



**МЕЖДУНАРОДНАЯ АКАДЕМИЯ
ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ НАУК**

СЕДЬМАЯ ВОЛНА ПСИХОЛОГИИ

Выпуск 7.

**Под редакцией
Козлова Владимира**

Ярославль, 2010

ББК 88.4 + 53.57

УДК 159.99

Сборник издается по решению редакционно-издательского отдела МАПН.

Седьмая волна психологии. Вып. 7./Сб. под ред. Козлова В.В.– Ярославль: МАПН, ЯрГУ, 2010 – 436 с.

Сборник статей представляет обзор теоретических и экспериментальных работ по интегративной психологии.

Книга адресована психологам, социальным работникам, психотерапевтам, практическим психологам и специалистам в области психологической и социальной работы с населением.

Технический редактор: Богдана Лисовенко

© Козлов В.В., 2010

группы изменились количественно (например, стало меньше инженеров, но резко возросло количество юристов и экономистов), появились новые профессии - менеджеры различных отраслей, дилеры, брокеры и пр. Следствием экономических изменений стало имущественное расслоение общества: с одной стороны - это массовое обнищание больших групп населения, с другой - образование крайне малочисленного слоя богатых. Естественно, что уровень общественного развития влияет на формирование личности юношей и девушек, что проявляется в характере развивающихся ожиданий, настроения и социального поведения молодых людей.

Ценности и стиль жизни представителей тех или иных (в том числе и криминальных) слоев и групп населения могут становиться для молодых людей своеобразными эталонами, которые могут влиять на них даже больше, чем ценности тех групп и слоев, к которым они принадлежат. В XXI столетии на социальное поведение молодых людей в различных государствах большое влияние оказывают так называемые глобальные планетарно-мировые процессы и проблемы: экологические, демографические, экономические, военно-политические, социально-культурные [3]. Так, осознание человечеством как глобальной проблемы атомной угрозы жизни на Земле сыграло большую роль в том, что значительная часть юношей и девушек в развитых странах стала ориентироваться не на жизненные перспективы, а исключительно на сиюминутные потребности, желания, стремления, на ценность жизни «здесь и теперь». Возрождение терроризма, который к концу XX в. приобрел международный характер, породил страх и отчаяние у одних - жителей охваченных террором стран, определив жизненный путь других - преимущественно молодых людей, для которых терроризм стал образом жизни.

Анализ ситуации проведенный нами свидетельствует о том, что становление личности юношей и девушек протекает под влиянием огромного количества разнообразных социально-экономических условий и факторов. Совмещение жизненных целей и перспектив различного масштаба при сохранении собственной индивидуальности юношей и девушек возможно только на основе относительно стабильного образа «Я». Пока его нет, молодежь мечется между желанием полностью слиться с другими и страхом потерять себя в этом слиянии. Возникает необходимость специального психологического сопровождения юношей и девушек, ориентированного на формирование у них личностной устойчивости к негативным воздействиям социальной среды.

ТИПЫ СОМАТИЗАЦИИ У ВОСПИТАТЕЛЕЙ ДОУ И ПЕДАГОГОВ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ

Мерзлякова Д.Р., Семкова М.П. (Ижевск)

Педагогическая деятельность относится к профессиям, подверженным синдрому выгорания. Педагоги испытывают большое количество стрессов, и в результате у них может возникнуть негативная реакция на стресс – выгорание. К. Маслак определяет синдром «выгорания» как «состояние физического,

эмоционального и умственного истощения, отмеченного физическим истощением и хронической усталостью, чувства беспомощности и безнадежности, развитием отрицательной самооценки и негативного отношения к работе, жизни и другим людям». К. Маслак подчеркивает, что выгорание - это не потеря творческого потенциала, не реакция на скуку, а скорее «эмоциональное истощение, возникающее на фоне стресса, вызванного межличностным общением».

Помимо этого, синдром выгорания опасен появлением психосоматических реакций, что негативно влияет на самого специалиста, так и на качество и продуктивность его работы.

Длительное время проблема психосоматических расстройств разрабатывалась в основном последователями З. Фрейда (Freud A., 1927; Klein M., 1932; Berd B., 1936; Kanper L., 1955; Bowlby J., 1961; Kreisler L., 1994 и мн. др.), предлагавшими психогенетическую трактовку этих состояний, основываясь на психоаналитической концепции. Последнее время эти задачи чаще решаются с позиций психосоматического (Губачев Ю.М., Стабровский Б.М.; Исаев Д.Н. и др.) и онтогенетического подходов (Ковалев В.В.; Шевченко Ю.С.).

Цель нашего исследования – изучить особенности синдрома выгорания и психосоматических реакций педагогов начальной школы и воспитателей ДОУ. Результаты исследования могут быть использованы при коррекции синдрома выгорания.

Выборку составили 37 женщин педагогов Удмуртской Республики. Из них – 20 - педагоги ДОУ и 17 - учителя начальной школы. Возрастной диапазон учителей - от 26 до 60 лет.

С данными испытуемыми было проведено упражнение «Фантом» (А. Асмолов, Г. Солдатов).

Задачами данного упражнения были:

- изучение соматических проявлений стресса;
- обучение навыкам самодиагностики стресса на ранних стадиях.

Участникам раздавались бланки с двумя схематическими изображениями человеческого тела и цветные карандаши. На первом силуэте им предлагалось метафорически изобразить, какие соматические проявления сопровождают их стрессовую реакцию, когда она достигает значительного уровня (фаза истощения). Для этого им необходимо было вспомнить, в каких именно частях тела локализованы эти ощущения, как именно они проявляются. С целью наилучшего представления этого процесса было предложено мысленно закончить предложение: «Я чувствую это, как будто...». В результате получилась метафора, которую испытуемые изобразить на бумаге.

Затем на втором силуэте человеческого тела необходимо было аналогичным образом изобразить самые ранние телесные проявления, которые сигнализируют о начинающемся стрессе.

Помимо этого, было проведено исследования уровня психического выгорания по опроснику А.А. Рукавишников.

На основании проведенного статистического анализа рисунков (кластерный анализ (критерий K-means)) были выделены три типа соматизации педагогов начальной школы и воспитателей ДОУ.

Диффузная соматизация. В разгаре стресса авторы ощущают общий дискомфорт и неприятные ощущения в области головы и сердца. Те же самые ощущения, но более четко локализованные, беспокоят их в начале стресса. Авторы обильно штрихуют свои рисунки, заполняя ими весь контур человеческой фигурки; зоны дискомфорта в области головы имеют довольно четкие границы, в области сердца – вид полостей. Используются синий, зеленый цвета, комбинация синего и коричневого; для изображения зон дискомфорта – красный. Цветовые комбинации можно проинтерпретировать следующим образом: амбициозность и оборонительные тенденции, противодействие обстоятельствам, самостоятельность и инициативность (зеленый/красный), высокая мотивация избегания неуспеха с одновременно высокой мотивацией достижения, склонность к непосредственной самореализации одновременно с избеганием конфликтов (синий/красный), зависимость от объекта привязанности, потребность в поддержке и защите (синий/коричневый). Вероятно, авторы этих рисунков склонны к соматизации стресса и переживают неподконтрольность этого состояния рациональному сознанию.

Умеренная соматизация. И первые признаки стресса, и симптомы его разгара необильны, в процессе реакции на стресс изображения симптомов детализируются и занимают большую площадь. Начальные признаки стресса локализуются в области сердца, головы, шеи, пальцев рук, живота, челюсти, рук, стоп или ног. Рисунки монохромны, используются синий, зеленый, коричневый (отображают напряжение или дискомфорт) или красный (отображает боль) цвета. Самые стойкие ощущения локализуются в голове и шее – они лишь становятся интенсивнее и распространеннее, самые лабильные – в конечностях и области сердца. Может меняться характер ощущений, что отражается в изменении цвета: напряжение сменяется болью (синий – красным), вместе с болью нарастает напряжение (красные зоны становятся красно-синими). Штриховка скудная или умеренная, изображения не слишком детализированы – все это может отражать хорошее понимание своего тела и отсутствие фиксации на телесных ощущениях при наличии определенной (возможно, привычной) симптоматики.

Лабильная соматизация. И первые признаки стресса, и симптомы его разгара занимают более двух анатомических областей (чаще голова и сердце), но в процессе реакции на стресс симптомы меняются качественно и захватывают другие области – например, сердце и/или конечности. Цветовые комбинации свидетельствуют о переходе от активности, стеничности, склонности доминировать к протестным реакциям внешнеобвиняющего характера и недоверчивости.

Для авторов рисунков этого типа нет четкого отграничения эмоционального и физического состояния, телесные признаки стресса не складываются в систему, трудно отследить закономерности их развития.

Слабая соматизация. Начальные признаки стресса могут не определяться или возникать в одной-двух анатомических областях (чаще голова или сердце), в разгаре стресса не изменяются или возникает дополнительная зона дискомфорта (например, плечи или сердце). Рисунки могут быть контурными или со скудной штриховкой; предпочитают использовать красный и синий цвета. Возможно, авторы этих рисунков не склонны к соматизации проявлений стресса либо их способность осознавать телесные ощущения недостаточно развита.

В стиле рисунков педагогов начальной школы и ДОУ существуют качественные различия: рисунки педагогов ДОУ более подражательны и аккуратны, чаще прорисовывается лицо в различных эмоциональных состояниях (критерий Манна-Уитни $U = 105,00$; $p < 0,05$), что отражает возрастную регрессию педагогов ДОУ.

Для педагогов ДОУ умеренный тип соматизации встречается значимо чаще лабильного (χ^2 -Пирсона = 5,00; $p < 0,05$) и слабого (χ^2 -Пирсона = 12,25; $p < 0,001$), но лабильный – не чаще слабого (χ^2 -Пирсона = 2,67; $p > 0,1$). Для педагогов начальной школы умеренный тип соматизации встречается значимо чаще диффузного (χ^2 -Пирсона = 4,00; $p < 0,05$), лабильного и слабого (χ^2 -Пирсона = 7,14; $p < 0,01$); распространенность диффузного типа не отличается от умеренного и слабого (χ^2 -Пирсона = 0,67; $p > 0,1$).

Выводы.

Все типы соматизации неспецифичны и могут встречаться в любом возрасте, у педагогов разного стажа и при любом (от среднего до крайне высокого) уровне выгорания. Умеренный тип соматизации наиболее част. Диффузный тип связан с эмоционально выразительным и привычным типом реагирования на стресс. Лабильный тип может свидетельствовать о наличии психосоматических заболеваний на фоне выгорания. Слабый тип может быть связан как со слабой дифференциацией телесных ощущений, так и с несформированностью защиты по типу соматизации.

ЭТНОСПЕЦИФИЧЕСКИЕ И ПОЛОДИФФЕРЕНЦИРУЮЩИЕ ОСОБЕННОСТИ СТРУКТУРЫ ЦЕННОСТНО-ПОТРЕБНОСТНОЙ СФЕРЫ ЛИЧНОСТИ РУССКОЙ И ХАКАССКОЙ МОЛОДЕЖИ

Морогин В.Г., Гусева Т.Б. (Абакан)

Структура и содержание ценностей современного человека представляют интерес для самых разных наук, так как фокусируют на себе многие острые проблемы. Поэтому ценностные устои как отдельной личности, так и общества в целом традиционно привлекают внимание исследователей [4-10; 14-18]. В современном обществе постоянно происходит непрерывная переоценка жизненных приоритетов, а такая динамичная жизнь характеризуется высокой степенью неопределенности и дефицитом стабильности. Особенно остро эта тенденция ощущается в последние десятилетия на постсоветском пространстве. Человек вынужден искать в ценностях новое содержание, которое позволило бы ему адаптироваться в условиях происходящих изменений [1-3]. Развитие