должны быть с клиентом в близких отношениях, не быть членами его семьи или рода, не принадлежать к другой системе, к которой принадлежит клиент (например, работать вместе с клиентом в одной организации). Желательно, чтобы они не были близкими друзьями. Существует правило: чем меньше заместители знают о клиенте, его жизненной ситуации, о его отношениях, тем более непредвзятую информацию они дают во время расстановки. Знания о клиенте и о его системе часто дают заместителям почву для различных фантазий и для специфической интерпретации информации, получаемой из расстановки, поэтому заместителям лучше всего «забыть» о том, говорилось во время интервью с клиентом.

— Если в группе есть люди, которым по медицинским причинам противопоказаны сильные эмоциональные нагрузки, например, у человека серьезное сердечно-сосудистое заболевание, недавно перенесенная операция, склонность к психотическим состояниям или если в группе есть беременные женщины — их нельзя выбирать как заместителей в расстановку.

3.2. Назначение ролей

Когда все заместители выбраны, клиент «назначает» их на определенные роли. Для этого он подходит к каждому из

них, дотрагивается например до руки или плеча, смотрит в глаза и еще раз говорит, какого члена семьи или какой элемент системы этот заместитель будет представлять в СР. Далее ведущий спрашивает заместителей, поняли ли они, кого они будут представлять в данной СР. Здесь у заместителей должна быть полная ясность и понимание того, в каких отношениях друг к другу в СР они находятся. Например, один заместитель представляет самого клиента, другой — его отца, третья — его мать.

3.3. Расстановка ВО системы клиента

Далее существует несколько основных способов действия, в зависимости от запроса клиента. Ведущий может предложить клиенту расставить свой ВО системы, или может предложить заместителям самостоятельно найти места, руководствуясь своими внутренними ощущениями, или он может сам поставить заместителей. Если клиент самостоятельно расставляет свой ВО системы, то делается это следующим образом. Клиент сосредоточивается на ВО своих отношений в системе (семье) и не торопясь, ориентируясь только на чувства, расставляет его внутри круга, используя заместителей. Важно, чтобы клиент расставлял заместителей по одному. Для этого нужно подойти к заместителю со стороны спины, положить ему руки на плечи, сосредоточиться на ВО. Затем медленно, не торопясь отвести заместителя на определенное место в соответствии со своими чувствами и ВО. Далее процесс повторяется с другим заместителем и так до тех пор, пока все заместители не будут расставлены. После этого клиенту еще раз предлагается посмотреть с разных сторон на расставленный в пространстве с помощью заместителей ВО и, если это необходимо, подкорректировать его так, чтобы он полностью соответствовал ВО. Потом клиент находит для себя место в кругу, откуда будет хорошо виден весь процесс расстановки. Ведущий занимает место рядом с ним.

3.4. Дать образу системы подействовать

Необходимо дать некоторое время заместителям, чтобы они почувствовать разницу между чувствами и телесными ощущениями, когда они сидели в кругу, и тем, что они чувствуют в расставленном образе. Обычно на это уходит несколько минут, но если запрос клиента актуален и хорошо сфокусирован, то ФЗВ у заместителей может проявиться сразу после того, как клиент выбирает их на определенные роли. Если запрос клиента неактуален или является скорее надуманным, ФЗВ у заместителей может быть совсем слабым или не проявиться вообще. Если все заместители ничего не воспринимают, то иногда нужно дать им еще некоторое время, если это ничего не дает и ФЗВ у заместителей не проявляется, то СР нужно прервать.

Если ФЗВ действует, то это сразу можно увидеть по телесным реакциям заместителей. Ведущий вместе с клиентом внимательно наблюдает за первыми реакциями заместителей.

3.5. Опрос заместителей

Затем ведущий просит заместителей сосредоточиться на чувствах, эмоциях, телесных ощущениях, которые они воспринимают, когда стоят в расстановке, и наиболее точно описать их. Опрос заместителей происходит последовательно и в первый раз необходимо опросить всех заместителей. Обычно чувства, которые проявляются у заместителей в СР, трудно с чем-либо перепутать, так как они сильно отличаются от тех чувств, которые испытывают люди, просто сидящие в кругу и не имеющие никакой роли в расстановке. Описание должно быть кратким и ясным. Важно, чтобы заместители описывали только отличия в чувствах и телесных ощущениях по отношению к предыдущему месту (позиции) в СР и не давали им никаких оценок или интерпретаций. Оценки и интерпретации всегда относятся к личности самого заместителя, к его личному видению си-

туации в СР. Если заместитель интерпретирует чувства или дает какую-либо оценку тому, что происходит в СР, ведущий останавливает его и просит вновь сосредоточиться на чувствах и воспринимаемых ощущениях и просто их описать. Если заместитель продолжает интерпретации и давать оценки, то его необходимо вывести из расстановки и заменить другим человеком. Но это происходит очень редко, большинство людей без особых затруднений справляются с ролью заместителей.

Для заместителей существуют следующие правила:

— Заместитель, который находится в СР, описывает свои чувства и телесные ощущения полностью, ничего не убавляя и ничего не добавляя. Так как это есть. Значение имеют только эмоции, чувства, особенности восприятия и телесные ощущения. В меньшей степени мысли или образы. Для работы с СР не имеют значения оценки и интерпретации, они относятся к личности заместителя и не принимаются во внимание.

— Заместитель должен быть свободен от каких-либо намерений. В расстановке он просто наблюдатель, а не активное действующее лицо. Он не должен помогать клиенту или терапевту решить проблему клиента, так же как и препятствовать этому. Лучшая позиция для заместителя — нейтральность, как в отношении клиента, так и в отношении того, что происходит в СР.

— Заместитель не должен использовать в расстановке никаких своих профессиональных, личных или других навыков обращения с чувствами или телесными состояниями. Например, не надо читать молитвы или вводить кого-то в транс, ставить «якорь» и т.д. В этом случае в расстановку привносится то, что не имеет никакого отношения к семье (системе) клиента.

— Заместители в расстановках могут испытывать сильные эмоциональные переживания и разнообразные телесные ощущения. Иногда эти переживания мо-

гут быть очень интенсивными. Эти переживания не имеют никакого отношения к личности заместителя и принадлежат системе клиента. Если эти переживания становятся невыносимыми и очень тяжелыми, то заместителю нужно сразу сообщить об этом ведущему и немного сдвинуться в сторону с места, на котором он стоит, так как интенсивность чувств в расстановке связана с местом.

— Обычно чувства, воспринимаемые заместителем из расстановки и его личные чувства воспринимаются параллельно и хорошо различаются. Но если у заместителя в процессе расстановки под воздействием эмоциональных переживаний активизируется личная тема, которая заслоняет все другие переживания или он не может отделить ее от переживаний воспринимаемых им из расстановки, то такого заместителя необходимо заменить другим. Его необходимо вывести из расстановки и работать с ним позже как с клиентом.

3.6. Проверка подлинности

После того как все заместители, стоящие в СР опрошены и рассказали обо всех важных чувствах, телесных ощущениях и возникающих движениях, ведущий делает проверку подлинности СР.

С самого начала работы он внимательно наблюдает за клиентом и его реакциями на процесс СР. Важным условием для продолжения работы является включенность клиента в происходящий процесс. Это проявляется у клиента во внимательной заинтересованности в том, что происходит в СР. Часто происходящее в СР вызывает у клиента сильный эмоциональный или телесный резонанс. В этом случае работу можно продолжать. Если клиент наблюдает за происходящим в СР безучастно, без интереса, то его важно спросить, узнает ли он в расставленном образе свою систему или нет. Иногда бывает так, что клиент не узнает в расставленном образе свою систему (семью), в этом случае продолжать работу бессмысленно, даже

если это связано с сознательным или бессознательным сопротивлением клиента. Если клиент узнает в расставленном образе свою систему и подтверждает это, но не проявляет к работе никакого интереса, то работа также должна быть прервана. Даже если она приведет к решению, то клиент вряд ли сможет им воспользоваться. Если клиент узнает в расставленном образе свою систему и проявляет к работе интерес, то расстановка является подлинной и ее можно продолжать.

3.7. Обнаружение системных динамик

Последовательно опрашивая заместителей, наблюдая за их спонтанными реакциями и движениями, проверяя возможные гипотезы и получая дополнительную информацию от клиента, ведущий пытается обнаружить и показать клиенту основные паттерны, действующие в его семейной или другой системе, которые оказывают на него влияние. Эти паттерны в СФТ называются системными динамиками (СД). Активные, действующие СД связаны определенной группой ВО, которые работают как фильтры восприятия. Они активизируют у клиента определенные чувства и поведение. Как говорилось выше, ВО работают на бессознательном уровне и клиент сам того не желая оказывается во власти системных чувств, идущих из этих активно функционирующих ВО. Постоянно присутствующие системные чувства (такие, как различные виды вины, страхов, стыда и зачастую различные ощущения телесного дискомфорта, тяжести и др.) определяют поведение клиента и его взаимоотношения с окружающими людьми. Даже периодическое присутствие у клиента системных чувств является проблемой. А когда системные чувства, не соответствующие окружающему контексту, присутствуют у человека постоянно, они способствуют стабилизации и сохранению у человека неадекватного поведения, неэффективных моделей взаимодействия с окружающими людьми, пси-

хосоматических симптомов, а иногда и определенных заболеваний.

В свою очередь, СД активизируются в системе(ах) вследствие нарушения клиентом или другими людьми, принадлежащими к этой системе, основных системных законов: принадлежности (связи); баланса между элементами системы или между системами, заложенных в самой системе правил ее функционирования. Обычно эти люди находятся в системе на более высоких ступенях иерархии. Это могут быть, например, родители, бабушки, дедушки и другие важные члены нашей семьи или рода. Здесь часто возникает вопрос, а почему это влияет на нас? Это связано с нашей бессознательной лояльностью к старшим членам нашей семьи или рода. Лояльность означает, что мы неосознанно перенимаем у них или наследуем определенные чувства, модели поведения. Ведь никого не удивляет, если дети подражают родителям и пытаются вести себя также как они. То, что делают и как поступают в своей жизни родители, является для детей безусловным правилом. И часто мы следуем этим правилам, даже не подозревая о том, что они есть, то есть делаем это бессознательно. Но не знание не освобождает нас от ответственности, то есть последствий, которые часто проявляются в виде определенных трудностей или проблем в жизни клиента.

Важной задачей работы на этом этапе является то, чтобы клиент увидел и осознал СД, действующую в его системе и оказывающую на него влияние. Если мы осознаем что-то, что воздействует на нас, даже если это исходит из нас самих, то при наличии знаний и желания меняться, мы можем это изменить.

Зачастую просто наблюдая за динамикой своей системы, клиент получает важную информацию о том, что и как действует внутри него самого или в его отношениях. Этого бывает достаточно для того, чтобы инициировать у клиента процесс изменений. Если на этом этапе клиент осознает, в чем корни его проблемы

и что нужно сделать, чтобы ее разрешить, то на этом работа завершается. Если решение для клиента не очевидно, то ведущий переходит к следующему этапу.

3.8. Поиск возможных решений

Когда одна или несколько СД обнаружены, но решения для клиента пока не ясны, ведущий по согласованию с клиентом может перейти к поиску того, что может привести к упразднению СД, деактивизации определенных ВО и как следствие — разрешению проблемы. Это происходит: через восстановление или признание утраченных, вытесненных, забытых связей и мест в системе; через восстановление баланса в определенных типах отношений или между системами; через восстановление заданного порядка функционирования, действующего в определенной системе отношений или нахождения компромисса между заданными и договорными порядками, как внутри определенной системы, так и между системами. Если это происходит и терапевт движется в верном направлении, то система постепенно успокаивается и приходит в новое состояние равновесия, а заместители в СР испытывают облегчение. Тяжелые, ослабляющие чувства сменяются укрепляющими и дающими силу для действий и изменений.

Сначала поиск решения происходит в пространстве СР, а клиент наблюдает процесс поиска решения со стороны. Если решение найдено и клиент с ним согласен, то терапевт предлагает клиенту встать в расстановку на место, где стоит его заместитель. Клиент оказывается на не привычном для себя месте, в новом образе своей системы. Этот образ называется «образом-решением». Клиенту нужно дать некоторое время, чтобы почувствовать и осознать себя на новом месте. Важно, чтобы клиент запомнил этот образ-решение на уровне телесных ощущений. Если это происходит, то такой образ становится своеобразным якорем для клиента.

Здесь ведущий проводит еще одну проверку. Если клиент принимает новый найденный в СР образ-решение и согласен с ним, то остальные заместители внутри системы также чувствуют себя спокойно и даже если у них есть определенные тяжелые чувства, то они их выдерживают и согласны с ними. Если у заместителей, после того как в расстановку встает сам клиент, возникает беспокойство, их состояние ухудшается или вновь возвращаются прежние чувства, то нужно еще раз повторить весь процесс, связанный с достижением в расстановке решения, но уже с самим клиентом. Иногда это приводит к результату, а иногда нет. Часто это бывает в тех случаях, когда клиент явно или бессознательно, полностью или частично не согласен с сутью или ценой найденного решения. В этом случае ведущий делает то, что возможно и завершает работу.

В некоторых случаях в расстановке нет решения, его невозможно найти или для того чтобы решение могло быть достигнуто не хватает ресурсов, в этом случае работа прерывается, в случае если решение не найдено нужно снова провести системное интервью и сосредоточить внимание на актуальности запроса клиента и выполнимости решения. В случае нехватки ресурсов можно поискать их в других системах клиента, например в нынешней семье, если для решения не хватает ресурсов родительской семьи или в роду. Другая возможность в этом случае — поставить в качестве цели более выполнимые задачи.

4. Завершение работы

После завершения работы клиент благодарит заместителей и выводит их из ролей.

Для этого проводится ритуал обратный введению заместителей в роли, то есть клиент подходит к каждому заместителю, смотрит ему в глаза, дотрагивается до плеча или руки и называет заместителя его собственным именем. Напри-

мер: «Ты не моя мама, а... реальное имя заместителя», «Ты не мой отец, а... реальное имя заместителя» и т.д. После выведения заместителей из ролей ФЗВ быстро пропадает и человек возвращается к своим обычным чувствам. После этого ведущий может дать клиенту короткий комментарий или домашнее задание, которое поможет клиенту удержать или достигнуть найденного в СР решения. Обсуждение работы в кругу не производится и никакие интерпретации не допускаются. После работы клиенту желательно какое-то время побыть с самим собой. Он остается в группе как наблюдатель и желательно чтобы в течение двух-трех последующих работ он не выбирался как заместитель в СР других участников.

А ведущий продолжает работу со следующим клиентом. Так продолжается до тех пор пока не будет сделаны все клиентские работы в группе.

Литература

1. Вебер Г. Два рода счастья. Системно-феноменологическая психотерапия. — М.: ИКСР, 2005. 336 с.
2. Вебер Г. Практика семейной расстановки. — М.: ИКСР, 2004. 384 с.
3. Кучера И., Шеффлер К. Что же со мной такое. Симптомы болезней и семейная расстановка. — М.: ИКСР, 2007. 160 с.
4. Симон Ф., Рех-Симон К. Циркулярное интервью. Системная терапия на примерах. — М.: ИКСР, 2009. 288 с.
5. Стам Я. Поля профессиональных взаимоотношений. Практика организационных расстановок. — М.: ИКСР, 2009. 144 с.
6. Франке-Гриши М. Ты с нами. Системные взгляды и решения для учителей, учеников и родителей. — М.: ИКСР, 2005. 208 с.
7. Франке У. Когда я закрываю глаза, я вижу тебя. Семейная расстановка в индивидуальной терапии и консультировании. — М.: ИКСР, 2007. 192 с.
8. Хеллингер Б. Порядки Любви. — М.: ИКСР, 2007. 352 с.
9. Хеллингер Б. Порядки Помощи. — М.: ИКСР, 2006. 256 с.
10. Хеллингер Б. И в середине тебе станет легко. — М.: ИКСР, 2003. 208 с.
11. Хеллингер Б. Мы идем вперед. Курс для пар, находящихся в трудных ситуациях. — М.: ИКСР, 2007. 248 с.
12. Хеллингер Б. Источнику не нужно спрашивать пути. — М.: ИКСР, 2005. 320 с.
13. Хеллингер Б. Счастье, которое остается. Куда нас ведут семейные расстановки. — М.: ИКСР, 2009. 160 с.
14. Шнайдер Я. Семейные расстановки. — М.: ИКСР, 2009. 208 с.
15. Шлиппе А., Швайтцер Й. Учебник по системной терапии и консультированию. — М.: ИКСР, 2007. 368 с.

Burnyashev M.G. (Moscow), Kozlov V.V. (Yaroslavl). New methods of social psychology: system-phenomenological therapy and counseling, family constellations

The article describes the theory and method of system-phenomenological approach to family therapy and shows the basic conceptual and psychotechnological origins of this approach

Keywords: systemic, phenomenological, therapy, counseling, family constellations, session, client, image, representative.

Кузнецова Е.С.

ПРОФИЛАКТИКА СИНДРОМА «ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ВЫГОРАНИЯ» РУКОВОДИТЕЛЕЙ

Целью статьи является выделение уровней «психологического выгорания» у руководителей и разработка на этой основе соответствующих рекомендаций. Результаты исследования позволили выявить основные критерии и признаки проявления синдрома «психологического выгорания», а также определить причины его возникновения, а также рассмотреть основные программы профилактических программ.

Ключевые слова: руководитель, синдром, симптом, эмоциональное выгорание, стресс, деформация, модель, профилактика.

Сущность психологического выгорания

Деятельность руководителя связана с интенсивным напряженным межличностным общением, которое сопровождается разнообразными эмоциональными состояниями: положительными, отрицательными или нейтральными. Переживаемые эмоциональные состояния во многом влияют как на личность, так и на продуктивность деятельности, а при определенных условиях эти переживания могут привести к «эмоциональному выгоранию» [5].

Несмотря на многочисленные исследования отечественных и зарубежных исследователей, до сих пор нет четкого определения данного феномена. В настоящей работе мы будем ссылаться на определение, предложенное исследователями деятельностного подхода. В частности, М. Захарова [4] под феноменом «психологического выгорания» понимает острое кризисное состояние, обусловленное внешними (эргономические, социально-психологические) и внутренними (личностные, профессиональные стереотипы, установки, конфликты) факторами и сопровождающиеся специфическими изменениями в эмоциональной (усталость), мотивационной (падение интереса к работе) и других сферах личности, проявляющимися в поведении и делающими невозможной продолжение выполнения профессиональной деятельности.

Основываясь на анализе литературы можно выделить три модели «психологического выгорания»:

1. «Выгорание» — это состояние физического, эмоционального и психического истощения, вызванного длительным пребыванием в эмоционально перегруженных ситуациях, содержащих высокие эмоциональные требования. В данном случае понимание «выгорания» близко к трактовке синдрома хронической усталости. Американские психологи считают «выгорание» комбинацией физического, эмоционального и когнитивного истощения или утомления, при этом главным фактором является эмоциональное истощение. Дополнительные компоненты «выгорания» являются следствием поведения, ведущего к деперсонализации или, собственно, к «когнитивно-эмоциональному выгоранию», которое выражается в регулировании персональных достижений.

2. «Выгорание» — это двухмерный конструкт, состоящий из эмоционального истощения и деперсонализации. Эмоциональное истощение понимается как аффективный фактор, относящийся к сфере жалоб на плохое физическое самочувствие, нервное напряжение. Деперсонализация проявляется в изменении отношения к себе или к другим людям (коллегам, пациентам).

3. «Выгорание» — это синдром эмоционального истощения, деперсонали-

зации и редукции личных достижений. Эмоциональное истощение является основной составляющей «профессионального выгорания» и понимается как чувство эмоциональной истощенности и усталости, вызванное собственной работой.

Эмоциональное истощение проявляется в сниженном эмоциональном фоне, равнодушии или эмоциональном перенасыщении, в агрессивных реакциях, вспышках гнева, появлении симптомов депрессии. Деперсонализация предполагает циничное отношение к труду и проявляется в деформации отношений с другими людьми. Редукция личных достижений проявляется в тенденции к негативному оцениванию себя, своих профессиональных достоинств, а также в редуцировании собственного достоинства, ограничений своих возможностей, осознании неуспеха в профессиональной деятельности [10].

Психологи из Японии предлагают добавить еще один, четвертый фактор — «involvement» (зависимость, вовлеченность), который характеризуется головными болями, нарушением сна, раздражительностью.

Модели профилактических программ

Как правило, освоение человеком профессии неизбежно сопровождается изменениями в структуре личности, когда, с одной стороны, происходит усиление и интенсивное развитие качеств, способствующих успешному осуществлению деятельности, а с другой — происходит изменение, подавление или даже разрушение структур, не участвующих в этом процессе. Если эти профессиональные изменения расцениваются как негативные, то есть нарушающие ценность личности, то их следует рассматривать как профессиональная деформация [9].

В литературе выделяются следующие подходы к преодолению «выгорания»:

— *экзистенциальный анализ* — выяснение мотивов и личной значимости руководителя в работе;

— *коммуникационный анализ* — нарушение коммуникативной составляющей межличностных отношений: социальная интеракция; обмен мнениями, возврат к неструктурированному общению;

— *транзакционный анализ* — оптимизация соответствия между требованиями со стороны организации и возможностями (личностными ресурсами) работников; воздействие на когнитивную оценку работников, касающуюся собственных возможностей и готовности к преодолению профессионально трудных ситуаций; управление ответными реакциями на стресс-факторы профессиональной деятельности и организационной среды; рационализация, саморегуляция;

— *ресурсная концепция стресса* — работа с организационными ресурсами по смягчению действия организационных и ролевых факторов риска «выгорания» на уровне всей организации в целом; восстановление психоэнергетических ресурсов и преодоление негативных последствий профессионально-психологической и административно-корпоративной поддержки; разгрузочные и реабилитационные тренинги, дни здоровья).

Существуют еще несколько моделей профилактики синдрома психологического выгорания.

Рассмотрим некоторые из них:

— модель Пайнс, Аронсон и Кэффи (1981) для работников сервисных профессий;

— модель Браун (1984) для работников социальной сферы, включающая управление образовательным или дидактическим стрессом, обучение навыкам преодоления (копинга), релаксации, формирование навыков ассертив-

ного поведения, когнитивное пере-структурирование, тайм-менеджмент, помещение в стрессовую ситуацию;

– модель Кушнир и Мильбауер (1994) для директоров, в основе которой лежит когнитивно-поведенческая терапия А.Эллиса и А.Т.Бека, направленная на усиление чувства контроля над своей жизнью посредством обучения контролю своих эмоций;

– модель Hobfoll (1998), Pines (1981), основывающаяся на ресурсных концепциях «выгорания», согласно которым стресс и риск развития «выгорания» рассматриваются в связи с потерей личностных ресурсов. Для преодоления «выгорания» необходимо восполнение психологических ресурсов (эмоциональных, когнитивных, поведенческих). Соответствующая профилактическая программа (тренинг) осуществляется на основе представления о трехмерной модели «выгорания»; техники направлены на работу с эмоциональным истощением, деперсонализацией и редукцией персональных достижений;

– авторская модель «Я — руководитель» (модель тренинга делает акцент на определении степени «эмоционального выгорания» у руководителей, дает возможность скорректировать симптомы данного феномена и предотвратить появление всевозможных деформаций личности как у начинающего, так и у опытного специалиста). Большая роль в программе уделяется групповой работе, индивидуальной работе, тренингам умений, диспутам, разбору конкретных случаев и ситуаций. Программа предусматривает использование следующих *психотерапевтических направлений и моделей*: проективные рисунки, вербальная и невербальная коммуникация, нейро-лингвистическое программирование, логотерапия. Занятия проводятся в игровой форме, в форме беседы с использованием соответствующих материалов каждого занятия. Программа предусматривает восемь занятий, про-

должительностью 50–60 минут. Частота встреч — один-два раза в неделю.

Испытуемые

В исследовании приняли участие руководители и работники среднего звена нескольких коммерческих организаций и некоторых муниципальных образовательных учреждений гг. Москвы и Сергиева-Посада. Общее количество участников составило 63 человека, из которых 38 человек — руководители (12 человек — в сфере преподавания, 26 человек — в сфере бизнеса) и 25 человек — эксперты, выступающие в качестве работников среднего звена (11 человек — в сфере преподавания, 14 человек — в сфере бизнеса).

Средний возраст опрашиваемых руководителей составляет 34,5 года. Средний возраст опрашиваемых экспертов — 29 лет.

Исследование включало четыре этапа:

1) анализ и обобщение литературы по проблеме, обработка понятийного аппарата, теоретическое определение особенностей руководителей, являющихся ресурсами преодоления синдрома «профессионального выгорания», определение цели, задач и методов исследования;

2) составление программы эмпирического исследования, подбор методик для решения его задач, проведение эмпирического исследования, первичная обработка данных исследования;

3) разработка и внедрение программы профилактики «эмоционального выгорания» у руководителей;

4) качественная и количественная обработка полученных результатов, научная интерпретация данных эмпирического исследования.

Методологической базой исследования явились:

– ресурсный подход к регуляции стресса (В.А.Бордров, Л.Г.Дикая,

Л.А.Китаев-Смык, О.А.Конопкин, В.И.Медведев, В.И.Моросанова и др.), связанный с разработкой концепции роли ресурсов человека в зарождении, проявлении и преодолении стрессового состояния;

– экзистенциально-гуманистическая концепция развития личности (Дж.Бьюдженталь, К.Роджерс, Э.Эрикссон, А.Маслоу и др.), в рамках которой рассматриваются проблемы выявления и развития личностных возможностей человека;

– синергетическая парадигма (В.Г.Буданов, В.А.Глазунов, О.В.Долженко, Е.Н.Князева, С.П.Курдюмов, Г.Хакен и др.), фокусирующая свое внимание на открытых самоорганизующихся системах и позволяющая создать горизонтальное поле междисциплинарного диалога;

– концепция личностного смысла (Д.А. Леонтьев), согласно которой смысл понимается как концентрированная описательная характеристика наиболее стержневой и обобщенной динамической смысловой системы, ответственной за общую направленность жизни субъекта как целого.

В исследовании были использованы следующие диагностические методики:

– методика «Диагностика эмоционального выгорания» В.В.Бойко, позволяющая проанализировать ведущие симптомы «выгорания», а также картину синдрома «эмоционального выгорания»;

– опросник «Профессиональное выгорание» К.Маслач, С.Джексон, выявляющий чувства и переживания, связанные с выполнением рабочей деятельности;

– экспертная анкета для определения факторов «психологического выгорания» и средств его профилактики.

При обработке экспериментальных данных использовались методы параметрической статистики. Расчеты осуществлялись при помощи программы

STATISTIKA 2007. Для описания полученных данных применялся качественный анализ.

Обсуждение результатов

С помощью указанных методик были получены эмпирические данные, свидетельствующие об уровне развития «психологического выгорания», сформированности его фаз и компонентов.

Так, по результатам методики «Диагностика эмоционального выгорания» В.В.Бойко было выявлено, что у руководителей в сфере бизнеса и преподавания на первом этапе экспериментального исследования существенно преобладают различия в эмоциональном выгорании по фазе «резистенция».

Исходя из интерпретационного анализа методики В.В.Бойко, фаза резистенции характеризуется как максимально эффективная адаптация и включает в себя симптомы неадекватного эмоционального избирательного реагирования, расширения сферы экономии эмоций, эмоционально-нравственной дезориентации, редукции профессиональных обязанностей. Соответственно, данные различия связаны с разными значительными энергетическими затратами (как следствие экстремально высокой положительной установки на выполнение профессиональной деятельности). Что касается фазы «резистенции» на втором этапе исследования, то можно заметить также небольшие достоверные различия (на 0,415). На наш взгляд, данные различия могут свидетельствовать о преобладании в работе и взаимоотношениях с коллегами более адекватных способов эмоционального избирательного реагирования. Достоверные различия, доминирующие на фазе «истощения» (2 этап исследования), согласно В.В.Бойко, говорят о нарушении адаптационного процесса и для этой фазы характерны следующие симптомы: эмоционального дефицита,

эмоциональной отстраненности, деперсонализации. Различия, наблюдаемые по данной фазе, могут свидетельствовать о разном уровне интенсивности общения и целенаправленности восприятия партнеров. А также это повышенная ответственность за исполняемые функции и операции: и заключается в том, что постоянно надо находиться в состоянии субъекта, с которым осуществляется совместная деятельность. И особенно, что характерно для руководителей — бизнесменов это то, что постоянно приходится принимать на себя энергетические разряды партнеров и знать не только четкую организацию и планирование своего труда и организации, но и труда каждого отдельного сотрудника.

В целом можно сказать, что симптомы эмоционального выгорания указывают на характерные черты длительного стресса и психической перегрузки, которые приводят или могут приводить к полной дезинтеграции различных психических сфер, и прежде всего, эмоциональной. Поэтому, исходя из выше приведенных данных, следует, что для двух исследуемых выборок различны причины возникновения «эмоционального выгорания»: с одной стороны — индивидуальный предел, «потолок» возможностей эмоционального «Я», который может противостоять истощению, выгоранию, а, с другой, — внутренний психологический опыт, включающий чувства, установки, мотивы, ожидания; негативный индивидуальный опыт, в котором сконцентрированы проблемы, дистресс, дискомфорт или их негативные последствия.

Результаты исследования по опроснику «Профессиональное выгорание» К.Маслач, С.Джексон позволили обнаружить, что на I этапе экспериментального исследования существуют достоверные различия по фазам «деперсонализация» и «персональные достижения». Согласно данным методики, фа-

за «деперсонализации» рассматривается, как отчуждение от самого себя, сопровождающееся отчуждением некоторых или всех психических процессов — чувств, мыслей, представлений, воспоминаний. Проявляется данная фаза в тревожности, неуверенности и навязчивости мыслей и действий. Соответственно, для руководителей-управленцев наиболее характерна эта фаза. Возможно, это связано с интенсивным межличностным общением в профессиональной деятельности и частой сменой социальных ролей и моделей поведения, сопровождающимся с решением ежедневных ситуаций разного плана. Различия, проявляющиеся на фазе «персональные достижения», согласно К. связанные с личными и профессиональными достижениями и затрагивают ценностно-смысловой аспект личности (интересы, убеждения, ценности, мировоззрение, самооценка, уровень притязаний). Так, обнаруженные различия по данной фазе могут свидетельствовать о стремлении руководителей управленцев:

- повысить свою самооценку;
- повысить свой уровень притязаний через синдром перфекционизма.

Различия на втором этапе экспериментального исследования показывают достоверные различия на высоком уровне на фазе «деперсонализации». Ссылаясь на интерпретацию авторов методики и влияния проведенного тренинга, можно предположить, что различия, выявленные на данной фазе, связаны с изменением личностного аспекта руководителя и его мотивационной сферой, накладывающей отпечаток на профессиональную деятельность руководителя, что может проявляться в переоценке ценностей не только своей профессиональной сферы, но и в переоценке терминальных ценностей (здоровье, счастье, любовь и т.д.).

Методом контент-анализа и экспертной оценки было выделено семан-

тическое пространство психологического выгорания (на основании исследований В.В.Бойко): внутренний уровень (физиологический, психологический, социально-психологический) и внешний уровень (профессиональная деятельность, семейная жизнь, «свободное время»).

Таким образом, по результатам экспертной анкеты, программы профилактики, двух методик и ранее выдвинутой нами гипотезы, полученные результаты позволяют нам выделить следующие схемы психологического выгорания. Так для руководителей в сфере бизнеса характерны такие симптомы, как эмоционально-нравственные дефекты, редукция профессиональных обязанностей, отчуждение от себя и складываются в фазы резистенции и деперсонализации, вытекая в поведенческую характеристику психологического фактора, а, согласно, данным анкеты, психологический фактор относится к внутреннему уровню синдрома психологического выгорания. Схема психологического выгорания руководителей в сфере преподавания выглядит иначе. На первый план выходят симптомы эмоционального дефицита, эмоциональной отстраненности, психосоматические нарушения, складывающиеся в фазу истощения. Фаза истощения основывается на социально-психологическом факторе (дезорентация личности) и факторе профессиональной деятельности (отношение к себе и отношению к миру). В итоге факторы базируются на внутреннем и внешнем уровнях. Причем, на первый план в формировании синдрома психологического выгорания выступает именно внешний уровень, в отличие от руководителей в сфере управления, у которых на первое место выходит внутренний уровень.

Исходя из этого, можно обнаружить существенные различия в формировании психологического выгорания у руководителей сферы бизнеса и препода-

вания. Такие различия могут свидетельствовать о том, что руководитель в сфере бизнеса более ориентирован на свои внутренние переживания, действует согласно своей логике (*психологический фактор*), не навязанной извне, а лишь корректирует детали (средства) для достижения цели, исходя из изменившихся условий. Соответственно, если имеется корректировка одного элемента целой структуры, необходима корректировка всей структуры (целей, средств, действий) (*поведенческая характеристика*). Проявление гибкости, изменений приводит к необходимости адаптации к этим изменениям (*фаза резистенции*). Почему проявляется *фаза деперсонализации*, — предположительно, как несоответствие внутренних переживаний изменившимся условиям деятельности. В связи с этим возникает некий «уход от себя», отстраненность.

Различия у руководителей в сфере преподавания характеризуется тем, что первоначально, их деятельность ориентирована на результат, а не на процесс, в отличие от руководителей управленцев. Соответственно, их реакции и переживания обращены на других людей (дети, педагоги) (*социально-психологический фактор*). В итоге, следуя заранее имеющейся профессиональной логике, схеме и ориентировке на других, у руководителя возникает конфликт между собственными переживаниями и переживаниями других (*фактор профессиональной деятельности*) (стирание своей персоны в профессии и, как следствие, возникают психосоматические заболевания, эмоциональные расстройства, которые приводят, или могут привести к *истощению руководителя*, как в личной, так и профессиональной сферах).

Но, так или иначе, главной базовой причиной данных различий в проявлении психологического выгорания может выступать фактор неправильного распределения жизненной энергии. Согласно последователям телесно-ориен-

страх	ПРИНЯТИЕ	страдание
«я как все»		«все не так»
сверхценная идея	ОПРЕДЕЛЕННОСТЬ	хаотичность
«все кончится так...»		«все не известно»
гордыня	ВОЛЯ	безволие
«все в моей власти»		«от меня ничего не зависит»
сверхконтроль	ОСМЫСЛЕННОСТЬ	ведомость
«каждый шаг — последний»		«хочу то, что возможно»

Рис. 1 Схема жизненного пространства и возникновения «соматического резонанса» руководителей

тированной психотерапии, жизненная энергия понимается, как сумма собственных энергий совершаемых действий в жизненном пространстве человека и энергии взаимодействия этих действий в этом же пространстве, которые влияют на внутреннее состояние организма и тело в целом. В случае нарушения данного баланса взаимодействия, происходит неправильная циркуляция и распределение энергии. В результате, такой

дисбаланс приводит к «соматическому резонансу». В практике руководителей и по результатам эмпирического исследования такой «соматический резонанс» выражается так: см. рис. 1.

Возникновению данной схемы предшествует три центральных момента, связанных между собой:

1. Картина мира (организованное определенным образом представление о себе, мире и месте в нем).

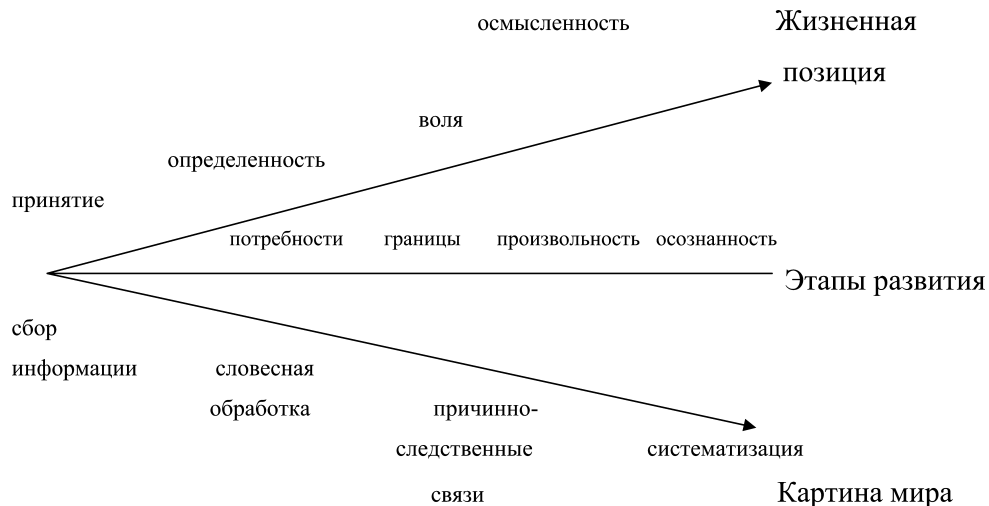


Рис. 2. Схема представленности этапов развития человека в норме

2. Жизненная позиция (совокупность отношений, которые формируются у человека с момента его рождения).

3. Этапы развития (физиологические и психологические стадии развития ребенка).

Эти этапы могут быть представлены в следующей схеме: см. рис. 2.

Рисунок 2 отражает зависимость картины мира и жизненной позиции от этапов развития. Соответственно, картина мира развивается ровно настолько, насколько развита жизненная позиция, а жизненная позиция зависит от уровня сформированности этапов развития.

В данном случае мы затронем лишь одну сторону жизнедеятельности руководителей — жизненную позицию. Обратимся к векторам «принятие», «определенность», «воля» и «осмысленность». Вектор «принятие» может выражаться во фразах руководителей управленцев, как «меня не устраивает процесс», во фразах преподавателей «меня не устраивает результат». Вектор «определенность» выражается в зависимости от мнения окружающих, в психосоматических нарушениях. Векторы «воля» и «осмысленность» характеризуются стремлением руководителей довести дело до совершенства, отрицая возможные объективные обстоятельства.

В итоге, мы приходим к выводу, что для руководителей одной и той же возрастной категории характерны разные причины возникновения и развития «психологического выгорания».

Выводы

1. Существуют разные критерии и основания для построения схемы формирования и развития синдрома психологического выгорания для руководителей сферы бизнеса и преподавания. Так, для руководителей сферы управления на первое место выходит внутренний уровень, а для руководителей сферы преподавания характерен внешний уровень.

3. Для руководителей в сфере бизнеса характерны такие симптомы, как эмоционально-нравственные дефекты, редукция профессиональных обязанностей, отчуждение от себя.

4. Схема психологического выгорания руководителей в сфере преподавания выглядит иначе. На первый план выходят симптомы эмоционального дефицита, эмоциональной отстраненности, психосоматические нарушения.

5. Различия в выраженности синдрома могут свидетельствовать о том, что руководитель в сфере бизнеса более ориентирован на внутренние переживания, действует согласно своей логике (*психологический фактор*), корректирует детали (средства) для достижения цели, исходя из изменившихся условий. Соответственно, если имеется корректировка одного элемента целой структуры, необходима корректировка всей структуры (целей, средств, действий) (*поведенческая характеристика*). Проявление гибкости, изменений приводит к необходимости адаптации к этим изменениям (*фаза резистенции*). Проявление *фазы деперсонализации*, связано с несоответствием внутренних переживаний изменившимся условиям деятельности. В связи с этим возникает некий «уход в себя», отстраненность.

Различия у руководителей в сфере преподавания характеризуется тем, что первоначально, их деятельность ориентирована на результат, а не на процесс. Их реакции и переживания обращены на других людей (дети, педагоги) (*социально-психологический фактор*). В итоге, у руководителя возникает конфликт между собственными переживаниями и переживаниями других (*фактор профессиональной деятельности*) (стирание своей персоны в профессии и, как следствие, возникают психосоматические заболевания, эмоциональные расстройства, которые приводят, или могут привести к *истощению руководителя*, как в

личной, так и профессиональной сферах).

Базовой причиной данных различий в проявлении психологического выгорания может выступать и фактор неправильного распределения жизненной энергии.

Важно отметить, что для дальнейшего исследования актуальной темы нам представляется интересным рассмотреть и изучить феномен психологического выгорания с точки зрения представленности картины мира и сформированности этапов развития.

Кроме этого, одним из актуальных вопросов для нас остается инструментальная сторона изучения данного феномена. В частности, в мире психодиагностики существует достаточное количество методик и опросников на изучение феномена «эмоционального выгорания», но нет четких стимульных материалов для изучения именно синдрома психологического выгорания. Поэтому в дальнейших наших исследованиях мы планируем обозначить и вывести научное понятие «психологическое выгорание» и на его основе создать методику, соответствующую требованиям психодиагностических методик.

Литература

1. Аминов Н.А. Психология учителя // Журнал прикладной психологии. 1998. № 6. С. 55–70.
2. Бойко В.В. Энергия эмоций. — СПб.: Питер, 2004.
3. Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С. Синдром выгорания: диагности-

ка и профилактика. 2-е изд. — СПб.: Питер, 2008.

4. Захарова М. Рефлексивный тренинг как форма профилактики возникновения феномена профессионального «сгорания» консультанта телефона доверия // Материалы XIII Ежегодной конференции РАТЭПП. — Пермь: ОЦПППН, 2003. С. 82–85.

5. Мальцева Н.В. Исследование синдрома эмоционального выгорания в отечественной и зарубежной психологии // Ученые записки. Вып. 2–3. Часть 2. — Соликамск, 2004. С. 74–83.

6. Орел В.Е. Феномен «выгорания» в зарубежной психологии: эмпирические исследования и перспективы // Психологический журнал. 2001. № 1.

7. Первин Л., Джон О. Психология личности: Теория и исследования. — М.: Аспект Пресс, 2000.

8. Самоукина Н.В. Психология профессиональной деятельности. — СПб.: Питер, 2004.

9. Трунов Д.Г. «Синдром сгорания»: позитивный подход к проблеме. // Практическая психология и психотерапия. — Пермь, 1999. С. 124–130.

10. Форманюк Т.В. Синдром «эмоционального выгорание» как показатель профессиональной дезадаптации учителя // Вопросы психологии. 1994. № 6. С. 57–63.

11. Харламова Т.М. Эмоциональное выгорание как показатель специальных способностей учителей изобразительного искусства и черчения // Практическая психология. — Пермь, 2001. С. 99–101.

Kuznetsova E.S.* Preventive maintenance of the syndrome of the psychological burning-out the leaders
* student-ending of the Moscow humanitarian institute name of E.R.Dashkovoy.

Article purpose is allocation of levels of psychological burning out at supervise - pour, and also working out on this basis of corresponding recommendations. Results of research have allowed to reveal the basic criteria and signs of display of a syndrome of psychological burning out, and also to define the reasons of its occurrence, and also to consider the basic programs of preventive programs.

Keywords: syndrome, symptom, emotional burning-out, leader, model, program, method, preventive maintenance, stress, deformation.

Крушина Н.А. (Челябинск)

ИНДИВИДУАЛЬНОЕ И СЕМЕЙНОЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ РОДИТЕЛЕЙ, ВОСПИТЫВАЮЩИХ ДЕТЕЙ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

В статье описано индивидуальное и семейное психологическое консультирование родителей, воспитывающих детей с задержкой психического развития в условиях ДОУ компенсирующего вида. Представлена структура и методы консультаций.

Ключевые слова: психологическое консультирование, отношения родителей к детям с задержкой психического развития, структура психологического консультирования, методы работы с родителями.

Изучению задержки психического развития (ЗПР) как специфического вида дизонтогенеза (аномального развития), особенностям развития, воспитания, обучения и коррекции детей с ЗПР посвящено значительное количество исследований (Н.Л.Белопольская, Л.Н.Блинова, Н.Ю.Борякова, Т.В.Власова, Л.С.Выготский, О.В.Защиринская, К.С.Лебединская, В.М.Лубовский, И.Ф.Марковская, Л.С.Маркова, В.Б.Никашина, Т.Н.Павлий, М.С.Певзнер, Е.С.Слепович, У.В.Ульenkova). Это обусловлено увеличением количества детей, имеющих данную патологию. Одним из первостепенных вопросов является адаптация и социализация детей с ЗПР, воспитывающихся в семьях. Важная роль в этом процессе принадлежит родителям и их отношению к своим детям с ЗПР. В связи с этим особую актуальность приобретает рассмотрение индивидуального и семейного психологического консультирования родителей, воспитывающих детей с ЗПР.

Семья исполняет роль первичной социализации для ребенка практически во всех культурах. Именно в процессе внутрисемейного взаимодействия выкристаллизовываются ценностные ориентации личности родителей, являющейся отправной точкой в становлении и развитии ребенка, его выборе дальнейшего самостоятельного жизненного

пути и возможностях социализации. Родительское отношение к детям является первым основным примером и образцом взаимодействий в социуме. В случае негативного, неблагополучного взаимодействия внутри семьи у ребенка формируются и закрепляются неуспешные модели социально-психологических отношений в социуме. Особенно остро это проявляется в семьях, воспитывающих детей дошкольного возраста с ЗПР. Поэтому психологическая работа с родителями таких детей способствует улучшению функционирования семьи в целом.

Одним из эффективных направлений в этой области является системное семейное психологическое консультирование. В семейном психологическом консультировании используется комплекс психологических методов и приемов, направленных на изменение членов семьи и при помощи семьи, а также на оптимизацию семейных взаимоотношений.

Представители семейной психологии рассматривают семью как целостную систему, сложный комплекс информационных и энергетических процессов. Подобно всем живым организмам, семейная система стремится как к сохранению сложившихся связей между ее членами и элементами, так и к их эволюции. В живой системе, которая

формируется и сохраняется, благодаря эффекту обмена энергии и вещества в неравновесных условиях, колебания, как внутренние, так и внешние, превращают систему в новую структуру (новое качество). Происходит возрастание сложности, дифференцированности системы. Таким образом, перефразируя положения классической термодинамики и системного подхода, можно утверждать, что семья, как живая система, обменивается информацией и энергией с внешней средой. Колебания, внутренние и внешние, обычно сопровождаются реакцией, которая возвращает систему в ее устойчивое состояние. Но, когда колебания усиливаются, в семье может наступить кризисное состояние, трансформация которого приведет семью к новому уровню функционирования.

На всем протяжении своего существования семья проходит через закономерные «кризисы развития» (Carlan G., 1964): вступление в брак, отделение от родительских семей, беременность матери, рождение ребенка, поступление ребенка в дошкольные и школьные учреждения, подростковый период в жизни ребенка, окончание им школы и выбор «своего пути», разрыв с родителями, уход на пенсию, и т.д. Именно на этих отрезках своего существования семьи оказываются неспособными решать новые ситуации прежними способами и поэтому они стоят перед необходимостью усложнять свои приспособительные реакции. Семьи выполняют свои функции с помощью определенных механизмов: структуры семейных ролей, семейных подсистем и границ между ними. Структура семейных ролей предписывает членам семьи что, как, когда и в какой последовательности они должны делать, вступая в отношения друг с другом. Семейные подсистемы — это более дифференцированная совокупность семейных ролей, которая позволяет избирательно выполнять опре-

деленные семейные функции, обеспечивать жизнедеятельность семьи. Один из членов семьи может быть участником нескольких подсистем — родительской, супружеской, детской, мужской, женской и др. Одновременное функционирование в нескольких подсистемах может быть малоэффективно. Границы между подсистемами — это правила, которые определяют, кто и каким образом выполняет семейные функции — в нормальных семьях они ясно очерчены и проницаемы.

Таким образом, при индивидуальном и семейном психологическом консультировании необходимо учитывать особенности работы с семьей как системой и задачи семейного психологического консультирования:

1. Создание психологических условий для адекватного восприятия родителями своих детей с учетом «кризиса развития» семьи, который обусловлен наличием ребенка с ЗПР, периодом перехода в школу.

2. Психологическая помощь в преодолении стресса и чувства вины с учетом запросов и особенностей функционирования, структуры семей, воспитывающих детей с ЗПР.

3. Поддержание на начальном этапе процессов, которые обеспечивают сохранение привычного функционирования семейных подсистем, распределение ролей и др.

4. Анализ взаимодействия всех членов семьи, которые собираются вместе в ситуации «здесь-и-теперь».

5. Создание развивающих ситуаций фрустрации с целью инициировать переход семьи на иной, более эффективный уровень функционирования.

Индивидуальное и семейное психологическое консультирование включает в себя такие этапы работы, как: присоединение психолога к семейной системе, диагностика затруднений и формулирование запроса, реконструкция семейных отношений для инициации

изменений во взаимоотношениях, для оптимизации функционирования подсистем семейной группы, сохранившей свое фундаментальное значение: супруги реализуют потребности во взаимности, родители воспитывают детей, дети социализируются и т.д., отсоединение от семейной системы психолога. Таким образом, на каждом этапе работы вовлекаются все члены семьи, взаимодействие специалиста с родителями, воспитывающими детей с ЗПР, оказывает в системе семейных родительских отношений непосредственное влияние на развитие самих детей.

Психологическая работа с родителями является одним из приоритетных направлений работы специалистов в этой области, так как воздействие на родителей и взаимодействие с ними представляет собой опосредованное влияние на детей с ЗПР в системе отношений: ребенок — родители — окружающая среда.

Работа психолога включает в себя отдельные мероприятия для родителей с учетом их особенностей, потребностей, возможностей и запросов. Как известно, индивидуально-психологические различия могут меняться благодаря обучению, тренировкам и возрастным особенностям. Программа психологической работы с родителями включает в себя психодиагностические, консультационные, просветительские мероприятия.

Нами было проведено исследование родительского отношения к детям с ЗПР на базе муниципального дошкольного учреждения компенсирующего вида города Снежинска Челябинской области (МДОУ № 26). Среди родителей, принявших участие в консультациях, 80% проживают в полных семьях, 20% — в неполных семьях. Родители, воспитывающие одного ребенка, составили 45%, 55% — родители с двумя и более детьми. У 77% родителей среднее специальное образование, 23% родителей имеют высшее образование.

На основании полученных данных диагностического исследования нами были проведены индивидуальные и семейные психологические консультации с родителями. Программа работы с родителями включала в себя:

1. Индивидуальные и семейные психологические консультации.

2. Лекции — семинары по темам:

— «Психологические особенности детей с ЗПР»;

— «Влияние родительского отношения на психическое развитие детей с ЗПР. Эффективные отношения».

Многокомпонентность и своеобразие детско-родительских отношений в семьях, воспитывающих детей с ЗПР, требует индивидуального подхода в проработке существующих проблем. Поэтому проведение данной социально-психологической диагностико-развивающей программы позволяет учитывать большинство особенностей родителей и детей, является эффективным для решения жизненно значимых задач семьи. Таким образом, в результате обследования группы родителей, имеющих дошкольников с ЗПР по всем методикам выявлены особенности отношения к детям в конкретных семьях.

Мы сделали предположение, что психологическая работа с родителями повлечет изменение родительских взглядов на вопросы воспитания и отношения с детьми, что в свою очередь будет способствовать более гармоничному развитию детей с ЗПР. Согласно системному подходу, по которому семья является системой, влияние на один компонент системы влечет за собой изменение остальных компонентов системы. То есть, психологическая работа с родителями по гармонизации внутрисемейных отношений и типов воспитания приведет к положительным изменениям в развитии детей с ЗПР.

Работа с родителями проводилась нами в следующей последовательности:

1. Представление программы психологической помощи заведующим и педагогическому составу ДОУ, объяснение актуальности и необходимости подобных мероприятий. Это необходимый пункт, так как педагоги оказывают значительную поддержку в работе психолога с семьями в формировании адекватного отношения в психологической помощи.

2. Знакомство с родителями детей старшего дошкольного возраста с ЗПР и нормой психического развития на родительских собраниях и представление программы психологической работы с родителями. В ДОУ с этой целью были специально организованы встречи с психологом, на которых был представлен общий план мероприятий психологической помощи родителям в коррекции внутрисемейных отношений, предварительно выявлен интерес к подобной теме со стороны матерей и отцов, получено их согласие на участие в программе.

3. Диагностика отношений в семьях. На этом этапе родителям были предложены для заполнения бланки для ответов на вопросы и сами опросники. Также проведены проективные методы исследования, такие как: социограмма и рисунок семьи. Индивидуальная структурированная беседа (по специально подготовленным вопросам) с родителями позволила выяснить особенности рождения и воспитания ребенка, условия жизнедеятельности семьи, особенностей самих родителей и их отношение к проблемам в семье и к психологической помощи. Также в индивидуальной беседе выявлен запрос каждой семьи на психологическую помощь.

4. Проведение семинаров — лекций для родителей по темам: «Психологические особенности детей с ЗПР» и «Влияние родительского отношения на психическое развитие детей с ЗПР. Эффективные отношения». Для родителей, давших согласие на участие в програм-

ме, были организованы и проведены семинары — лекции, на которых рассматривались теоретические вопросы:

- понятие задержки психического развития,
- причины задержки психического развития,
- виды ЗПР,
- психологические особенности детей с ЗПР,
- особенности этапов развития таких детей,
- понятие отношений и родительского отношения к детям,
- виды гармоничных и дисгармоничных (эффективных и неэффективных) родительских отношений к детям,
- влияние того или иного вида отношения родителей к детям с ЗПР на их дальнейшее психосоциальное развитие.

Также на семинарах-лекциях рассматривались и практические вопросы, которые были предложены для обсуждения психологом и задавались родителями в процессе дискуссий:

- некоторые способы психологической коррекции ЗПР в дошкольном возрасте,
- способы гармонизации отношений между родителями,
- способы гармонизации отношений между родителями и детьми,
- способы гармонизации отношений между детьми в семье,
- принципы общения с детьми с ЗПР.

5. Проведение индивидуальных и семейных психологических консультаций с родителями два раза в неделю. На каждой консультации психологом заполнялся протокол работы с семьей. Консультации проводились по следующему плану:

- Установление доверительных отношений между психологом и родителями, заполнение родителями анкеты (при первой встрече);
- Исследование индивидуального запроса матери, отца и семьи как сис-

темы в целом (общая цель работы с семьей и цель конкретной встречи);

– Психологическая работа с родителями по запросу, определение вариантов решения проблемы и планирование деятельности по ее решению;

– Построение и проверка гипотез во время сеанса, анализ и оценка достигнутых результатов;

– Домашнее задание для родителей, определение даты и времени следующей встречи.

Индивидуальные и семейные консультации родителей проводились в кабинете психолога по предварительной записи, для этого был создан бланк регистрации посещений, в котором указывались: дата, время приема и фамилия семьи. Родители сами выбирали удобные для них часы посещений. При определении времени и дней для работы с психологом учитывались особенности семей, такие как: пожелания самих родителей, состав семей, график работы родителей (так как многие родители имеют посменную работу). Предварительно с каждой семьей была проведена небольшая ознакомительная встреча, на которой были представлены результаты диагностического исследования, оговаривались условия, особенности, пожелания и ожидания, озвучивался весь план мероприятий по психологической помощи родителям, объяснялся смысл психологической помощи и поводы для обращения к психологу. После чего родители могли принять совместное решение о необходимости дальнейшего участия в программе. Большинство родителей впервые столкнулись с такой формой работы психолога и согласились участвовать в программе.

Родители обращались за помощью к психологу с такими запросами, как: «как общаться с ребенком», «хотим, чтобы отношения в семье стали хорошими», «объясните, что с ребенком, почему он так себя ведет», «часто ссоримся

с мужем по поводу воспитания сына», «как строить отношения с ребенком», «хочу выговориться, успокоиться», «ребенок-пожиратель семейного времени, нет энергии на супруга и других детей», «как не раздражаться на ребенка», «как сформировать интерес к занятиям у ребенка», «отношения в семье плохие, часто ругаемся», «алкоголизм мужа», «муж не разрешает ходить к психологу», «ребенок спит с нами, нет личной жизни» и др. Большинство запросов отражали неблагоприятные взаимоотношения в семье, которые имеют продолжительный характер и зачастую связаны с наличием в семье ребенка с ЗПР.

Особенностями психологической работы с родителями, воспитывающими детей с ЗПР стали: дозированность нагрузки психологического характера (1–2 раза в неделю, сеансы консультаций по 50 минут), информационная дозированность — небольшое количество обсуждаемых тем и вопросов во время приема, информация психологического характера подается в адаптированном виде, то есть понятными языком, исключая специальные профессиональные термины. Данные особенности были обусловлены рядом причин, таких как, например: новый вид деятельности для родителей (работа с психологом); уровень образования родителей (основная часть родителей имеет средне-специальное образование); график работы родителей (посменная); социальный статус (в основном — средний класс) и условия проживания (часто стесненные); готовность к принятию психологической помощи (часть родителей не согласилась участвовать в программе), уровень осознанности и ответственности за изменения (некоторые высказывания родителей: «лучше поработайте с нашими детьми», «у нас нет на это времени»), личная заинтересованность в результате работы (многие родители не понимали возможности и необходимости изменений отношения к детям).

В индивидуальных и семейных консультациях были использованы такие методы и приемы, как: первичный опрос, беседа, определение запроса семьи, циркулярные вопросы, построение семейной генограммы и обсуждение наследственных сценариев, стратегий, «сильных» и «слабых» родовых программ; рисунок семьи, социограмма, расстановки с помощью фигур, тест Геринга для выявления семейной ситуации, арттерапевтические приемы, трансы, упражнения для релаксации и др.

Консультации были как краткосрочными, так и продолжительными по количеству сессий. В целом, проведение психологических индивидуальных и семейных консультаций оказало, по отзывам родителей и результатам работы в виде повторного обследования, эффективное воздействие на изменение отношений в семьях. Консультирование подтвердило высокую необходимость и актуальность для родителей подобной помощи в период посещения их детьми с ЗПР дошкольного образовательного учреждения.

Литература

1. *Елизаров А.Н.* Основы индивидуального и семейного психологического консультирования: Учебное пособие. — М.: «Ось-89», 2003. 336 с.
2. *Карабанова О.А.* Психология семейных отношений и основы семейного консультирования. — М.: Гардарики, 2004. 320 с.
3. *Малкина-Пых И.Г.* Семейная терапия. — М.: Эксмо, 2008. 992 с.
4. Педагогическая психология: Учебник для студ. высш. учеб. заведений / Под ред. Н.В.Клюевой. — М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. 400 с.
5. *Посысов Н.Н.* Основы психологии семьи и семейного консультирования. — М., 2004. 328 с.
6. *Ткачева В.В.* Гармонизация внутрисемейных отношений: папа, мама, я — дружная семья. Практикум по формированию адекватных внутрисемейных отношений. — М.: Издательство Гном и Д, 2000. 160 с.
7. *Эйдемиллер Э.Г., Добряков И.В., Никольская И.М.* Семейный диагноз и семейная психотерапия. Учебное пособие для врачей и психологов. — СПб.: Речь, 2003. 336 с.

Krushnaya N.A. (Chelyabinsk). Individual and family counseling for parents raising children with mental retardation

The article describes the structure and methods of individual and family psychological counseling for parents raising children with mental retardation.

Keywords: psychological counseling, parents of children with mental retardation, structure of psychological counseling, methods of work with parents.

Лидерс А.Г.

ЭССЕ О ТРЕНИНГЕ

В статье собраны эссе участников обучающей программы, в которой автор обучал психологов тренингу личностного роста со старшеклассниками. Эссе написаны по результатам обучения.

Ключевые слова: тренинг личностного роста, переживания, современная молодежь, методика проведения.

В последнее время для участников обучающих программ по методике тренинга личностного роста я предлагаю в качестве результирующей обратной связи не анкету, а задание написать по итогам курса эссе. Предлагаю психологам делать это в виде свободного текста, в котором они бы описали свои чувства во время тренинга, то, что им понравилось или не понравилось в тренинге.

Таких эссе собралось много. Читаю и перечитываю некоторые... Но прошлогодняя обучающая программа на факультете повышения квалификации МГППУ (2006 года) оказалась особенно удачной. Была и интересная работа со слушателями политехнического колледжа, и интересные отчеты обучавшихся психологов. Выбрал их всех неформальные и имевшиеся в печатном (а не рукописном) виде. Далеко не все из них позитивны, но все искренни и содержательны. Привожу их ниже, практически без изъятий и редактирования.

И без комментариев... Благодарю всех слушателей моих курсов за доброжелательность и искренность. Надеюсь получить прощение за решение напечатать ваши эссе без получения согласия от вас. Спасибо! Мне кажется, они дают исчерпывающее впечатление о том, что такое тренинг личностного роста для старшеклассников!

Эссе¹

Спасибо Вам! Хочу быть Вашей аспиранткой. Ваш тренинг окрыляет! Вы

в своей искренности и естественности — великолепны! Вы настолько готовы быть открытым, смешным, настоящим человеком со своими достоинствами и недостатками. Восхищает умение балансировать на грани! И внутренняя гармония с окружающим миром. Спасибо!

А тренинг личностного роста — это сплошное испытание, приключение, сюрприз! После каждого занятия ощущение легкости происходящего и возможности преодоления любых преград на пути к цели и вера в собственные безграничные способности, о которых ты даже и не подозревал. И каждый раз открытие новой грани другого человека, испытание своих возможностей, чудо разворачивания объемного видения здесь и сейчас, встреча с собой и другими. Хочется петь и вести такие группы. Особенно четко тренинг помог осознать собственную меру ответственности за все происходящее.

Что дал мне тренинг? Крылья, чтобы парить; Внимательность, чтобы говорить; Уверенность, чтобы проводить!

До встречи с Вами год назад у меня появилась Ваша книга. Упражнения интриговали, а «некоторые» вызывали недоумение и ошибочное сомнение, что будут не интересны или не пойдут. Какие-то с радостью провела, а «некоторые» — я откладывала их проведение. Может быть сознательно? Ждала встречи с Вами? И вот мы знакомы! Мы тренер и участник, мы мужчина и женщина, мы отец и мать, мы коллеги! Спасибо Вам!

¹ Автор Григорьева М.Ю., Зеленоград.

Вы научили не думать за других! Вы показали, как оттенить наносное и поднать, презентовать всем то яркое, чистое, значимое в человеке! Вы дали почувствовать себя профессионалом, мягко направляя и всесторонне поддерживая. Мне есть чему учиться у Вас! Эта мягкость, игривость, сочность, и всегда «в яблочко» формулировок! Эта искрометность, молниеносность, вариативность при подаче упражнений! Эта доступность, прозрачность границ дозволенного, толерантность!

Сказочка?

Жила-была в аквариуме Рыбочка. Какая она была? Что любила? Чем ей нравилось заниматься? Куда она любила заплывать в грустные времена? С кем она делилась своей радостью? Она не знала или вернее не задумывалась об этом... Или может быть она была еще очень юной Рыбочкой и ее голова даже не понимала, как можно думать о таких вещах серьезно. Все и так было прекрасно! Аквариум был большой! В нем жили разные водоросли, на дне был разноцветный песочек, ракушки, камушки. Хозяин вовремя сыпал корм... А нашей Рыбоньке только и оставалось, что плескаться, играть и наслаждаться. Изредка наблюдала она из аквариума за хозяином и его женой и иногда подслушивала их разговоры. А семья, которая завела аквариум с Рыбонькой — была дружной и веселой. Часто собираясь в комнате, они делали, что-то вместе: читали, собирали конструктор, слушали музыку, рисовали, играли в интересные игры, а их сын очень любил наблюдать за Рыбонькой и часто спрашивал: папа, как ты думаешь — наша Рыбонька счастлива? Рыбонька понятия не имела, о каком счастье он говорит, что это и с чем его едят? Но вот однажды ... хозяин притащил что-то в мешочке и сачком перенес в аквариум. Рыбонька была страшно напугана. Как же так? Кто-то еще будет жить рядом с ней... А по-

скольку раньше все время она была одна, то и как себя вести с другими не знала... Сначала она делала вид, что ничего не происходит и по-прежнему плавала в стороне от соседки, потом она решила, что ее притесняют, заплывая в ее владения. Она была обижена, что это позволяет себе ее хозяин? Надо что-то делать! Нельзя допускать, чтобы в ее аквариуме радовалось еще одно живое существо. Какое оно имеет право? Если я первая здесь появилась — я и хозяйка! Но другая Рыбка, будто не замечала надутых губ Рыбоньки и с деловитым спокойствием обживала новые пространства. Рыбоньке надоело дуться, и она стала приглядываться к новенькой. И однажды после обеда полеживая на песочке, она заметила, что соседка накрепко запуталась в водорослях и никак не может выбраться. Рыбонька подплыла поближе посмотреть, как же поступит новенькая? Перестанет барахтаться и будет смиренно ждать, когда хозяин заметит и ее спасет или ...? Новенькая Рыбка была уже совсем без сил, тяжело дышала, еле ворочала плавниками, и ее грустные глазки наполнились слезами. И тогда Рыбонька спросила: «Могу ли я вам чем-то помочь?» «Да, пожалуйста!» — ответила соседка. «Потяните за эти водоросли, а я попытаюсь освободить хвост!» И Рыбонька успешно справилась с просьбой, а Рыбка была освобождена от пут и очень благодарна Рыбоньке за помощь. И тогда они в первый раз вместе поболтали. И узнали друг о друге много интересного. Рыбка уже давно жила в огромном 500-литровом аквариуме зоомагазина и постоянно была окружена другими рыбами. Среди которых были друзья, а иногда попадались неприятные особы, которых приходилось сторониться и даже спасаться бегством. А, потому видя, надутые губки Рыбоньки, новенькая не спешила подплывать и знакомиться. Не известно, что можно ожидать от серди-

той особы? И тогда Рыбка решила устроить испытание себе и посмотреть, как поведет себя Рыбонька. Испытание Рыбка выбрала не из легких, она решила пробраться через самый заросший водорослями уголок. И о чудо Рыбонька не только подплыла поглядеть, но и первая предложила свою помощь... И оказалась вполне нормальной, дружелюбной и отзывчивой! Рыбка решила оставить в тайне свой маленький секрет. Она просто поблагодарила Рыбоньку и рассказала ей, какая она замечательная, а еще попросила у нее совета, где лучше обплывать заросли, чтобы затаиться в укромном местечке на песочке с ракушками и переливающимися камешками. Наша Рыбонька первый раз была по-настоящему счастлива! Она была нужна, ей наговорили столько приятных слов, и попросили совета... И Рыбонька впервые для себя открыла счастье общения, когда делаешь что-то вместе, когда можешь быть кому-то нужен. И первая предложила Рыбке дружить!

Оказывается, сложные ситуации нам очень нужны! Они помогают понять, на что мы способны, показывают характеры других людей. А иногда и становятся настоящим мостиком дружбы! И вовсе не нужно придумывать за другого кто он, какой он, что он думает, что ему понравится или не понравится — надо идти на встречу с открытой душой и тогда другой тоже откроет душу! За сердитой маской может скрываться добрая, светлая, но не знающая об этом душа. И чтобы разглядеть ее надо придумать какое-то дело, испытание, где она может раскрыться и засверкать всеми своими яркими гранями! А если человек засверкал — он почувствовал за спиной крылья, он научился чему-то новому, он преодолел себя, он счастлив и у него все получается, и он может поделиться: своей радостью, своим открытием, своим счастьем с други-

ми, он учиться быть благодарным, а еще он сможет подарить ощущение полета другим, так как сам пережил его и теперь знает, как получается это чудо!

Эссе²

Мое эссе я хочу начать с самого сильного своего впечатления от психологического тренинга А.Г.Лидерса. Я не предполагала, что за одно занятие можно включить в эмоциональное взаимодействие такое большое число людей разного возраста. Известно, что подростки негативно и насторожено относятся к контактам с незнакомыми взрослыми. Они часто воспринимают взрослых как представителей другого мира. Поэтому, то единство и доверие, которые возникли практически с первого занятия, желание работать, произвели на меня большое впечатление.

Удивило серьезное отношение этих молодых людей к жизни. Приятно было соприкоснуться с таким чистым, серьезным и вдумчивым восприятием мира.

Мне понравилось отношение к проблемам молодых ведущего (Лидерса А.Г.), не просто уважительное, а очень деликатное, его удивительная энергия, чувство ситуации, умение дать нужную реакцию в нужный момент. Указанное практически невозможно при сколь угодно формальном отношении, или просто временном выходе из контакта.

Я открыла для себя, что относительная простота, эмоциональность и большое разнообразие заданий дали возможность без лишней тревоги включиться в психологический процесс практически каждому, проявить особенности своего характера своей личности.

Рискованный характер упражнений и постоянное присутствие сексуально-

² Автор Монахова Н.В., Москва.

го подтекста, как мне кажется, также явились положительными моментами. Они позволили подросткам проявить те стороны своей личности, которые обычно осуждаются взрослым обществом, создавая тем самым у подростков, раздвоенность в отношениях с миром взрослых и с самими собой.

Сожаление вызвал тот факт, что в данной ситуации я не подросток и не могу включиться с погружением в это действие.

Жаль расставаться. Занятия и вся группа стали частью жизни и расставаться с ними несколько грустно.

Все, что я могу сказать в заключение, это то, что я очень рада, что приняла участие в этом тренинге и благодарна лично Александру Георгиевичу. Надеюсь, что полученные навыки и знания обогатят мой личный опыт и пригодятся мне в моей профессиональной деятельности.

Отчет³

Особенности тренинга — возрастнo-специфический, а не проблемно-ориентированный. В центре тренинга стоят нормативные, типовые возрастные проблемы. Все тренинги, в которых до сих пор доводилось участвовать, были проблемно-ориентированные (чаще всего с «горячим стулом»), поэтому сначала длинная череда упражнений казалась не слишком осмысленной.

Сначала было ощущение тревоги. Подростки такие разные, некоторые настроены весьма скептически, отпускают шуточки. Кто-то уходит, кто-то приходит. Первое серьезное упражнение «К кому это может относиться?» члены обеих пар (два мальчика и две девочки) были очень разные. Одна девочка хорошенькая, уверенная в себе, другая круп-

ная, неловкая застенчивая. А вопросы касались отношений с мальчиками, личных успехов, мне казалось, что это подчеркивает их различия, но как я могу решать за них, может вторая девочка считает себя красоткой? С мальчиками примерно такая же ситуация.

Постепенно народ становится активнее. Две бойкие девочки, весьма демонстративные, явно претендуют на роль прим. Это помогает другим также активизироваться. Кстати, к пятому-шестому занятию девочки к тренингу остыли, видимо то, что нельзя было быть все время в центре внимания, вызвало разочарование, но на первых занятиях они здорово всех заводили. Еще одна очень интересная девочка Алина, которая явно от занятия к занятию становилась более активной, неожиданно исчезла. Кажется, это случилось после одного чаепития, на котором она непрерывно нервно без всякой причины смеялась и не могла (или не хотела) остановиться. Странная и занятая девочка. Мы так и не узнали, что с ней, ведь тренинг не был проблемно ориентированный, а у девочки наверняка этих проблем целая куча.

На третьем занятии очень интересное упражнение: две девочки и инструкция «Если тебе это подходит, сделай шаг вперед». Утверждения самые разные от простых, ни к чему не обязывающих, типа «Я люблю мороженое», до таких, которые заставляют задуматься: «Я верю в себя», «Я люблю себя» и тех, которые заставляют раскрыться «Я часто плачу», «У меня проблемы с родителями», «К сожалению, сейчас у меня нет любимого парня». Шаг за шагом ситуация становится все пронзительней, требует большей искренности и раскрытия. Упражнение проигрывается в нескольких вариантах, с разными участниками, включая ведущего. На меня это действие произвело очень большое впечатление.

³ Автор Окопная Виктория.

На четвертое занятие собралась очень большая группа, много новых лиц. Ребят столько же, сколько и психологов. Наиболее ярким, на мой взгляд, было упражнение с ребятами в роли психологов и психологами в роли клиентов. Три вопроса: Самая большая удача в жизни?», «Что не сумел достичь?», «Как стал психологом?» Затем участники менялись ролями. Удивила легкость, с которой можно было общаться с незнакомым юношей. Удалось достичь взаимной искренности и открытости.

Пятое занятие — первый весенний день. У всех хорошее настроение. Группа собралась небольшая, в основном постоянные участники. Упражнение со стулом, поднимаемым к потолку вызвало довольно сильные эмоции. Но на самом деле было не слишком страшно, почему-то не думалось, что тебя сейчас уронят, хотя отпустить руки не очень хотелось. Ролевые игры, в которые переросли этюды — это, пожалуй, самое удивительное впечатление за весь день тренинга. Такие импровизации, такие сильные эмоции у ребят, они играли самих себя в каждой несвойственной им роли «отца», матери», «мужа», получали обратную связь от партнеров, не всегда положительную и все это с такой степенью искренности и открытости, что дух захватывало.

Шестое занятие началось очень динамично: студенты и психологи разбились на тройки и разыгрывали этюды на заданные темы. У одной группы была настоящая находка — внутренний голос героини за кадром, парень игравший это очень артистичен. К сожалению, групп было слишком много, и конец был несколько скромным.

Седьмое занятие было отдано контактным и акробатическим упражнениям. Переход с закрытыми глазами «через Альпы» и т.п.

Восьмое занятие очень порадовало групповой дискуссией. Честно говоря,

я никогда не видела групповых дискуссий в тренингах, ребята и взрослые с одинаковым рвением и искренностью отстаивали свое мнение, думали, осознавали. Для меня центральным стало высказывание одной девочки о современной молодежи: «Мы не пьем, мы стараемся не курить, мы независимы, большинство из нас уже работает, мы знаем, чего хотим». Это внушило мне оптимизм в отношении собственных детей. На заключительное занятие прийти не удалось — заболела дочка. Очень жаль. Самый главный итог для меня — новый взгляд на подростков, уважение, сопереживание, понимание. Спасибо!

Эссе на тему: «Как я открыла для себя мир подростков!»⁴

«Установки».

Первое впечатление — занятия идут очень далеко. Неужели, так будет все время? Ужасный холод. Вооружилась книгой Льюиса Керролла «Алиса в Стране чудес. Алиса в Зазеркалье». Погружаюсь в мир детских фантазий. В чем-то узнаю себя. Нет, все-таки дошкольники — это мое! А где же троллейбус? Ехать пришлось долго. Как обычно, узнаю, как мне добраться до нужной остановки у ближайшей пассажирки преклонного возраста (уж она-то знает), и тут уже все пассажиры включаются в обсуждение, а на тот ли троллейбус я села. Напротив меня сидит миловидная девушка — типичная учительница начальных классов. Наверняка психолог. И смотрит как-то особенно доброжелательно. Замечаю, что на меня напряженно смотрит пожилая женщина и беззвучно открывает рот, как рыба глотает воздух с поверхности воды. Оказалось, правда, что зву-

⁴ Автор Абдулина Л.И.

ки, то есть обращенную речь, я просто не слышала из-за неимоверного грохота троллейбуса. Помочь ей я все равно бы не смогла, так как не ориентируюсь в этих краях и далеко ушла в Зазеркалье. Добраться до места мне помогла та доброжелательная девушка, оказавшаяся психологом, спешащим на эти же курсы!

Опаздываем! Нехорошо в первый раз! Ну, не мы последние! Огромная группа, а меня еще и в списках нет. Вокруг взрослые женщины-психологи со стажем. Неужели и я буду такой? Какие все разные. Слушаю обрывки фраз: «А читать будет САМ Лидерс или пришлет вместо себя кого-нибудь?», «Как же далеко!», «До которого часа это все?», «А столовая здесь работает?», «Когда начинаем?»

Нас всех оформили, собрали деньги, и тут появился он! Признаюсь честно, фамилию Лидерс я услышала впервые, но по восхищенным взглядам и придыханиям, с которым все произносили это имя, я осознавала всю важность персоны. Все приготовились писать, записывать умные и важные мысли, но... вся теория, оказывается, собрана в книге, а на занятиях мы будем непосредственно работать с подростками!

ПОДРОСТКИ... — это такие большие и лохматые дети, которые считают себя неимоверно взрослыми, но очень боятся жизни, так как не разобрались пока, где черное, а где белое и что им нравится больше, и вследствие этого очень агрессивны и неуправляемы. Сама я помню этот возраст очень хорошо (и не все воспоминания позитивные!), не так далеко от него ушла. Шесть лет я старательно пряталась, избегала соприкасаться с этим возрастом. Я — дошкольник, то есть педагог-психолог, который любит работать, общаться, сюсюкать, наблюдать детей дошкольного возраста! А как общаться с подростка-

ми я не знаю! Так вот сидела я, слушала всех и понимала, что мной овладевает паника. Затем паника сменилась злостью на себя: да что я, девочка маленькая? Я пришла учиться! Мне необходим опыт общения с подростками для работы. И никто не заставляет меня тесно общаться с ними...

Все будет хорошо
«Знакомство»

«Группа будет меняться, обтаивать, нарастать, пополняться, но ядро группы постепенно сформируется — это будут люди, с которыми мы пройдем до конца».

А.Г.Лидерс

Все оказалось не так страшно. Место для проведения тренингов выбрали другое — и ближе, и теплее, да и дети гарантированно будут!

В огромном, наполовину отремонтированном зале с настоящей сценой и занавесом собралась вся группа педагогов-психологов, и началось знакомство. Я впервые участвовала в тренинге — очень интересно. Чувствуешь себя сначала неловко, потом забываешь о себе, не думаешь, как выглядишь, кто смотрит — просто следуешь со всеми за ведущим — от упражнения к упражнению и незаметно становишься ближе к окружающим тебя людям, настроение улучшается, не боишься смотреть прямо в глаза впередисидящему и высказывать свое мнение.

Да это же просто! Где же ваши подростки!? И вот пришли «дети». Девочки все как на подбор красивые и стильно одеты, мальчики смазливые и остроумные. Надо было накраситься...

В ходе упражнений начали раскрываться некоторые особенности характера и поведения детей. Наметились лидеры, «соглядатаи», «мальчиши-плохиши», «девочки-куколки». Было прият-

но, когда меня выбрала в пару яркая девушка, за которой я наблюдала и радовалась ее органичности, энергичности и пластики. Необходимо было поводить партнера с закрытыми глазами по залу и дать ему возможность потрогать все опасные, необычные предметы. Когда я закрыла глаза, стало некомфортно, но Катя оказалась настолько энергична и уверена, что мы потрогали ВСЕ, включая бороды и персинги. Мне было комфортно. Я доверилась и расслабилась. Когда же мы поменялись местами, я очень волновалась, чтобы не уронить, не причинить дискомфорт своей подопечной. Я очень устала, нее прошло хорошо.

«Снег»

Приходишь в уже знакомый зал, напоминающий разрушенный замок, зал и здороваешься глазами. Приходят дети и ведут себя немного нервно, ожидая, что Саша (как они сразу начали называть нашего Главного Психолога) покажет им нечто интересное и волшебное.

Родилась ассоциация со старым мультиком «Каникулы Банифация». Так вот, добрый лев, показывающий огромной ватаге детей (подростки и психологи) фокусы и трюки — Александр.

Мы снова разбились на пары, но теперь уже предстояло водить своего подопечного по всему помещению колледжа. Мы снова работали с Катей. Я опять очень боялась за нее, старалась уберечь от углов и идущих навстречу пар. Но Катерина была как рыба в воде — эмоциональна, бесстрашна и кокетлива. Это милое создание умудрилось с закрытыми глазами познакомиться и пококлетничать с двумя старшекурсниками. Конечным пунктом нашего путешествия был сугроб на улице — вот это было остро! Неожиданные тактильные ощущения были яркие и почему-то, поддельски, очень радовали.

Работа в парах: «Психолог — клиент»

«Необходимо предоставить ребенку возможность почувствовать себя умным и красивым. Любуйтесь детьми, демонстрируйте всем, и им самим, все хорошее, что заложено в них»

А.Г.Лидерс

Как всегда в ситуации выбора чувствуешь некоторое смущение. Кого же выбрать? А если тебя никто не выберет — ты не понравилась, или ты плохой психолог, или просто недостаточно яркая девушка? В общем, надо сначала свои комплексы отпустить, а потом работать с другими людьми.

На помощь, как всегда пришел руководитель — разбил всех на пары. Я оказалась в паре с молодым человеком. Вполне обычный парень. Мне понравился его прямой взгляд, деликатность, смущение, искренность и критичность в оценке происходящего. Необходимо было поменяться местами (то есть он — психолог, я — клиент) и провести «собеседование» по нескольким вопросам:

- 1) что вы считаете своим достижением на данный момент;
- 2) в чем вы можете признать свою неудачу;
- 3) на кого вы можете положиться в любой ситуации;
- 4) ваши планы на будущее.

Отвечать на эти простые с первого взгляда вопросы оказалось вовсе нелегко особенно незнакомому подростку с внимательными черными глазами. Мой «психолог» выслушал меня очень внимательно, уточнял некоторые факты. Особенно его удивил тот факт, что единственный человек, на которого я могу положиться — мой любимый, с которым я встречаюсь полгода. «Ну, не

знаю, не знаю...» — деликатно прокомментировал он. Иногда я чувствовала себя наивной маленькой девочкой: «Моя мечта — вырастить здорового, полноценного ребенка, а может и не одного». «А вы замужем?» — насторожился он. «Нет пока», — смущенно промямлила я.

Мне запомнилось, как серьезно и уважительно слушал этот молодой человек мои размышления, как постарался проанализировать и стеснялся перейти грань дозволенной откровенности. Мне жаль, что не хватило времени рассказать всей группе об этом молодом человеке, хотя он был не против. Меня же заинтересовало в нем то, что в свои 18 лет он уже твердо знает, где хочет работать, реально оценивает значение родителей, стремиться отблагодарить их за помощь и поддержку. А самое главное в его жизни на данный момент — отношения с девушкой, с которой они уже почти обручились! Почти, это потому что не в церкви, а сами обменялись кольцами и обсудили все с родителями. В общем, этакий мужичок. У меня появилось ощущение уверенности и надежности от общения с ним.

«День космонавтики»

Я не участвовала. Не смогла побороть смущение и страх. Удивительное упражнение, неординарное, я бы сказала, мужское. Так как вверить себя страхующему мужчине психологу легче, чем поверить ласковому голоску изящной девушке: «Не бойся, если что, я тебя поймаю». Откровенно восхищена психологами, поборовшими в себе страх «полета». Огромное значение имеет доверие к людям, страхующим внизу. Многие из подростков, судя по их горящим глазам и счастливым улыбкам, стали ощущать себя по-новому после «приземления». Многие не ожидали от себя, что смогут продержаться.

С этого занятия многие дети и психологи уходили гордые собой!

Появилась новая участница тренингов. Хочется особенно остановиться на описании поведения этого подростка. Ее привели подруги, активные участницы всех предыдущих пяти тренингов. С самого начала она начала привлекать к себе внимание резкими комментариями. Крупная, громкая, эпатажная, с ярко выраженными лидерскими качествами, как-то по-бабьи напористая, она сразу вызвала негативные реакции у меня и близ сидящих психологов. Вскоре появилась возможность показать себя! Маше, а именно так зовут девушку, предложили разыграть с другими детьми и психологом этюд «Сватовство». Маше досталась роль дочери, неожиданно для родителей собравшейся замуж. Через эту роль каждый из участников раскрылся перед нами, каждый действовал неординарно, творчески. Маша сразу показала свою самостоятельность, решительность, независимость в решении ситуации: «Мы будем жить отдельно!», «Мы все сами!», «Мы все решили!» По ходу действия выяснилось, что у Маши на самом деле есть молодой человек. Так как контакта с вымышленным молодым человеком не было, тренер предложил паре упражнение на сближение, на доверие. Маша сразу пошла на контакт, приняла критику, задумалась как-то, но партнер-женин не смог принять роль до конца. Во время бурного обсуждения этюда ответственность жестко критиковала позицию и манеру поведения Марии, обвиняя в излишней резкости, отсутствии женственности. Мое же личное мнение, что Маша сильная девушка, привыкшая действовать самостоятельно. Когда подводили итоги занятия. Маша слушала всех внимательно, на вопрос тренера, как изменилось настроение после тренинга, она тихо и спокойно сказала: «Все хорошо».

На следующих тренингах Маша вела себя спокойно, одевалась более женственно, не была активна, но и от участия не отказывалась, помогала подругам советами. Куда-то делись эпатаж, резкость в общении. Перед нами был спокойный взрослый человек, коим наверняка она и является.

Такие ролевые игры мне показались наиболее важными в работе с подростками. Как они раскрываются в ходе таких игр, с каким азартом они берутся за решение «своих проблем». Психолог предлагает примерить роли, к которым в повседневной жизни подросток еще не готов, или не сталкивался с такими ситуациями, но эти ситуации настолько типичны, обыденны и неизбежны, что каждый человек внутренне готовит себя к ним. Подросток имеет возможность проиграть эту ситуацию, попробовать решить ее в игровой форме с разных позиций, примерить на себя разные роли, манеры поведения. Таким образом, как мне кажется, снимается страх перед трудностями, решением конфликтов и осознание себя, как взрослого, способного действовать человека. Ну и конечно, это возможность лучше узнать мальчика (девочку), который(ая) нравится сейчас. Неслучайно на тренинги стали приходиться парами!

«Случай в библиотеке»

Инструкция: Работа по 3–4 человека. Необходимо разыграть предлагаемую ситуацию с разными настроениями:

- агрессивно;
- мягко;
- по-деловому.

И снова мы работаем с Катериной. Я и другой психолог решили предоставить возможность Кате попробовать себя во всех трех этюдах в разных ролях, нащупать в себе три эмоции, выразить их. Репетиция прошла успешно. Катя много смеялась, но переживала, что не

сможет при всех «сыграть». Когда же подошла наша очередь, Катерина совершенно впала в истерику. Как я потом выяснила, на этом занятии присутствовал молодой человек, который нравится Кате, и она очень переживала, что он о ней подумает. Видя, что у «ребенка» возникли трудности, мы с психологом начали работу: что именно тебя смущает, какой из отрывков ты не хочешь играть, может поменяться ролями, может изменить последовательность... Но тут Катя собралась, и во время показа передала все эмоции, особенно ту, которая не получалась во время репетиции (агрессию).

День был замечателен еще тем, что неожиданно раскрылись дети, не участвующие до сих пор на занятиях. Они то и составили в дальнейшем «ядро» нашего тренинга.

«Мы часто определяем для ребенка «потолок» его возможностей, ожидаем от него чего-то определенного, а он вырастает, раздвигает рамки, удивляет нас и себя самого!»

А.Г.Лидерс

«Теремок»

В одной маленькой аудитории стояла маленькая парта, за которой днем учились детки, а вечером в среду пили чаек психологи. Но вот пришел азартный психолог, самый главный и самый азартный из всех присутствующих психологов и задумал заселить эту парту! Начал он с единственного мужчины, положил его поудобнее. Подобрал ему пару, уложил и ее рядышком. Но что-то слишком уж им привольно жилось, а вокруг много «бездомных» психологов. Начал Главный Психолог «подселять» остальных. А что началось дальше, ни в сказке сказать, ни пером описать! Бедная парта выдержала порядка 11 человек! Коллектив сплотился, пар-

та не переломилась. Главный Психолог остался доволен.

«Еврейские разговоры».

«Ну что, пошли?» и попробуй-ка только отказаться от такого заманчивого предложения! Ни беда, что ты не знаешь пока, кто зовет, куда и за кого принимают! Лидерс — фонтан идей! За каких-то пол часа мы увидели мужа-неудачника; папашу; ловеласа; другана, нечистого на руку; человека, не умеющего выполнять обещания; образцового семьянина и многих других персонажей в одном лице. Это настоящий мастер-класс! Здесь все — умение слушать и слышать, уловить настроение и настрой ребенка; быстрота реакции на реплики и ответы; способность вести диалог в нужном русле, подвести к логической развязки. А потом тихонько отойти и предоставить участникам возможность самим вести диалог, нащупать тему и поругаться всласть, или наоборот замыслить какую-то авантюру.

«Последнее занятие с детьми».

Разминка.

Все мы здесь уже знакомы, пусть не по имени, но зрительно примелькались, с каждым ассоциируется какое-то упражнение, фраза или наоборот — безмолвие, малоактивность. Необходимо подойти как можно к большему числу людей и глядя в глаза внимательно и с интересом — улыбнуться. Тут же воцарилась атмосфера всеобщей любви, доверия и благожелательности. Оказалось, что каждому члену нашей группы есть, что сказать, есть, чем восхититься.

А дальше началась акробатика! Самые отчаянные прыгали на стул, затем на парту и снова на стул, но уже под потолок! Дети резвились, взрослые с замиранием сердца наблюдали и страховали.

Не каждый может сам выйти в центр круга и вот так запросто запрыгнуть на

стул. В случае, когда человек хочет, но молчит, все вызывают его хлопками. Окружающие как бы говорят своими аплодисментами: «Давай! Мы верим! У тебя получится!» и действительно, получается! И тут уж все аплодируют в знак восхищения и признания внутренней силы участника.

«Прищепки»

Сколько радости и веселья подарило нам это упражнение! Как оно информативно в плане характеристики человека! Кто-то ну никак не мог действовать с закрытыми глазами; кто-то только защищал свои прищепки и не старался снять их с другого; некоторые ввязывались в «бой» и хватали всех, при этом сами оставались не защищенными, ну а кое-кто... просто выходил из «боя». Меня приятно удивило, что молодые люди вели себя очень корректно и уважительно по отношению к потерявшему бдительность слабому полу.

«Кто это?»

Ведущий каждый раз добавляет по одному штриху, озвучивает особенности внешнего вида и характера, дополняя портрет. Каждый из сидящих в кругу применяет на себя характеристику, выискивает в себе черты, высказывает предположения. Упражнение помогает внимательнее приглядеться к окружающим, открыть в уже знакомых людях нечто новое, согласиться или опровергнуть относящуюся к тебе характеристику, принять к сведению критику, да и просто лишний раз сказать кому-то что-то очень приятное!

Послесловие.

Сейчас я понимаю, насколько тяжело и удивительно интересно вести тренинги с подростками. Как меняются дети после занятий! Как они доверяют психологу! Как они ждут ответной откровенности! Как они боятся раскрыть-

ся, но какой же удивительный внутренний мир у каждого из них! Я любовалась их раскрепощенностью, наивностью и легкостью. Я училась у них смелости и находчивости, умению радоваться, и быстро реагировать. Настрочила пять листов, но никак не могу сформулировать самое главное...

СПАСИБО!!!

За эти три месяца я увидела не только, что такое настоящий тренинг, кто на самом деле подростки, как руководить группой, подбирать упражнения и плавно переходить от одного к другому, не теряя темпа и эмоционального настроя. Я узнала, увидела, услышала, что такое настоящий психолог! Чувствую невероятный прилив энтузиазма и стремление применять полученные знания на практике, в собственной профессиональной деятельности. Надеюсь, соответствовать гордому званию «Ученик Лидерса»!

Тренинг с подростками⁵

1 февраля. Знакомство. Немного теории об отличии тренингов социально-психологического, терапевтического от личностного. Меня лично несколько успокоило то, что нет необходимости искать симптомы, проводить терапию. Задачи решаются не проблемные, а типовые возрастные.

Основной моей целью присутствия на тренинге сначала было желание понаблюдать за мастером, за процессом со стороны. Однако, с первого же дня — самопознание, собственное развитие. Куда без этого? Первое упражнение. Мне, как и многим другим предоставляется возможность выбора пары. Я, следуя заданию выбрать того, с кем комфортно и приятно работать, приближаюсь к одной — уведят, к другой

— уведят. Как в игре «кто быстрее». В результате — я без пары. Это тоже тема для размышлений. Если о позитиве. Несомненно, мне повезло, я поработала немного с Александром, я понаблюдала за всеми. Взгляд притягивали пары более открытые, дающие. Однако, наличие закрытых и колючих, чуть повысило мою самокритичную оценку. Наблюдая за «диалогом ладошками», я подумала, что мне легче говорить, поэтому еще раз принимаю решение слушать.

8 февраля. Первый день тренинга с подростками. Колледж. Примерно 25 старшеклассников. Мне кажется, что много. Александр мастерски проводит этот день. Энергично, интересно, переходов от одной игры к другой будто нет. Плавное течение. Удивляет способность внешне не реагировать на скользкие реплики ребят. Удивительная вещь. Самый сопротивляющийся оказался участником, самая закрытая девушка — вышла в центр. Первый день наблюдений — есть чему поучиться. Самое сильное впечатление от этого дня — общение с подростком. Обычное упражнение «слепой и поводырь». Девочка смела, открыта, сама меня выбрала. Обмен ощущениями. В конце дня она подошла еще раз поблагодарила и поцеловала. Внешне, я думаю, справилась, но внутри я была похожа на кошку Матильду из мультфильма про Карлсона. Я в замешательстве. Чуть позже я поняла, что эта девочка мне подарила рабочее состояние для подростков. Я работаю либо с маленькими, либо с взрослыми. И по началу, в общении с ней мне не хватало именно состояния Личность — личность.

15 февраля. Работа с доверием. Разнообразно, интересно Сильный вариант, когда психологи, в том числе и Александр, отвечают искренне на вопросы студентов. Однако, многие ребята не решаются на испытания. Меня

⁵ Автор Цветкова А.В.

волнует, не скучно ли им. Как удерживать внимание, если группа знакома и младше по возрасту. Возможны ли упражнения, вовлекающие не всех?

22 февраля. К сожалению, из-за изменения расписания, я пришла к окончанию занятия. Надеюсь, что к самому важному упражнению на взаимодействие психологов с ребятами. Я в паре с той же девочкой. Радует интерес к психологии как к профессии. Из обратной связи я также порадовалась позиции многих ребят по отношению к родителям, проявлению заботы и желанию ответственности в будущем. Это, наверное, во мне мать порадовалась.

1 марта. Первый весенний день. Первое упражнение — подарок по кругу. Мальчик — девочка, мальчик — девочка. Удивительная вещь произошла. Девочку, которая больше всех претендовала на всеобщее внимание, чуть было не пропустили. Что она думала? Свой подарок она преподнесла стихами. Сильно. Далее полеты в космос. Страшно, но интересно. Я попробовала похожие упражнения в своих группах, прошли на ура. Далее очень плавно, незаметно игры изобразительные переросли в сюжетно-ролевые.

отца — парню изначально эта роль представлялась в узком варианте, главенствующим. Мне очень понравилось замешательство у него, вызванное указом жены. Поставь чайник! И он поставил.

Много мыслей, чувств вызвала роль девушки, которая знакомила родителей с женихом. Несколько успокоило видение в этой ситуации рождение женственности.

15 марта. Две недели перерыва. Однако, детей еще больше. Целый день посвящен сюжетным играм. Разыгрываем КФЛ агрессивно, доброжелательно и по-деловому. Запомнился и надолго очень яркий образ голоса за кадром. Артист! В нашей группе было 5 человек.

Одного подростка я сначала еле уговорила поучаствовать. Далее, играем агрессивный вариант. Я понимаю, что кричать больше не могу, а все остальные готовы покричать долго. Я от собственной беспомощности прошу этого парня, решить задачу и перекидываю на него ответственность. В первом проигрыше слабовато, дальше все больше инициативы и нахрапистости. И что еще приятнее, после всех этих упражнений, в общем кругу слышны были его реплики. Изначально он мне показался сторбленным, неуверенным. Этот опыт мне очень полезен. Хочется использовать в отношениях с близкими.

22 марта. Игры для большого круга. МПС. Мигалки. Различные испытания со стульями, столами — переход через препятствие с девушкой на руках. Волнительный телесный контакт, взаимопомощь, стремление если не улучшить, то, во всяком случае, повторить результат других. Наверное, это и есть мотивация достижений. Хорошее упражнение, передача человека на руках группой. Непонятна связь этих упражнений с упражнениями на логику, мышление.

29 марта. День рождения у сына. Я пропускаю тренинг.

5 апреля. Очень интересный день. Разминка. Речевые упражнения. Скорее обвинения, непонятные ситуации. Мне казалось, что я не умею быстро реагировать, давать отпор, теряюсь. Удивительно, но в упражнении я была собой довольна. Закончилось дискуссией на тему секса до свадьбы. Сильно. Смело. Теперь мне понятно, в каких направлениях может развиваться разговор. Не страшно самой попробовать.

12 апреля. Последний день вместе с ребятами. Разминка на контакт глаз, комплименты. Испытания с прыжками. Столы, стулья, закрытые глаза. Интересно было наблюдать за Катей. Долгие уговоры попробовать, потом — не остановить. Далее ей хотелось участво-

вать во всем. Как жаль, что последний день. Очень понравилось упражнение в кругу, не знаю названия. Когда положительный портрет человека примеряли каждый на себя. С чем согласна, с чем нет. Замечательное для самооценки!

Несмотря на то, что многое стало понятно, разложилось по полочкам, все-таки остались вопросы. Необходимо ли обратную связь подросткам давать как позитивную, так и негативную, то есть надо ли обращать их внимание на свойства, которые можно изменить.

Что может помочь работе с группой младших подростков, хорошо знакомых между собой, удерживать внимание всех, используя упражнения, где участвуют только 3–4 человека.

Личностный тренинг не имеет программы. И все же хочется думать, что делаешь правильно. На что опираться? В каком порядке? Что является канвой?

Эссе⁶

Какое влияние оказали тренинги личностного роста с подростками на меня.

Неоднозначное. Я удерживала две позиции: специалиста, который уже имеет опыт групповой работы и тренингов и подростка. Обе позиции мне хорошо знакомы, последняя часто бывает актуальной и в обыденной жизни.

Так как это первый курс, на который я прихожу как специалист, активно работающий с детьми, мне интересен такой формат тренингов, который я увидела. Возникли вопросы: как ведущий работает с групповой безопасностью, насколько он далеко и глубоко может продвигаться в работе с каждым. Формат открытого тренинга, где не оговариваются и не принимаются группой правила, на мой взгляд, не позволяет

прорабатывать глубокие вещи. Но, как я увидела, решение каждого принимать или не принимать участие в упражнении позволяет сохранять минимальную безопасность.

С позиции подростка мне было интересно. Нравилось, что можно быть наравне со взрослыми, называть их по именам и на «ты», брать за руки, вступать в контакты, слушать, что они тоже смущаются. Это мне нравилось и многому научило. Прежде всего — доверять. Однако, тренинг вызывал иногда очень много энергии, которая потом меня разрывала... как подросток с этим справляется? Он может просто не прийти больше... но и это непростой опыт. Имея такой опыт, смогу ли доверять другому ведущему, пойду ли в более глубокую работу?

Тренинги добровольные. А как такой формат работы возможен в школе? Кто их будет финансировать? Или администрация школы свободно может относиться к непосещению учениками занятий. Это не вопрос, скорее тема для размышления и поиска договоренности с администрацией.

А вообще-то жаль, что обучение закончилось... мне было тепло, интересно. Сейчас есть профессиональное восхищение Александром и удивление той энергии, которую я наблюдала на каждом занятии.

Отчет⁷

Особенности переходного возраста, а также сложные условия, в которых происходит взросление современной молодежи: нестабильность семейного института, размытость моральных ценностей, которые уже не являются твердой опорой для выстраивания собственной личности, диктуют необходимость специальных мер для развития и

⁶ Подпись автора на тексте оказалась неразборчивой.

⁷ Автор Рублева Наталья Михайловна.

усиления «Я» подростка, формирования жизнеспособной личности, обладающей достаточными ресурсами для успешной адаптации в обществе.

Данный тренинг создает условия для личностного роста подростков. Тренинг необычен, безумно оригинален, смел, решителен, полон риска, «испытания себя». Я получила незабываемые впечатления от ощущений, эмоций, которые все время сопровождали встречи. Знакомство с Вами оставило в моей душе глубокий след ярких переживаний, смешанных с ощущением спокойствия за нашу молодежь — они все могут! Они такие взрослые! И вдруг приходит понимание того, что я ушла совсем недалеко, даже где-то отстаю в решительности, смелости, а их так иногда не хватает в реальной жизни. Здорово, что Вы делаете такое доброе, нужное дело.

Это школа, самая настоящая школа жизни, и она мягкая, безоценочная. Каждый оценивает себя сам, каждый рискует на сколько может.

А теперь я бы хотела подарить Вам, Александр Георгиевич, одно из своих сочинений, которое, на мой взгляд, очень ярко описывает смелый, но безумно счастливый момент моей жизни. В преддверии хочется заметить, что самые яркие события запоминаются на всю жизнь, а тренинг был значительно насыщен яркими красками. Другими словами. Вы и наши ребята подарили мне кусочек счастья. Спасибо.

Счастье.
Трасса. Вечер, но жара.
Лечу по краю.
В ушах свистит, во рту угар,
А я от счастья умираю!

Спина промокла и рюкзак,
А мне неважно.
Кручу педали, и пою
Я громко песенки про счастье!

Переключаю скорость — горка.
Ступни отяжелели.
Меня подрезала «семерка»,
Я тормознула. «Офигела!»

Несутся фуры, травят воздух.
Его вдыхаю.
В глазах песок, во рту угар,
А я от счастья умираю!

На теле грязь. На трассе пыль,
Которую глотаю.
Как в горле сухо! Пью,
И километры все считаю.

Но вот любимый поворот.
Ждала и верила. Победа!
Ты чистый воздух подарил,
И свежесть леса летом.

Люблю тебя родной мой край,
Ты сердце согреваешь.
Мне так волнительно спокойно.
Какие ты пейзажи даришь!

Лечу к тебе родной, лечу.
В ушах свистит, и свежестью вдыхаю.
Как птицы с лесом говорят!
Как я от счастья умираю!

Мои впечатления о курсах повышения квалификации «Методика проведения тренинга с подростками» под руководством А.Г.Лидерса⁸

Свои впечатления от прошедших занятий попробую изложить сквозь призму феноменологического видения.

Я очень рада тому, что курсы проходили в форме тренинга, и поэтому можно было быть одновременно и участником и наблюдателем. Мне понравились: демократичная, доброжелательная атмосфера, которую создал ведущий, отсутствие барьеров в общении между

⁸ Автор Яковлева Наталья Тихоновна.

ним и участниками тренинга, между психологами и подростками, искренний интерес к подросткам и вера в них — в то, что они смогут выполнить задание, а кроме того уверенность в необходимости и полезности всего того, что происходит во время наших встреч. При этом было больно видеть, что порой эта вера сталкивалась с инертностью, безынициативностью ребят и психологов. Однако неудачи не оставляли ведущего: он оставался доброжелательным и корректным, оставляя для них «открытую дверь». «Не сейчас, так потом у тебя получится»!

Самыми трудными, на мой взгляд, были упражнения-испытания. Мне показалось, что многие подростки не готовы к ним, лишь редкие их представители проходили их до конца. При этом на лицах у них присутствовало выражение скуки и утомления, некоторые ребята уходили. Правда, были и исключения: так один парень в упражнении «Три прыжка с закрытыми глазами» предложил выполнить их задним ходом и удачно продемонстрировал усложненный вариант.

Причинами непопулярности этих заданий, по-моему, может быть как недостаточное чувствование своего тела как опоры, так и страх самовыражения. Я бы выразила это состояние словами «не могу и не хочу».

Менее трудными, но не совсем успешными оказались сценки и сюжетно-ролевые игры. Без участия психологов подростки были неспонтанными, имели бедный ролевой репертуар и не могли выйти из принятой на себя роли, например, «недотроги», «интеллигента», «пофигиста».

В более выгодную позицию попали задания на интенсивное пространственное взаимодействие: «Меняются те, кто», «Стражники и их жертвы». Они проходили оживленно и в них участвовали все.

Возможно, это объясняется тем, что в массовых упражнениях не надо себя показывать, можно зрительно затеряться, стать «одним из», появляется чувство безопасности.

Мне больше всего понравились обсуждения в парах «психолог-клиент» и групповые дискуссии «Секс до брака», «Современная молодежь». Судя по отзывам подростков, среди них также много тех, кто разделяет это мнение. Ребята говорили, что «у них есть потребность поговорить со взрослым», «интересно услышать разные точки зрения на актуальные вопросы».

Я обратила внимание на то обстоятельство, что на занятие, где обсуждались эти вопросы на глубоком уровне, пришли другие ребята, многие в первый раз. Эти новенькие оказались весьма зрелыми личностями, со своим мнением, способные делать выбор. У меня возникло такое впечатление, что встреча психологов с подростками и наоборот в ее высоком понимании определяется не одним нашим желанием, но внутренней готовностью к теме обеих сторон. Это стало очевидным, в том числе благодаря тому, что группа была открытой.

Мне не понравилось то, что в ходе нашей работы ведущим не акцентировалась обратная связь от подростков. При выполнении некоторых заданий я ощущала бессмысленность, потому что не понимала «А зачем это?» Директивный стиль ведущего, как это было в нашем случае, мне не совсем подходит, так как в своей работе я склонна к недирективной манере общения, больше подстраиваюсь под запрос ситуации, человека.

Я хочу выразить свою благодарность Александру Григорьевичу за то, что он показал нам свой индивидуальный стиль в работе, за добросовестность и трудолюбие и хочу пожелать ему интересных встреч и творческих находок.

Эссе⁹

еда, Еда, ЕДа, ЕДА!

Примерно к половине четвертого после полудня, каждый раз, сидя на тренинге, я начинала ощущать сильный голод. Толи усиленная умственная деятельность съедала припасенные утром калории, толи это делал адреналин, выделяющийся во время упражнений, являющихся младшими братьями прыжков с парашютом.

В один прекрасный день мне надоело бороться с внутренним голосом, навязчиво предлагающим мне перекусить, и я решила использовать его для написания будущего эссе. Вот, что из этого вышло.

Весь тренинг, в целом, можно было бы сравнить с каким-нибудь многослойным экзотическим блюдом (по многослойности что — то вроде селедки под шубой, но только менее привычное среднестатистическому гражданину России) в котором присутствовали и сладкие, и острые, и кисловатые нотки одновременно.

Пожалуй, по форме весь тренинг в целом напоминал мне конус с острым концом наверху, так как занятия к концу курса все более обретали форму и остроту. По цвету же конус был синего цвета в красно-оранжевую полосу.

Первое занятие. После первого занятия у меня осталось впечатление, что повар вынес свое блюдо гостям, разрешил его осмотреть со всех сторон, понюхать и даже облизать нож, которым он разрезал незнакомое яство, но братья за вилки было еще рано. Цвет этого занятия был фиолетово-оранжевый. Фиолетовый цвет оставлял место фантазии о том, что будет происходить дальше, оранжевый же цвет указывал на энергетику.

Второе занятие. Тут уже каждый получил возможность попробовать приго-

товленное блюдо. Упражнения на доверие с падением в руки к партнеру, напомнили мне блюдо индийской кухни, щедро приправленное различными специями. Тут была и легкая перчинка, и чуть заметная острота и немного сладости.

По форме это была пружина. Много напряжения. Но в основном задор от того, как пружина подпрыгивает, освободившись от оказанного на нее давления.

Цвет, пожалуй, красный.

Был в этом дне и неожиданный момент откровенности тренера, его рассказ о чем-то очень личном, пусть и имевшим место много лет назад переживании. Рассказанная история помогла мне тогда принять для себя важное решение, за что я испытываю глубокое чувство благодарности Александру.

Третье занятие. Третье занятие имело вкус привычной еды. Это было что-то очень знакомое и от этого не вызывающего особого восторга. Не было тут ни острот, ни приторности.

Цветом занятие было серое. По текстуре — резиновое, протяженное. Формы медицинского жгута.

Занятие 4. Потрясающее блюдо. Ощущение его остроты до сих пор не покидает меня. «Полеты в космос», «центрифуги» безусловно, были тем, что долго нужно пытаться запить водой, но способность к огнедышению упорно не будет оставлять вас.

Цвет был, безусловно, ярким, красно-оранжевым. По форме это было то ли лезвие, то ли пила с ее острыми зубцами. На ощупь — что-то горячее как пламя.

Занятие 5. Занятие по большей части посвященное разыгрыванию сценок.

По вкусу это занятие напоминало пищу, которую не забыли посолить, но однозначно забыли перемешать. В результате чего вышло, что блюдо было «съедобно» лишь местами.

⁹ Автор Стеколыщикова А.Н.

По весу это было нечто тяжелое, возможно, пудовая гирия. По цвету — черное — серое, с вкраплениями блесток.

Занятие 6. Это занятие напоминало натянутую струну — хождение по партам с закрытыми глазами с девушками на руках, «тропинка из рук с передвижением лежащего тела». Скорость этого занятия была стремительной. Цвет был красно — оранжевый. На вкус что-то экстремальное и острое — может быть жареные личинки, каких-нибудь насекомых, которых очень хочется попробовать, но для этого нужно пересилить себя.

Занятие 7. Брачные объявления, снятия кофточек... Занятие по цвету было, синим, спокойным как поверхность воды в безветренный день.

По форме — ровным и круглым, способным перекачиваться плавно и беззвучно. По вкусу — чем — то приятным и приятным.

Занятие 8. Дискуссия. По консистенции занятие было липким, тягучим, вязким. По вкусу — излишне приторным, как мед, когда ешь его столовой ложкой и при этом не запиваешь водой.

Занятие 9. Завершающее занятие. Прыжки по стульям и столам с завязанными глазами, спиной вперед; поиск прищепок на теле партнера. О, да! Это был истинный деликатес. Коленки тряслись от остроты, но было очень вкусно. Динамично как автогонки. Тепло и уютно как зимним вечером у камина в семейном кругу. Мягко как мех любимой кошки. Великолепное завершение прекрасного тренинга. Спасибо!

Эссе¹⁰

Мы знаем, кто мы есть,
но не знаем,
кем мы можем быть.

У.Шекспир

Удивило и заинтересовало осознание того, что упражнения и сюжетно ролевые игры не какие-то оторванные от социальной, и в большей степени от внутренней жизни подростка, переживания, а ситуации и опыт, поступки и даже, я думаю, размышления — именно те, которые уже сейчас «принадлежат» или начинают «принадлежать» его миру. Это сродни примерке атрибутов взрослой жизни в глазах подростка. Ведь, по сути, каждое упражнение, на которое он соглашается пойти (а для многих это испытание, которое он отваживается пройти) — это настоящий поступок, в будущем который может вырасти в кирпичик личностной истории.

А как важен и нужен этот опыт! Важно узнать и почувствовать, кем мы можем быть, чтобы научиться складывать целую картинку «взаимо-отношения» из отдельных кусочков-пазлов — «отношений к...», «отношений с...», «отношений потому-что...» И что очень понравилось и нашло в моей душе «уютный» отклик — так это то, что на каждый такой поступок группа (а для подростка ой как важно — «его мир и он сам в этом мире чужими глазами!») делала ответный ход — принимала и одобряла, посмеивалась или закрывалась, но никогда не «давала упасть». Предельное доверие и принятие тренера на протяжении всего времени — подобно протянутой руке, как для «героя» упражнения, так и для участников группы. И даже, в большей мере, мне кажется, именно для них. Потому что человек, на пороге взрослости удивленно и любопытно поглощает кислород эмоций и переживаний, отдавая взамен окружающим свет такого важного качества, как сопереживание, как умение сопереживать.

Ребята, мне кажется, вольно или невольно учились друг у друга и, безусловно, у тренера именно сопереживанию и взаимоотношению, именно так, в два слова, потому что это, мне кажется, прежде всего видение друг друга,

¹⁰ Автор Лукьянова Елена.

**Самоотчет по итогам прохождения
курса повышения квалификации
«Психологический тренинг
с подростками»¹¹**

На эти курсы я шла сознательно. Мне про них рассказали еще осенью, много хвалили. Я загодя записалась; волновалась, когда их собирались переносить; переживала, что А.Лидерс заболел, а вместо него может вести другой (была у меня такая информация); купила книжку, прочитала ее от корки до корки. Конечно, вся эта моральная подготовка была связана с моими ожиданиями от этой программы. Я шла на курс с целью увидеть в живую и «потрогать собой», что такое групповой тренинг. Я имела опыт участия в групповой работе, но меня интересовал именно этот вид психологической практики: не «лечение», а «развитие» — и как я себя буду чувствовать в этом.

Обращаясь сейчас назад к моему опыту участия в программе трудно выделить что-то связанное. В памяти всплывают какие-то отдельные яркие куски (в основном, конечно те, где сама участвовала). В первую очередь я была участником тренинга, а уж потом «повышающей квалификацию».

Первое, что вспоминается, это метаморфоза ведущего. Когда я первый раз его увидела, я подумала: «надо же, бывает... а еще он психолог, говорят». Да и говорить он начал со своим обучающимся контингентом (то есть с нами) не очень любезно, сухо, по-деловому, никакой радости от встречи в голосе. Однако, как все изменилось, едва перешли к тренинговым упражнениям. Это стал совсем другой человек — глаза горят, энергия бьет ключом, он весь здесь, с нами, для нас. В центре, и в то же время не затмевая, движущая сила, которая изнутри направляет — вот не-

сколько слов, которые могли бы описать мое видение ведущего в тренинге.

Зная из книги, что предстоит, какие игры, упражнения, я не могла представить себя во всем этом. Робость, смущение, внутренняя неуверенность, страх обратить на себя внимание — вот те первые чувства, которые возникли при осознании себя в круге начавшегося тренинга. Не буду подробно описывать все ощущения, которые я в себе наблюдала. Не сразу, постепенно, аккуратно пробуя себя раз за разом, каждый раз совершая маленькое преодоление внутри себя, переживая чувство освобождения под пристальным взглядом нескольких десятков глаз, я пришла к изменениям, которые только еще будут происходить. Я получила маленький опыт, который, возможно, меняет мою жизнь, ... а возможно, так и останется маленьким опытом.

Что я получила, как специалист в плане нового метода работы? О, теперь я знаю, как это должно быть — психологический тренинг. Ну, хотя бы приблизительно. Работать так самой — это очень трудно. Можно прочитать десять книг по тренингам, прослушать столько же курсов, но только опыт собственной работы сделает из тебя хорошего тренера. Только на своих шишках можно научиться чувствовать тонкие импульсы сердцебиения группы. Так что, как там сложится дальше в моей жизни — будет видно.

В заключении хочется сказать, что я очень рада, что попала на этот курс. Я получила новый опыт, результаты которого я еще буду долго в себе с удивлением наблюдать.

Отчет по тренингу личностного роста¹²

Началось все с того, что мне нужно было написать статью по тренингам, я порылась в своей библиотеке и нашла

¹¹ Автор Смирнова А.А.

¹² Автор Суксова Виктория.

купленную, но еще не читаную книжку «Психологический тренинг с подростками». В ней было очень много близких мне вещей про «со-проживание», «со-развитие», создание условий для личностного роста. Я не могла не пойти на курсы.

Принцип добровольности, в сущности, я обсуждаю во всех группах и взрослых и детей, будь то тренинг или семинар, или еще что-то. Иногда он становится темой для длительных дискуссий и выводит на тему ответственности за собственную жизнь, за то, как каждый готов ее прожить. А так как в работе я больше иду за процессом, за потребностями группы, то тренинг личностного роста в том смысле, в котором он описан в книге, мне подходит значительно больше, чем два других модуля.

Сложно говорить о тех изменениях, которые со мной произошли в период посещения тренинга, точнее трудно отделить влияние самого тренинга от воздействия всего остального. Вначале у меня был большой интерес к тому, как будет организован процесс с двумя группами, само включение «аквариума». Потому что в моем опыте стажировка ну максимум двух человек на подростковом тренинге (и обычно им дается инструкция: быть участниками, не вылезать первыми, не мешать тренерам и смотреть внимательно). У меня на эту тему были всякие опасения, что активность специалистов подавит ребят, а оказалось наоборот, включение взрослых только подогревало интерес, стимулировало. Не перестаю удивляться тому, как психологов воспринимают. Насколько мы маргинализированы! Я не уверена, что решусь проводить нечто похожее, пока привычка работать в другом формате дает о себе знать, хотя диапазон возможностей у меня явно расширился.

Внутренне конкурировала, постоянно сравнивала с тем, как бы провела уп-

ражнение я. Долго не могла встроить в свои представления об «идеальном» тренинге то, что происходило, мой личный опыт сильно отличался от того, что я видела здесь. Хотя, нет, очень давно я в течение года ходила на чем-то весьма отдаленно похожую программу, но тогда мне было 17 и я от той круговерти игр, упражнений, выборов была в восторге, теперь я более медлительна. Мне ближе гештальтгистский подход с разжевыванием и прочим. Я естественно не успеваю в тренинге переварить все, что происходит, а потом много забывается, главное конечно ни куда не денется, но хочется понимать, что со мной происходит, что с другими. Постоянные действия, какая-то деятельность, которую я не успеваю осмыслить, меня приводят в замешательство.

Я понимаю, что могу организовать такой процесс для других, для подростков, думаю, он будет им важен, интересен, насыщен, но пока не понимаю, как вместе с ним смогу расти я. Возможно, будут совершенствоваться мои навыки мотивирования группы, донесения инструкции, хотя как тут с моим личностным саморазвитием я не могу понять.

С самого первого раза меня поразила легкость всего тренинга и легкость ведущего, постоянная игра с группой. Снаружи выглядело как что-то очень яркое, привлекательное, азартное. Но участвовать пока не хотелось, я подробно записывала новые упражнения и приемы, мотивирующие на активное включение группы. Вскоре удалось на своем тренинге с подростками опробовать кое-что, это были не те же упражнения, но я попыталась скопировать стиль ведения. Для меня он заключается в особом внутреннем настрое на легкость, что, конечно же, проявляется внешне, заражает других и помогает справляться с сопротивлением участников группы. Раньше в моем арсенале

не было таких приемов: уговаривание, подключение группы к уговариванию, обращение к женской-мужской энергии, соблазнение. Я вообще стала легче идти на эксперименты. Это для меня, пожалуй, самое главное, так как веду я тренинги по давно известной мне программе. А еще больше стала вкладываться в ведение, моей личной активности прибавилось, но уставать при этом сильнее я не встала. Просто шла на тренинг с каким-то другим настроением, настроением на легкость. Обычно я делаю однодневные тренинги с достаточно глубоким погружением, затрагивая проблемные темы, прорабатывая отношения участников, окунаясь в динамику, а сейчас я поняла прелесть «легкого» тренинга. Это действительно проживание нового опыта, но без той привычной для меня рефлексии, которой обычно уделяю времени не меньше, если не больше на тренинге, превращая его, скорее в терапевтическую группу. Пытаюсь найти баланс.

К середине тренингов престала записывать происходящее, больше эмоционально включалась. Постоянно ловила себя на чувстве неловкости, смущения, много смеялась. Иногда было трудно справляться со своим смущением, отводила глаза. Особенно тяжело было на инсценировках. Смотреть тяжелее, чем участвовать. Было ощущение как от какого-нибудь телевизионного реалити-шоу. Я почти никогда не делаю упражнений «на круг». Или дается одно для всей группы или по парам, подгруппам, но только участвуют все, за исключением презентаций подгрупп. Что-то я с таким «театральным» вариантом еще не сжилась.

Чем дальше, тем скучнее становилось. Вроде смотреть не интересно, а участвовать, то лень, то боязно. Учебная мотивация уже ушла, остался интерес к контакту с участниками, но это постоянная публичность всех упражне-

ний тяжело мне давалась. Я достаточно неплохо себя чувствую в роли ведущего, когда сама знаю, что я собираюсь дальше делать, а довериться тяжело. Для меня сейчас очень остро встала тема моей собственной активности, ее подавления. Спасибо.

Все время вертелся вопрос: зачем я здесь? А что я хочу на самом деле? Находила в себе силы уйти или остаться в тот момент, когда понимала, чего же хочется. Пожалуй, это самые важные вопросы, которые я себе задавала.

Эссе¹³

Приступая к написанию данного эссе, я хотела бы рассказать, почему я выбрала именно данный курс повышения квалификации.

Работа в группе с подростками меня привлекала всегда, хотя и казалась сложной. В университете на 3 курсе мы написали проект, комплекс тренинговых занятий с подростками, а на 4 курсе апробировали его на практике. Это и положило начало моему профессиональному интересу к тренинговой форме работы с подростками. В этом году я начала работать в школе. Решила продолжать ведение тренингов с подростками. Изучая теоретическую литературу, я выяснила, что существуют несколько типов тренингов: тренинг конкретных умений, тренинг общения, тренинг личностного роста (ТЛР).

Мне доводилось становиться участником тренингов, но очень редко. С позиции стороннего наблюдателя практически нет. Поэтому, когда представилась реальная возможность обучиться методике проведения тренинга, я, не задумываясь, записалась. Прежде всего, меня интересовали вопросы: как проводятся тренинг, какова его струк-

¹³ Автор Селиверстова Ольга Алексеевна.

тура, по какому принципу отбираются упражнения для каждого занятия, какова роль тренера, его поведение на тренинге. Да и вообще, хотелось узнать, что же такое ТЛР и чем он отличается от других видов тренингов.

Что я для себя открыла в процессе обучения:

- 1) суть понятия личностный рост;
- 2) как можно обеспечить личностный рост подросткам на тренинге;
- 3) познакомилась с новыми видами упражнений;
- 4) увидела, как проводится тренинг, его организацию;
- 5) поняла, что в ТЛР тренером может быть не каждый психолог, нужно обладать определенными личностными качествами;
- 6) увидела новый стиль общения взрослого и подростков.

Сначала мне было совершенно непонятно, как же тренер выстраивает структуру каждого дня тренинга. Казалось, идет сплошной набор упражнений, которые между собой никак не связаны.

Когда мы стали задавать вопросы о целях, структуре занятия, оказалось, что тренер подбирает их в зависимости от ситуации. У него есть определенный план, но он очень изменчив, жесткой структуры нет. В этом случае поразило то, насколько активен, лабилен должен быть тренер, какой высокой энергетикой он должен обладать, даром убеждения, умением вселить уверенность в свои силы. И насколько просто и непринужденно он общается с подростками. Как они чувствуют это общение на равных. Мне понравился термин, который употребляет автор методики *психологическая соизмеримость подростка со взрослым*. Это, наверное, то, чего старшекласснику, который начинает осознавать себя, и нужно. Знать, что он уже не ребенок и даже не подросток, а человек, который входит в мир взрослых, сам становится взрослым. Подростку

еще можно поэкспериментировать, попробовать себя. Психосоциальный моторий — это норма в подростковом возрасте. А старшекласснику, человеку раннего юношеского возраста уже требуется другое. Он осознает свою взрослость, принимает обязательства, несет определенную ответственность за себя, свои поступки. Но возникает вопрос, как применить это новое, что в нем появилось? Его личного опыта не хватает. Возникают сомнения: смогу ли я? до какой степени смогу? и будет ли это принято обществом, коллективом? Именно на эти вопросы старшеклассники могут найти ответы на ТЛР.

Поразительна динамика, с которой происходили изменения в поведении старшеклассников.

В первый день старшеклассники сели в круг, чувствовалось их напряжение, скованность, они присматривались ко всему происходящему, в том числе и к новой группе, которая сложилась в ситуации тренинга.

Тренер чувствовал эту ситуацию очень хорошо. Это выражалось в динамике подбора упражнений. Старшеклассники втягивались в тренинг постепенно, осваивали незнакомую прежде форму деятельности. К концу первого дня тренинга чувствовалось их раскрепощение, воодушевление и интерес.

Каждый раз, приходя на тренинг, старшеклассники все больше раскрепощались, раскрывались перед нами. Удивило то, что даже те, кто не принимал активного участия в упражнениях, не уходили, сидели до конца и даже оставались на обсуждение. Обсуждение происходящего на тренинге стало неотъемлемой частью дня. Старшеклассники принимали участие в обсуждении, высказывали свое мнение, делились впечатлениями, общались на равнее с взрослыми людьми уже в новом статусе. Новый опыт ребята получали не только в неформальном общении.

Практически каждое упражнение давало новый жизненный опыт. Особенно это упражнения на проигрывание сложных жизненных ситуаций, «Этюды». Старшеклассники пробовали себя в разных ролях, проецировали все происходящее на себя, жили в этих ситуациях. Они переступали черту застенчивости, смущения, робости и пытались действовать. В этот момент были важны одобрение, поддержка тренера и психологов. Кроме того, ТЛР помог ребятам раскрыться, попробовать свои силы в тех упражнениях, на которые они бы никогда и не решились. («Космос», прыжки на пирамиду из столов и стульев, удержание себя на качающихся столах и т.п.) Эти упражнения помогали преодолевать в себе барьеры, верить в собственные силы, преодолевать неуверенность. Помогали открывать в себе новые качества, возможности. Или, может быть, задумываться над происходящим. Это не могло не отражаться на внутренних самоощущениях ребят. Отклик на происходящее был в душе у каждого участника. Эта внутренняя работа стала источником изменений, происходящих в старшеклассниках.

Мне тоже удалось поучаствовать в тренинге и получить новый опыт. Было очень непривычно. Обычно я являюсь тренером, и удовольствие получаю от процесса ведения тренинга (от того, как мне удастся задействовать детей, как проходят упражнения). А тут я стала участником. Можно было почувствовать свободу, наслаждаться своей позицией. Было эмоциональное вовлечение, был азарт в играх, желание, чтобы прочитали мое объявление. Открывались новые возможности, проигрывались новые ситуации, учились быть открытыми, смелыми, не стесняться выполнять упражнения. Я преодолела свою робость. Смогла сосредоточиться и выполнить непростое задание. Полу-

чила опыт в абстрагировании от аудитории, сосредоточении на задании. Здорово ощущать то, на что ты раньше бы не решилась!

Нельзя не отметить роль тренера в тренинге. Поражала его открытость, умение взаимодействовать без комплексов, находчивость, умение чувствовать группу, отношение с юмором к различным ситуациям. Внутренняя сила, присутствие духа, способность взять на себя ответственность — вот те качества, которые были мной отмечены.

Самое интересное было в том, что я сама внутренне участвовала в тренинге, не была просто сторонним наблюдателем. Все происходящее воспринимала очень эмоционально: волновалась, стремилась помочь, болела, смеялась, с удовольствием принимала участие в упражнениях. К сожалению, не все упражнения доставляли мне удовольствие. В упражнениях на тактильное восприятие другого человека я не чувствовала себя комфортно. Для меня неприятно, когда незнакомый человек подходит на предельно близкое расстояние, нарушая мои личностные границы, и открывает ту информацию, которую я не хочу открывать для других людей.

Я считаю, что время, проведенное на тренинге, было проведено с пользой. Спасибо за опыт, которым Вы с нами поделились!

**Итоговая работа по предмету
«Методика проведения тренингов
личностного роста со
старшеклассниками»¹⁴**

В настоящее время тренинг становится наиболее популярной среди психологов. Тренинги бывают разных видов, и в частности тренинги личност-

¹⁴ Автор Титова Т.М.

ного роста. В действительности, до сих пор, часто употребляя понятие «личный рост», я не задумывалась, а что же под этим понимаю. Автор высказал мысль, что речь идет о качественном изменении в результате некоего Поступка или События, особо пережитого и, что главное — принятого. Я, быть может, назвала бы это не «личностным ростом», а «личностным развитием» (сменив некую количественную подоплеку понятия качественной).

Занятия со студентами колледжа интересны как для детей, так и для психологов.

О детях. Поистине «подростки в учебнике и в жизни» — это не одно и то же. Ребята зачастую выдают такую реакцию, неожиданную, но в то же время, специфическую для возраста. Я, как психолог, испытывала удивление, сопереживание, интерес. Я часто переживала за ребят (особенно в упражнениях на доверие партнеру). Каждый раз отмечала, насколько они похожи и непохожи друг на друга, откровенны, застенчивы, вызывающи, шумны, интересны.

О тренере. Тренер, на мой взгляд, проявлял терпение, чувство юмора, находчивость, «за словом в карман не лез». Дети реагировали на него положительно. Конечно, здесь видна специфика проведение занятий, обусловленная полом и возрастом преподавателя (скажем откровенно, молодой девушке-тренеру значительно сложнее).

О себе. Па протяжении всех встреч, я пыталась осознать, какие чувства я испытываю по поводу того, что происходит. Эти чувства неоднозначны: то мне очень интересно и я забываю о времени, то скучно, и кажется, будто упражнение затянато. То мне нравятся способы работы тренера, то они кажутся неподходящими. И в этом двойственном состоянии прошли для меня занятия. При этом я осознаю, что тренинг не должен только развлекать ребят, но

нести содержательную часть (обсуждение каких-либо актуальных проблем).

Что касается меня лично, то несмотря на то, что участвовала мало и включалась в тренинг редко, кое-что о себе я подтвердила. Например, я осознала, что сама даю близкую к подростковой реакцию. Подтвердила, что я довольно зажата и не люблю тактильность. А еще я предпочитаю слушать, нежели говорить. Если об этом я знала и раньше, то тренинг актуализировал эти знания. А это говорит об эффективности тренингов.

Что касается вопроса использования подобной формы работы в своей деятельности, могу отметить, что я скорее склоняюсь к проведению социально-психологического тренинга (или, если можно так сказать, проблемно-специфический), поскольку у школьного психолога крайне мало возможностей реализации программ, направленных на разрешение выявленных трудностей. Поэтому есть необходимость в проведении целенаправленных мероприятий. Тренинги личностного роста можно проводить во внеучебное время, приглашая старшеклассников, которые хотят узнать что-то о себе, о других, о психологе. И в такой форме он будет весьма полезным, как ребятам, так и психологу в работе с учащимися.

Спасибо за возможность знакомства с такой интересующей меня формой работы — тренингом, а точнее — личностным тренингом.

О тренинге личностного роста¹⁵

Поскольку нам не давали строгой формы написания этой работы, я выбрала форму эссе, которую и предлагаю вашему вниманию.

Вот и закончилось время наших еженедельных встреч, которое, я думаю, за-

¹⁵ Автор подписал свой отчет как Жанна.

помнит каждый участник Ваших тренингов. Это было увлекательно и познавательно не только для нас — психологов, но в большей степени, конечно, для учащихся колледжа, на базе которого проводились занятия. Для ребят это была отличная возможность «вырасти» в глазах своих сверстников, а так же, и это главное, в своих собственных глазах. И действительно, хотя курс сравнительно небольшой, но за этот короткий период психологи наблюдали процесс личностного роста многих ребят, которые тренинги восприняли с большим интересом. Групповая работа, несомненно, имеет свои плюсы, но в тоже время Вы показали нам мастерство индивидуального подхода к каждой вполне сформировавшейся личности. А ведь далеко не всех ребят можно было назвать беспроблемными. Мы стали свидетелями мастерской корректировки личности, способной преодолеть различные трудности, ведь, как я могла заметить, весь тренинг предполагал различного рода преграды, включение различных резервов организма и психологических установок, которые есть у каждого из нас. Многие упражнения решали психологические проблемы конкретной личности, и мне думается, что это неслучайно. Ведущий тренинга должен обладать потрясающей интуицией и психолого-педагогическими знаниями, выстроенными в действенную систему. Именно этому мы учились у Вас! Спасибо вам за щедрость и за то, что вы помогаете людям преодолевать препятствия, вернее делаете для них доступным их же возможности. В современном обществе очень трудно быть сильным, проявить свои способности среди таких же сильных и способных. Как говорят: «Выживает сильнейший». Кто знает, может Вы помогли студентам колледжа вступить в ряды сильнейших или хотя бы приблизили их к этой черте, в чем я не сомневаюсь. Хочется

верить, что каждый, кто имел возможность посещать Ваши тренинги, будет применять полученные знания и навыки как в профессиональной деятельности, так и в повседневной жизни. Эффективность будет зависеть от качества усвоенного, от востребованности, от личного отношения к пройденному тренингу, но в большей степени, определяющую роль будет играть эмоциональный уровень, на котором происходило усвоение содержания тренинга. Эмоциональный климат, присутствующий на тренинговых занятиях, стал привычным и необходимым. Доброжелательность и уважение — две составляющие желания продолжать личностно расти. Потому что и личность психолога в некотором смысле совершенствовалась. Особенностью Вашего тренинга является свободное включение в занятие участников разного возраста, что, несомненно, говорит о высоком профессионализме, раскрывающем возможности работы с разновозрастной группой. Я очень рада, что мне удалось пройти курс тренинговых занятий личностного роста, благодарна тем, кто предоставил мне такую возможность. Еще раз спасибо Вам, нашему тренеру, за полезный труд, который востребован и актуален в современном обществе. С уважением и массой положительных эмоций.

Эссе¹⁶

Как я выбрала этот курс?

Неслучайно. Перед нами, психологами, выложили огромный перечень названий курсов повышения квалификации. Глаза разбегались, желаний было больше чем, возможностей. Но, выбрать можно было только одни курсы в год. Какая несправедливость, особенно когда хочется учиться. Пришлось де-

¹⁶ Автор Шаулова А.А.

лать выбор? Почему я выбрала этот курс? Причин несколько, во-первых, еще со студенческой поры на меня завораживающе действовало слово — тренинг, а в дальнейшем и сам предмет. То, что мне это интересно, я поняла еще в институте, то, что хотела бы выбрать именно это направление работы, укрепилось в моем сознании к окончанию вуза. Уже тогда я где — то интуитивно ощущала результативность этого славного мероприятия. И спустя два года, работая по профессии, психологом, в Центре, я наконец-то осуществила свою мечту и начала проводить групповые занятия или тренинги. И первая моя группа оказалась — подростки, 10–11 лет. Именно этим, в первую очередь был мотивирован мой выбор данного курса. Вторая причина — имя ведущего, тренера, психолога — Лидерс Александр Георгиевич. Много слышала, но не видела, не участвовала. Как говорится не «нюхала» и не «трогала». И вот удача... двери открываются, сказка начинается. Первый день. На улице мороз, но мы стойко доехали. Филиал института, класс, парты. Разные мысли пробегают: «Почему парты? как не хочется в школу...» «Методика проведения тренинга... методика? наверное, это лекции. Как не хочется писать... «И где собственно препод?»

Вступление было коротким, записывать ничего не пришлось, и это успокоило. Перед нами была поставлена задача, найти старшеклассников. «Где их брать?» После перерыва, мы работали в парах, психолог-психолог и это было интересно и весело. Ушла в этот день я в приподнятом настроении. Дальнейшие занятия проходили в колледже, где учатся старшеклассники и много свободного пространства.

Два с половиной месяца, семьдесят два часа, мы обучались проведению тренинга личностного роста со старшеклассниками. Мы были зрителями и

участниками. Было много упражнений мне известных, много новых или прочитанных в книгах, но без практического применения. Интересно было наблюдать за ребятами, за их поведением, характерами. Интересно работать с ними в диадах, триадах. Немного страшно, когда надо было выбирать себе пару, но не хотелось подводить тренера и таковы правила «игры».

Удивило меня то, как легко и с юмором работал наш преподаватель. Ведь возраст — 16–17 лет сложный, многие дети закомплексованны, зажаты или показательно наглы. Как важно, не реагировать на отказ работать, а подключать других, желающих, важно увидеть тех, кто хочет проявить себя, но стесняется. Если работа идет с тремя, пятью ребятами заинтересовать других. Ведь тема должна быть актуальна для всех. Каждый из старшеклассников, кто пришел на этот тренинг, имеет свои мотивы, многие не озвученные вслух, а порой и самому себе. Это возраст самоопределения, несмотря на то, что они учатся в профессиональном колледже, но не все пришли в него по призванию. Многие ребята еще в поиске. И мне особенно запомнилось, одно из занятий посвященное самоопределению. Я работала в триаде с двумя парнями, поведение которых с начала тренинга было самым вызывающим, и я бы сказала присутственно-отсутствующим. Меня удивило в них то, что во время работы они были открытыми. Откровенно рассказывали о своих неудачах и успехах, вредных привычках, о причинах выбора профессии, своих стремлениях. И просто шокировало, когда ребята сказали о том, что они хотели бы быть опорой и поддержкой для своих родителей, в старости. Вот это, да!!!! Хулиганы с виду, такие чуткие и заботливые внутри. И снова делаешь выводы об этом непростом и интересном возрасте.

Очень важна и необходима была в конце занятия рефлексия. К сожалению, в группах с детьми 9–10 лет не всегда удается это сделать. Но именно с тренинга я вынесла, что это необходимо. Ведь каждый, кто участвует, переживает разные чувства и их необходимо озвучит, или мысленно согласиться или не согласиться с тем, кто говорит.

Многие старшеклассники приходят несколько раз, потом приходят другие, группа разная и даже повторяющаяся разминка не кажется скучной. И еще я поняла важный момент из этого курса — Игра, это то, что любят все, независимо от возраста, пола и профессии. Игра прекрасна, удивительна, она раскрепощает и сближает, и в нашей работе психолога делает чудеса.

Во время курсов, на работе, мне представился случай провести тренинг со старшеклассниками 9–10 класс. Я была рада этому предложению, без страха и опасений не справится. И невольно я подумала, а не знак ли это?

Отчет-эссе по теме «Методика проведения тренинга личностного роста с подростками и старшеклассниками»¹⁷

1. После первых занятий (2–3) двойственные ощущения: сильная физическая усталость и одновременно эмоциональный подъем.

2. Ведение тренинга — это искусство. Увиденное я бы назвала «**личный** тренинг личностного роста». Успех или неуспех работы группы, эффективность тренинга полностью зависит от личности тренера, особенностей его взаимодействия с группой. Именно личность тренера (А.Г.), его харизматичность, чувство юмора, способность к экспромтам, толерантность и т.д. создают особый контекст, особую атмо-

сферу. Это невозможно повторить или воспроизвести. *Можно использовать элементы тренинга, упражнения-испытания, построение и т.д.* Но у другого ведущего будет другой тренинг, и я опасуюсь, будет ли он тренингом личностного роста? Почему не работают авторские педагогические системы Сухомлинского, Лысенковой и т.д.? Потому что стержень любой авторской методики — личность автора-ведущего, на которой все держится. Изымаем стержень-личность — методика (педагогическая система) не работает. Аналогия с хозяйками, которые используют при варке одни и те же продукты, в одинаковых пропорциях строго по рецепту, но у всех получается разное блюдо.

3. По-моему, очень продуктивна мысль о разных уровнях участия в тренинге. Эффект присутствия на тренинге (за кругом) соизмерим с эффектом посещения театрального спектакля. Через идентификацию с участниками тренинга и сопереживание им, «зритель» «проживает» их переживания, их опыт. Непроизвольно и непреднамеренно, опосредованно происходит приобщение к новому опыту, новым переживаниям. Наверное, оптимальный вариант — это непосредственное участие в работе группы. Но для робких, неуверенных, мне кажется, очень «экологична» такая степень участия, когда «снята» угроза их собственному «Я», собственной самооценке. Уверена, что каждый, кто присутствовал на тренинге (работал в группе или был зрителем) что-то приобрел для себя.

4. В идеале хотелось бы увидеть динамику группы. С этой группой это не получилось — состав менялся очень сильно. Но я рада за каждого, кто был на тренинге хотя бы один раз. Каждый из них приобрел новый позитивный опыт.

5. Очень благодарна Александру Георгиевичу за «детей» нашего колледжа.

¹⁷ Автор Полева Н.С.

«Что произошло со мной за время тренинга личностного роста?»¹⁸

Начало.

Для меня все случилось в настоящем времени. Еще весной, просматривая список различных курсов повышения квалификации, я искала что-нибудь по работе с подростками. Дело в том, что меня уже давно волнует желание сделать некий курс для подростков, который был бы им интересен, в котором им бы хотелось участвовать с удовольствием, и который был бы полезен для них. Но до последнего времени это желание так и осталось не оформленным. Пока в моей «подготовительной копилке» собраны разные книги с тренинговыми упражнениями, часть из которых я даже пробовала проводить сама, а значит в ней же есть и некоторый личный опыт, и еще первая, очень приближенная структура тренинга, почерпнутая на дне школьного психолога в прошлом году. И вот со всем этим небольшим багажом я и пришла на тренинг личностного роста для подростков.

Собственно обучение

Итак, 1 февраля для меня начался курс «Тренинг личностного роста для подростков и старшеклассников». И конечно на него я шла также с определенными ожиданиями того, что вот теперь-то я узнаю, что же такое тренинг, как его проводить, что делать. Но первое с чем я столкнулась практически лоб в лоб — разочарование. Пришел наш преподаватель, представился и озвучил необходимое и достаточное условие нашего курса: наличие подростков, с которыми будет проводиться работа, в противном случае курса не будет. И я разочаровалась сразу по двум направлениям: во-первых, буквально месяцем накануне я закончила обучение по курсу

«Основы психологического консультирования», где мы работали в режиме тренинга, то есть учились на себе. Соответственно, я примерно чего-то похожего ждала и от этого курса, я думала, что вся работа будет проводиться на нас, с тем расчетом, чтобы мы смогли изнутри прочувствовать эти занятия. И, во-вторых, тут выясняется, что нужны дети, и я подумала: как же так? Ведь нас же не предупредили об этом условии, когда мы записывались! За то время, пока обсуждалось это условие, я пережила массу не очень приятных переживаний начиная с «да где ж я их возьму?», и, заканчивая «ну даже если и найду, то, как буду доставлять их на Шелепиху? А ехать ведь долго, значит, многие откажутся. И что же делать?» К счастью все разрешилось очень хорошо, благодаря психологам колледжа. Да и сам день закончился на положительной ноте — мы играли. И как-то все неприятные впечатления первого дня сгладились, я успела благодаря нашему занятию познакомиться с интересными людьми, и настроиться на будущую работу.

В первый же день нас попросили записывать впечатления от занятий. Скажу честно: я очень хотела это сделать, но времени не оставалось совершенно. И поэтому я старательно все записывала, и только дня через четыре сделала первые наброски впечатлений, которые потом пополняла новыми чувствами.

А потом началась собственно работа. Конечно в основном, в большей степени, я смотрела и записывала. Но это не значит, что я не сопереживала той работе, которую смотрела. Для меня самым главным впечатлением от курса осталось поведение ведущего. Мне сложно описать словами, но это какой-то особый настрой, другой подход, какая-то даже легкость в общении с ребятами. При этом чувствовалась неко-

¹⁸ Автор Иванова М.А.

торая настороженность, некий скепсис, даже хамоватость в поведении некоторых участников, и виртуозное обхождение со всем этим ведущего. И я смотрела во все глаза, чтобы как можно лучше понять, как можно лучше прочувствовать особенности ведения тренинга ведущим. Я примеривала это к себе и думала, а смогу ли я так? Ведь пока в моем опыте есть только трехдневные адаптивные тренинги с пятиклассниками. А ведь они совсем другие, нежели старшеклассники. Мне кажется, я имела уникальную возможность видеть, как работают подростки, что с ними происходит, ведь они менялись от занятия к занятию.

Помню, как после первого дня работы подростковой группы меня охватил игровой зуд. Дело в том, что в первом дне я тоже была участником, и мне это очень понравилось, и потому хотелось и дальше работать вместе с ребятами. Но пришлось себя сдерживать — ведь все что происходило, это работа их и для них, а психолог только как вспомогательное звено. Я замечала, как меняется мое состояние после очередного тренингового дня: в самый первый день — восторг и удовольствие, а затем, от занятия к занятию к концу дня про-

являлась усталость. Мне кажется, я начинала по другому смотреть на всю работу, больше включаться, ведь часто бывало так, что мои эмоции за весь день были очень сильны, и к концу дня, даже оставаясь просто психологом, наблюдающим за работой, я вырабатывала весь запас эмоций.

Еще для меня очень важно то, что я смогла по-другому посмотреть на подростков. Многие упражнения были достаточно серьезными, это и испытание себя, и взаимоотношения мальчиков — девочек, и дискуссия, и другие, и они работали в них. Конечно не все и не всегда, но они участвовали. Значит, они интересуются не только тем, что можно «просто поиграть», но и готовы работать, выполнять серьезные задания.

Я пишу это эссе в последний день. И мне кажется, что я выражаюсь очень сумбурно. Наверно, я не до конца осмыслила то, что происходило на наших занятиях. Я многое прочувствовала, старалась как можно больше понять, но даже сейчас мне затруднительно изложить все, что я приобрела, логично и последовательно. Но в любом случае то, что я видела, и в чем участвовала — это уникальный опыт.

Liders A.G. Essay about training

In article the essay of participants of the training program in which the author trained psychologists in training of personal growth with senior pupils are collected. Essays are written by results of training.

Keywords: training of personal growth, experience, modern youth, a carrying out technique.

Чугреева О.А., Терентьев В.А.

ПРОБЛЕМА ВОЗНИКНОВЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ДЕФОРМАЦИЙ ЛИЧНОСТИ ТРЕНЕРОВ ПО СПОРТУ

В статье рассмотрены причины и последствия возникновения деформаций личности под воздействием особенностей характера и условий профессиональной деятельности. Выделен ряд тенденций профессиональных деструкций и факторы, детерминирующие их развитие. Подробно раскрыты возможные профессиональные деформации личности тренеров по спорту, как представителей профессий социономического характера. Затронута проблема профилактики и технологий преодоления профессиональных деформаций личности.

Ключевые слова: профессиональная деятельность, профессиональные деструкции, нарушения профессионального развития личности, деформации личности тренеров по спорту, профилактика и технологии преодоления.

Известно, что труд положительно влияет на психику человека. Применительно к разным видам профессиональной деятельности принято считать, что существует большая группа профессий, которые приводят к профессиональным заболеваниям разной степени тяжести. Наряду с этим существуют виды труда, которые не отнесены к вредным, но условия и характер профессиональной деятельности которых оказывают травмирующее воздействие на психику (например, повышенная ответственность, психическая напряженность труда и т.д.).

Исследователи отмечают, что многолетнее занятие одной и той же профессиональной деятельностью приводит к появлению профессиональной усталости, возникновению психологических барьеров, обеднению репертуара способов выполнения деятельности, утрате профессиональных умений и навыков, снижению работоспособности [1; 3; 4]. Можно констатировать, что на стадии профессионализации по многим видам профессий происходит развитие профессиональных деструкций.

Профессиональные деструкции — это изменения сложившейся структу-

ры деятельности и личности, негативно сказывающиеся на продуктивности труда и взаимодействии с другими участниками этого процесса [8].

А.К.Маркова [2] на основе обобщения исследований нарушения профессионального развития личности выделила следующие тенденции профессиональных деструкций:

— отставание, замедление профессионального развития сравнительно с возрастными и социальными нормами;

— дезинтеграцию профессионального развития, распад профессионального сознания и как следствие — нереалистические цели. Ложные смыслы труда, профессиональные конфликты;

— низкую профессиональную мобильность, неумение приспособиться к новым условиям труда и дезадаптацию;

— рассогласованность отдельных звеньев профессионального развития, когда одна сфера как бы забегает вперед, а другая отстает (например, мотивация к профессиональному росту есть, но мешает отсутствие целостного профессионального сознания);

— ослабление ранее имевшихся профессиональных данных, профес-

сиональных способностей, профессионального мышления;

– искаженное профессиональное развитие, появление ранее отсутствовавших негативных качеств, отклонений от социальных и индивидуальных норм профессионального развития, меняющих профиль личности;

– появление деформаций личности (например, эмоционального истощения и выгорания, а также ущербной профессиональной позиции);

– прекращение профессионального развития из-за профессиональных заболеваний или потери трудоспособности [2].

Таким образом, профессиональные деформации нарушают целостность личности, снижают ее адаптивность, устойчивость, отрицательно сказываются на продуктивности деятельности.

Исследователи отмечают, что деформации развиваются под влиянием условий труда и возраста. Деформации искажают конфигурацию личностного профиля персонала и негативно сказываются на продуктивности труда. В наибольшей степени профессиональным деформациям подвержены профессии типа «человек — человек». Это связано, по мнению С.П.Безносова [7], с тем, что общение с другим человеком обязательно включает и его обратное воздействие на субъект данного труда. Профессиональные деформации по-разному выражаются у представителей различных профессий.

Любая профессиональная деятельность уже на стадии ее освоения, а затем при выполнении деформирует личность. Осуществление конкретных видов деятельности не требует всех многообразных качеств и способностей личности. Многие из них остаются не востребуемыми. По мере профессионализации успешность выполнения деятельности начинает опреде-

ляться ансамблем профессионально важных качеств, которые годами «эксплуатируются». Отдельные из них постепенно трансформируются в профессионально нежелательные качества. Одновременно развиваются профессиональные акцентуации — чрезмерно выраженные качества и их сочетания, отрицательно сказывающиеся на деятельности и поведении специалиста. Некоторые функционально-нейтральные свойства личности, развиваясь, могут трансформироваться в профессионально отрицательные качества. Результатом всех этих психологических метаморфоз становится деформация личности специалиста [8].

Все многообразие факторов, детерминирующих профессиональные деструкции, можно разделить на три группы:

1) объективные, связанные с социально-профессиональной средой: социально-экономической ситуацией, характером профессии, профессионально-пространственной средой;

2) субъективные, обусловленные особенностями личности и характером профессиональных взаимоотношений;

3) объективно-субъективные, порождаемые системой и организацией профессионального процесса, качеством управления, профессионализмом руководителей [8].

К основным психологическим детерминантам профессиональных деформаций относятся стереотипы профессиональной деятельности, механизмы психологической защиты, стагнация профессионального развития, психофизиологические изменения, пределы профессионального развития и акцентуация характера [8]. Каждая профессия имеет свой ансамбль профессиональных деформаций.

С.П.Безносков, Р.М.Грановская, Л.Н.Корнеева, А.К.Маркова [7; 6; 5; 2] отмечают, что в наибольшей степени профессиональные деформации развиваются у представителей социально-экономических профессий, постоянно взаимодействующих с людьми: врачей, педагогов, руководителей и т.д.

У представителей этих профессий профессиональные деформации могут проявляться на четырех уровнях:

1. **Общепрофессиональные деформации**, типичные для работников этой профессии.

2. **Специальные профессиональные деформации**, возникающие в процессе специализации по профессии.

3. **Профессионально-типологические деформации**, обусловленные наложением индивидуально-психологических особенностей личности — темперамента, способностей, характера — на психологическую структуру деятельности.

Эта группа деформаций развивается в разных профессиях и не имеет четкой профессиональной ориентации.

4. **Индивидуализированные деформации**, обусловленные особенностями работников самых разных профессий. В процессе многолетнего занятия профессиональной деятельностью отдельные профессионально важные и нежелательные качества чрезмерно развиваются, что приводит к возникновению сверхкачеств, или акцентуаций [8].

Анализ многочисленных публикаций по проблемам деятельности и личности специалиста показывает, что основное внимание исследователи уделяли профессионально важным качествам, в меньшей степени изучались функционально-нейтральные и профессионально нежелательные качества. По мнению исследователей, профессиональные деформации неизбежны

в процессе возрастных, профессиональных и личностных изменений, а также под влиянием содержания и особенностей деятельности [8].

Деструктивные изменения личности не были специальным предметом исследования. Американский психолог Х.Дж.Фрейденберг ввел в 1974 г. термин «синдром эмоционального сгорания», характеризующий состояние истощения и усталости специалистов, находящихся в тесном общении с клиентами. В профессиональную группу людей, подверженных этому синдрому, были включены профессии социального характера [8].

В силу педагогической направленности профессии тренеры по спорту также попадают в профессиональную группу людей, подверженных синдрому эмоционального сгорания. Анализ литературы позволил выделить ряд деформаций, присущих данной профессиональной деятельности.

Кратко охарактеризуем основные деформации личности, присущие тренерам по спорту.

1. **Авторитарность** проявляется в жесткой централизации управленческого процесса, единоличном осуществлении руководства, использовании преимущественно распоряжений, рекомендаций, указаний. Авторитарные тренеры тяготеют к различным наказаниям, нетерпимы к критике. Авторитарность обнаруживается в снижении рефлексии — самоанализа и самоконтроля тренера, проявлении высокомерия и черт деспотизма.

2. **Профессиональный догматизм** возникает вследствие частого повторения одних и тех же ситуаций, типовых профессиональных задач. У тренера формируется склонность к упрощению проблем, применению уже известных приемов без учета всей сложности управленческой ситуации. Профес-

сиональный догматизм проявляется также в игнорировании управленческих теорий, пренебрежительном отношении к науке, инновациям, в самоуверенности и завышенной самооценке. Догматизм развивается с ростом стажа работы в одной и той же должности, а также обуславливается особенностями характера.

3. *Консерватизм* проявляется в предубеждении против нововведений, приверженности устоявшимся технологиям, настороженном отношении к творческим работникам. Развитию консерватизма способствует то, что тренер регулярно репродуцирует одни и те же хорошо зарекомендовавшие себя формы и методы управления. Стереотипные приемы воздействия постепенно превращаются в штампы, экономят интеллектуальные силы тренера, не вызывают дополнительных эмоциональных переживаний. Обращенность в прошлое при недостаточном критичном к нему отношении формирует у тренеров предубеждение против инноваций. Сказываются также возрастные изменения личности. С годами растут потребность в стабильности, приверженность устоявшимся и отработанным формам и методам управления.

4. *Ролевой экспансионизм* проявляется в тотальной погруженности в профессию, фиксации на собственных проблемах и трудностях, в неспособности и нежелании понять другого человека, в преобладании обвинительных и назидательных высказываний, беспелляционных суждений. Эта деформация обнаруживается в жестком ролевом поведении за пределами профессии, в преувеличении собственной роли и значения.

5. *Доминантность* обусловлена выполнением тренером властных функций. Ему даны большие права: требовать, наказывать, оценивать, контро-

лировать. Развитие этой деформации определяется также индивидуально-типологическими особенностями личности. В большей мере доминантность проявляется у холериков и флегматиков. Она может развиваться на основе акцентуации характера. Но в любом случае профессиональная деятельность тренера создает благоприятные условия для удовлетворения потребности во власти, в подавлении других и самоутверждении за счет своих воспитанников.

Таким образом, профессиональная деятельность способствует образованию деформаций — качеств, деструктивно влияющих на труд и профессиональное поведение. Так, среди тренеров часто встречаются следующие деформации: авторитарность, профессиональный догматизм, консерватизм, ролевой экспансионизм, доминантность. Профессиональная деформация личности неизбежна — это разновидность профзаболеваний. Одних она приводит к потере квалификации, других — к равнодушию, третьих — к беспочвенному завышению самооценки. Проблема заключается в их профилактике и технологиях преодоления. К основным методам профилактики и технологиям преодоления можно отнести:

— диагностику профессиональных деформаций и разработка индивидуальных стратегий их преодоления;

— рефлексию профессиональной биографии и разработка альтернативных сценариев дальнейшего личностного и профессионального роста;

— профилактику профессиональной дезадаптации начинающего специалиста; овладение приемами, способами саморегуляции эмоционально-волевой сферы и самокоррекции профессиональных деформаций;

— повышение квалификации и переход в новую квалификационную

катеорию или на новую должность [8].

Литература

1. *Артамонова В.Г., Шаталов Н.Н.* Профессиональные болезни. — М., 1988.
2. *Безносков С.П.* Профессиональная деформация и воспитание личности // Психологическое обеспечение социального развития человека. Вып. 13. / Под ред. А.А.Крылова. — Л., 1989.
3. *Грановская Р.М., Крижановская Ю.С.* Творчество и преодоление стереотипов. — СПб., 1994.
4. *Зеер Э.Ф.* Психология профессий. — М., Екатеринбург, 2003.
5. *Козлов В.Н.* Физиология и психология труда: Научные основы оценки тяжести и напряженности труда. — Саратов, 1984.
6. *Корнеева Л.Н.* Профессиональная психология личности // Психологическое обеспечение профессиональной деятельности / Под ред. Г.С.Никифорова. — СПб., 1991.
7. *Маркова А.К.* Психология профессионализма. — М., 1996.
8. *Филиппов А.В.* Работа с кадрами: психологический аспект. — М., 1990.

Chugreeva O.A., Terentev V.A. Problem of origin of professional deformation of coach of sport personality

O.A.Chugreeva, a post-graduate student of clinical psychology and psychology of labour chair of Tver State University, a coach of rowing on kayaks and canoes of Tver sport school.

V.A.Terentev, a reader of general psychology and psychology of development chair of Tver State University, bachelor of psychological sciences

Abstract: In article consider the causes and consequences of origin of personality deformation under influence of character and conditions liabilities of professional activity. Pick out the row of professional destructions tendencies and the factors, which determinate their development. In detail uncover the possible professional deformations of coach of sport personality, like representatives of socionomical nature professions. Point out the problem of profilation and technologies of overcoming the professional deformation of personality.

Keywords: a professional activity; a professional destructions; a destruction of professional development of personality; professional deformation of sport coach's personality; profilation and technologies of struggle with destruction.

НАУЧНАЯ ЖИЗНЬ

Козлов В.В., Новиков В.В.

ОРГАНИЗАЦИОННАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ МЕЖДУНАРОДНОЙ АКАДЕМИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ НАУК

Небывалый размах социальных изменений в стране, стремительная экономическая, политическая, социальная и идеологическая переориентация России привела к духовному кризису в обществе и к общей дезинтеграции научных сообществ, в том числе в психологической науке.

Международная Академия Психологических Наук (МАПН) призвана объединить разрозненные силы психологов стран СНГ и желающих работать в сотрудничестве специалистов ближнего и дальнего зарубежья. В настоящий момент в рядах МАПН представители более 50 государств. Появилась возможность прямых контактов с психологами со всех частей света.

29 октября 2007 г. МАПН исполнилось 15 лет. Местом рождения является старинный русский город Кострома. Штаб-квартира Академии находится на факультете психологии Ярославского государственного университета им. П.Г.Демидова.

Факультет психологии ЯрГУ является носителем вековых традиций преподавания и исследования психологии. Преподавание психологии в этом учебном заведении было начато еще в 1805 году с момента его основания. Здесь трудились К.Д.Ушинский, известный не только своими педагогическими, но и психологическими трудами, Н.П.Четве-

риков — ученик Отца психологии — Вильгельма Вундта, известные отечественные психологи-профессора: Л.М.Шварц, Т.Г.Егоров, В.С.Филатов, Н.П.Ерастов, А.В.Филиппов, В.Д.Шадриков, М.С.Роговин и многие другие. Именно в Ярославле в 1970 году был создан первый провинциальный факультет психологии. Кстати, вообще третий в СССР, после Московского (в 1964 г.) и Ленинградского (в 1966 г.) факультетов соответствующих университетов. Первым деканом Ярославского факультета был В.В.Новиков, ставший позднее и первым президентом МАПН.

В настоящий момент МАПН — глобальная сетевая организация, насчитывающая в своих рядах 525 членов (почетных, членов-корреспондентов, действительных членов).

Основная цель сотрудничества ученых и практиков в рамках МАПН сводится к координации научных исследований, обмену информацией и поддержки друг друга в любых жизненных ситуациях, в том числе и морально, и материально. В Академии во многом реализован и воплощается в жизнь девиз: «Взаимная поддержка».

МАПН устраивает встречи на разных уровнях общения. Особое внимание уделяется издательской и просветительской деятельности, подготовке современных профессиональных психо-

логов. Почти все члены Академии являются членами различных ученых, научно-методических и диссертационных советов. В 1998 году в МАПН создан Региональный Диссертационный Совет по специальностям 19.00.01 — общая психология, история психологии, 08.00.05 — экономика, управление народным хозяйством, в котором защитили докторские и кандидатские диссертации около 100 членов академии. При этом в диссертационных советах при Ярославском государственном университете и по психологическим наукам (председатель — В.В.Новиков), и по историческим наукам (председатель В.Т.Анисков) за последние 10 лет защищено более 150 кандидатских, и 18 докторских диссертации. На совете при Санкт-Петербургском университете (где председателем является Л.А.Свенцицкий) за это время защищено 12 докторских и 52 кандидатских диссертаций.

В системе МАПН работают две авторских школы практической психологии, которые возглавляют профессора Новиков В.В. и Обозов Н.Н. Обе школы работают по единой программе. По вузовским программам преподавания при подготовке психологов, в этих школах уже прошли профессиональную подготовку сотни инженеров, учителей, военнослужащих, получивших к своему основному диплому вторую профессию. В 1995-м году впервые в России была открыта профессиональная специализация по интегративным психотехнологиям в структуре Высшей Школы практической психологии МАПН.

Отделения МАПН созданы: в Таганроге, Уфе, Казани, Новосибирске, Твери, Волгограде, Алматы, Иркутске, Нижнем Новгороде, Челябинске, Москве и несколько — в Санкт-Петербурге, 9 из которых организованы под непосредственным руководством Козлова В.В. и он является их координатором.

За время существования нашего, принципиально нового научного и организаторского центра, во исполнение Устава МАПН, под ее эгидой было организовано и проведено огромное количество теоретических и практических мероприятий, внесших существенный вклад в развитие психологии, расширение ее возможностей воздействия на общество, в пропаганду психологических знаний. Проведено более 800 Конгрессов, конференций, съездов, симпозиумов, научно-организационных встреч, семинаров и других форм общения ученых в различных регионах России: Москве, Санкт-Петербурге, Костроме, Твери, Пензе, Владимире, Иркутске, Ижевске, Новосибирске, Хабаровске, Нижнем Новгороде, Таганроге, Челябинске, Чебоксарах, Уфе, Рыбинске, Торжке, Набережных Челнах и др. городах России. На многих из них Козлов выступал в качестве координатора, организатора или члена программного комитета.

Под эгидой МАПН прошли Международные встречи психологов в Австралии (г. Мельбурн и Аделаида, 1993), в Бельгии, Германии, Голландии, Польше, Франции (1996), в Одессе (1995), а так же во время Всемирного конгресса по психологии в Канаде (гг. Монреаль и Торонто, 1996), США (2006), Израиле (2004, 2005, 2006, 2007), Болгарии (2002), Литве (2004), Польше (2003), Германии (2003, 2004), Чехословакии (1999), Таиланде (2004, 2005, 2006, 2007), Ежегодные фестивали в Латвии (1995–2007) и др. Козлов В.В. является организатором и руководителем зарубежных проектов МАПН.

Крупнейшим организационным проектом МАПН являются Международные Конгрессы, которые проводятся в Ярославле ежегодно по различным актуальным проблемам социальной психологии (1998–2005 гг.), а с 2006 года — всем направлениям современной психологии. Неизменный организатор и директор этих Конгрессов — В.В.Коз-

лов. К каждому Конгрессу традиционно выпускаются трехтомные научные сборники участников (Гл. редактор — профессор В.В.Козлов). В каждый год это мероприятие собирает более 200 ведущих ученых в психологии.

Одним из замечательных результатов деятельности Международной Академии Психологических Наук явилось рождение ее дочерней общественной организации ученых: Балтийской педагогической академии с центром в Санкт-Петербурге. Создание еще одной академии, призванной объединить более широкий круг профессионалов, занимающихся образованием и воспитанием подрастающего поколения, подготовкой профессионалов различного профиля — это живой и деятельный отклик на возникающие в жизни проблемы. БПА резко взяла со старта и устремилась в будущее, что весьма символично для научного общества, обосновавшегося в Государственной академии физической культуры имени П.Ф.Лесгафта. Под непосредственным участием МАПН были открыты Международная Академия Социальной Работы, Международная Академия проблем человеческого фактора и др.

Все это стало возможно благодаря объединению усилий ученых различных стран, в том числе и посредством МАПН.

Особенно убедительно, как нам кажется, об этом свидетельствуют многочисленные издания, появившиеся на свет под грифом Международной Академии Психологических Наук. В соответствии с отчетом РИО МАПН к 15-летию МАПН, с 1992-го года по 2007 год включительно под грифом МАПН выпущено более 1100 монографий, учебных и методических пособий, научных сборников. Козлов В.В. является автором, редактором или членом редколлегии множества издательских проектов.

При поддержке и общественной аккредитации МАПН и БПА возникла и

функционирует в качестве негосударственного учебного заведения Международная академия психологии, менеджмента и предпринимательства в Санкт-Петербурге (ректор профессор Н.Н.Обозов); Институт трансперсональной психологии в Таганроге (ректор — член-корр. МАПН доцент А.Д.Тытарь); Специализация по интенсивным интегративным психотехнологиям (руководитель — действительный член, профессор Козлов В.В.), центр российско-американских политических исследований в Ярославле (руководитель — член-корр. МАПН доцент И.Ю.Киселев); Дальневосточный центр «Психология» в Хабаровске (директор — член-корр. МАПН С.А.Чернышов), Центр «Трансперсона» в Новосибирске (куратор — член-корр. МАПН Тарасенко П.), Московский институт трансперсональной психологии (ректор — член-корр. МАПН В.В.Майков), Российская Ассоциация трансперсональной психологии и психотерапии, Центр профессиональной подготовки МАПН (Мюнхен — Германия, Москва — Россия) — руководитель — к.пс.н., член-корреспондент МАПН А.В.Маслов, Международный институт интегративной психологии (ректор — действительный член МАПН, профессор Козлов В.В.).

Большое внимание МАПН уделяет распространению психологических знаний среди населения и практической психологической помощи не только через Центры, но и непосредственно через консультативную работу и различные тренинги, семинары, клубные объединения. В составе МАПН около 70 известных групп-лидеров и консультантов-практиков. Среди них — Ст.Гроф (США), который провел около 500 семинаров по трансперсональной психологии и психотерапии по всему миру, В.Майков (Москва) — более 200 тренингов-семинаров, посвященных духовной психологии, О.Фролова (Ир-

кутск) — более 100 тренингов личностного роста, Р.Ефимкина (Новосибирск) — около двухсот тренингов по гендерной тематике, П.Тарасенко (Новосибирск) — 150 семинаров. Большой вклад в консультативную практику в сфере бизнеса и образования осуществляют действительные члены МАПН профессора Ключева Н.В., Кашапов С.М. В год представители Академии проводят около тысячи семинаров и тренингов во всех странах мира. Это показывает ориентированность Академии на практику — распространение психологического мышления, реальной психологической помощи людям. Козлов В.В. является известным лидером и координатором этого направления работы.

В 1999 году создан журнал для практических психологов и эргономистов «Проблемы психологии и эргономики», учредителями которого явились МАПН и Межрегиональная эргономическая Ассоциация.

В 2003 году сформирован проект «Человеческий фактор», редактором которого является проф. Новиков В.В. За 3 года цикл журналов получил признание читателей по всей России.

С 2001 года в Ярославле издается журнал «Социальный психолог» (Гл. редактор — Козлов В.В.) первый и единственный в России по этой дисциплине. С 2005 года журнал имеет подписчиков через систему Роспечати не только для России, но и для зарубежных психологов.

В 2001 году в сети Интернет создан информационный сайт МАПН (основатель и руководитель проекта — профессор Козлов В.В.), на котором каждый член МАПН может разместить свою информацию. Доступ к сайту можно получить, зайдя по адресу: www.mapn.info.

С 2002 года выходит журнал «Вестник интегративной психологии» (Гл. редактор Козлов В.В.) и реализуется глобальный проект по новому направлению — интегративной психологии, ко-

торый объединяет не только ведущих психологов Ярославля, но и представителей многих регионов России и зарубежных психологов.

С 2003 года в МАПН организуется ежегодная научно-методическая конференция «Интегративная психология: теория и метод», в русле которой работают не только мастера-практики психологии России, ближнего и дальнего зарубежья, но также проводятся и тематические методологические семинары. По итогам этой конференции ежегодно под эгидой МАПН выпускаются «Труды Ярославского методологического семинара» (Гл. редактор Козлов В.В.).

Их уже выпущено три тома и, по мнению многих ведущих психологов, каждый из них является событием в научном мире России.

Особенного внимания, на наш взгляд, заслуживают два исследовательских и организационных проекта, которыми будут заниматься ведущие научные силы МАПН — «Проект: Сознание» и «Молодой гений психологии» (Руководитель — профессор Козлов В.В.).

Все, что описано в этом маленьком реферате, — лишь вершина айсберга в реализации творческой энергии Международной Академии Психологических Наук, которая год за годом делает уверенные шаги в фундаментальных вопросах теории, методологии, практики и эксперимента психологии.

Козлов Владимир Васильевич — доктор психологических наук, профессор, Ярославский государственный университет им. П.Г.Демидова, профессор кафедры социальной и политической психологии.

Закончил факультет психологии Ярославского государственного университета в 1983.

Защитил кандидатскую диссертацию по теме расширенных состояний сознания в 1993 году.

Защитил докторскую диссертацию по специальности 19.00.01 — общая

психология, история психологии в 1997 году.

Защитил докторскую диссертацию по специальности 19.00.05 — социальная психология в 1999 году.

Специализируется в области социальной психологии, социальной работы, кризисологии, психологии сознания, методологии психологии, разработал и читает лекционные курсы в Ярославском государственном университете им. П.Г.Демидова «Основы трансперсональной психологии» — для пятого курса специальности «психология», «Социальная работа с кризисной личностью» — для третьего курса специальности «социальная работа», «Специальные разделы психологии» — для пятого курса специальности «социальная работа», «Методика психологического тренинга» — для четвертого курса специальности «социальная работа», «Психолого-социальная помощь алкоголикам и наркоманам» — для пятого курса специальности «социальная работа», «Социально-психологические проблемы одиночества» — для пятого курса специальности «социальная работа» и др.

Провел более пятисот научно-практических и профессиональных семинаров с исследованием трансформационных возможностей групповых методов работы в практической психологии с участием более 16000 человек в России и за рубежом.

Профессор Козлов В.В. автор 55 монографий и учебных пособий, 370 научных статей, а также 21 методических руководств по организации учебного процесса. Под его редакцией за последние 12 лет вышло более 60 научных сборника.

Козлов В.В. эффективно руководит различными научными проектами. Он является основателем теоретико-методологического направления интенсивные интегративные психотехнологии (1990), концепции интегративной психологии (2000 год).

В период с 1990 по 2007 г.г. принимал активное участие в 65 отечественных и зарубежных конференциях (в качестве председателя, директора-организатора, руководителя секций и круглого стола, докладчика). Директор-организатор II съезда Российского психологического общества (г. Ярославль). Директор-организатор ежегодного (сентябрьского) Международного конгресса по психологии (г. Ярославль). Инициатор, основатель и председатель ежегодной (апрельской) конференции «Интегративная психология: теория и практика» (г. Ярославль). Являлся координатором 47 Международных конференций по актуальным проблемам психологии.

Научный куратор Института трансперсональной психологии (Москва), Института развития личности (Москва), организатор и руководитель специализации по интенсивным интегративным психотехнологиям Международной Академии Психологических наук, основатель Международного Института интегративной психологии.

Главный редактор российского журнала «Социальный психолог» издательство ИП РАН, МАПН, ЯрГУ, М. — Ярославль, член редколлегии и главный редактор журнала «Проблемы психологии и эргономики» Член редакционного Совета Международного издательского проекта «Тексты трансперсональной психологии». Основатель и главный редактор журнала «Вестник интегративной психологии». Вице-президент Российской Ассоциации трансперсональной психологии и психотерапии.

В 1994 г. избран исполнительным директором и членом президиума Международной Академии психологических наук (МАПН), с 2003 года — вице-президент МАПН, с 2007 года — первый вице-президент. Член научно-методических советов и аттестационных комиссий ЯрГУ. Неоднократно руководил грантовыми проектами Российского государственного научного фонда и ин-

ститута Открытое общество (Фонд Сороса). Руководитель проекта «Психолого-педагогические и социальные основы кризисологии» (1997–2002 г), выдвинутого на Государственную Премию Президента РФ в образовании (номинарован в 2002 и 2003 гг.).

Действительный член Международной Академии Психологических Наук, действительный член Российской Академии Социального Образования, действительный член Балтийской педагогической Академии, действительный член Международной Академии Социальной Работы, действительный член Международной Академии проблем человеческого фактора, Почетный профессор Международного гуманитарно-экономического института (Белоруссия), Почетный доктор Международного института практической психологии (Латвия).

За психологические разработки в сфере психосоциальной работы с населением награжден грамотами ректората ЯрГУ, Министра образования РФ, по итогам 2001, 2003 годов признан победителем в конкурсе на звание «Лучший ученый университета», награжден за развитие психологической службы в России грамотой Президента РПО, а также благодарностью Президента России В.В.Путина за внедрение интегративных психотехнологий в реабилитацию военнослужащих (2001 г.), за выдающиеся заслуги в науке и подготовке научных кадров награжден орденом Вернадского 2 степени (июль 2002), орденом Международной Академии Психологических наук «За заслуги в психологии» (ноябрь 2002), Почетным знаком «За заслуги в науке» Губернатора Ярославской области (июнь 2003 г.), медалью «За заслуги в науке» (апрель 2004), за выдающиеся заслуги в науке и подготовке научных кадров награжден орденом Вернадского 1 степени (март 2005). Лауреат Национального профессионального психологического конкур-

са «Золотая Психея» по итогам 2004 года в номинации «Личность 2004 года в психологической практике» (октябрь 2005 г.), награжден орденом ЮНЕСКО за выдающийся вклад в развитие психологической науки и утверждение в жизненную практику идей, принципов и ценностей культуры мира «Творец Эпохи» в номинации «Подвижник науки» (сентябрь 2006 г.), Победитель Национального профессионального психологического конкурса «Золотая Психея» по итогам 2005 года в номинации «Личность 2005 года в психологической практике» (октябрь 2006 г.), Лауреат Национального профессионального психологического конкурса «Золотая Психея» по итогам 2006 года (июнь 2007 г.).

Виктор Васильевич Новиков — доктор психологических наук, профессор, президент Международной Академии Психологических Наук, заведующий кафедрой социальной и политической психологии. Известный в нашей стране и за рубежом специалист в области социальной психологии, промышленной психологии и психологии коллектива, он внес своими исследованиями крупный вклад в психологическую науку и практику, активно участвуя в разработке научных проблем социальной и промышленной психологии.

В.В.Новиков начал свою научную и педагогическую карьеру еще в 60-е годы. В 1967 в Ярославском государственном педагогическом институте им. К.Д.Ушинского он защитил ученую степень кандидата педагогических наук (по психологии). В 1981 защитил ученую степень доктора психологических наук по специальности 19.00.05 в Институте психологии АН СССР, г. Москва. В 1996 защитил ученую степень доктора философии международного бизнеса и коммерции, г. Сан-Франциско, США, а в 1999 г. доктора экономических наук МВАК России и Международного межакадемического Союза при ЮНЕСКО, г. Москва. Виктор Василье-

вич Новиков — личность, бесспорно, незаурядная: видный ученый и организатор науки. Им созданы уникальные образовательные и научные школы. Под его руководством работают Международная Академия Психологических Наук, Высшая школа практической психологии и менеджмента, два докторских диссертационных Совета, недавно еще единственная в стране кафедра социальной и политической психологии, аспирантура и докторантура по организационной и социальной психологии. Он — Действительный и Почетный член многих российских и международных академий, университетов, ассоциаций и обществ, член редколлегий нескольких научных журналов и других изданий. Им написаны и отредактированы сотни книг, профессор Новиков — неперенный участник и организатор множества самых крупных научных конгрессов, съездов, симпозиумов и конференций, постоянный руководитель, консультант, рецензент и оппонент докторских и кандидатских диссертаций.

В.В.Новиков — Заслуженный деятель науки РФ. За выдающиеся заслуги в теории и практике психологической науки награжден медалями СССР и России, а также орденом «Знак почета», орденом «Звезда Вернадского первой степени за заслуги в науке» Международного Межакадемического Союза при ЮНЕСКО, орденом «За заслуги перед отечеством» 2 степени, Почетным Знаком Губернатора Ярославской области «За заслуги в образовании. Высшая Школа». Новиков В.В. — один из основателей и первый декан третьего в стране факультета психологии, первой отраслевой психологической службы, автор социально-психологического проектирования, психологического управления и концепции самостоятель-

ной социальной психологии производственного коллектива, изобретатель «социального паспорта» и «социально-психологического портрета» коллектива, родоначальник «проектов социального управления трудовым коллективом» и множества других направлений и конкретных методов психологии. В.В.Новиков — автор более 500 научных работ, в том числе 37 монографий. Только в последние годы опубликованы «Психологическое управление» (1994); Социальная психология предпринимательства» (1995), «Психологическое управление в кризисном обществе» (1999); «Социальная психология: феномен и наука» (2003). В 2002–2005 годах изданы избранные произведения профессора Новикова В.В. («Социальная психология и экономика» в 11 томах). Труды В.В.Новикова получили широкое признание как в России, так и во многих странах «дальнего» (Австралия, Англия, Бельгия, Болгария, Германия, Голландия, Канада, США, Польша, Румыния, Франция, Япония и др.) и «ближнего» зарубежья (Украина, Беларусь, Литва, Латвия, Грузия, Армения, Казахстан, Эстония, Узбекистан, Таджикистан). Его произведения изданы на 43 языках мира. В.В.Новиков проявил себя умелым организатором науки, руководителем ряда перспективных направлений исследований. Под его руководством подготовлено и защищено 75 кандидатских и 34 докторских диссертаций. Он является учредителем и главным редактором журнала «ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ ФАКТОР», включающего специализированные серии «Проблемы психологии и эргономики», «Социальный психолог», «Общество и власть», является руководителем исследовательского проекта по кризисологии, номинированного на Государственную Премию РФ (2002 г.) и др.

НАШИ АВТОРЫ

Айламазьян А.М. — кандидат психологических наук, старший научный сотрудник кафедры психологии личности факультета психологии МГУ имени М.В.Ломоносова.

Бурняшев М.Г. — кандидат психологических наук, доцент ВШП, председатель секции системно-феноменологической терапии и консультирования ППЛ, директор Института консультирования и системных решений (Москва).

Грязнов А.Н. — доктор психологических наук, профессор, заведующий лабораторией психологии личности «Института педагогики и психологии профессионального образования» РАО (Казань).

Каминская Н.А. — аспирантка кафедры психологии личности факультета психологии МГУ имени М.В.Ломоносова.

Карпов А.А. — аспирант кафедры социальной и политической психологии ЯрГУ (Ярославль).

Козлов В.В. — доктор психологических наук, профессор кафедры социальной и политической психологии ЯрГУ, Первый вице-президент МАПН (Ярославль).

Кривочурова О.П. — кандидат психологических наук, психоаналитик.

Крушная Н.А. — старший преподаватель кафедры, специальной педагоги-

ки, психологии и предметных методик Челябинского государственного педагогического университета (Челябинск).

Кузнецова Е.С. — выпускница факультета психологии Московского гуманитарного института им. Е.Р.Дашковой.

Лидерс А.Г. — кандидат психологических наук, доцент кафедры возрастной психологии факультета психологии МГУ имени М.В.Ломоносова (Москва).

Олешкевич В.И. — клинический психолог института реабилитации ННЦ наркологии Министерства здравоохранения и социального развития РФ, кандидат философских наук (Москва).

Радионова С.В. — кандидат психологических наук, ведущий психолог-исследователь Центра Дикуля (Иркутск).

Савельева Д.Р. — аспирант лаборатории психологии личности «Института педагогики и психологии профессионального образования» РАО (Казань).

Терентьев В.А. — доцент кафедры общей психологии и психологии развития Тверского Государственного Университета, кандидат психологических наук.

Фролова О.П. — доцент кафедры социальной психологии ИрГУ (Иркутск).

Чугреева О.А. — аспирантка Тверского Государственного Университета кафедры психологии труда и клинической психологии.