

Розділ 3

ПЕДАГОГІЧНІ ТА ВІКОВІ АСПЕКТИ ПРИКЛАДНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

УДК 159.922.8:159.923.2:159.98

О.Б. Басюк

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОКОРЕКЦІЙНОГО ВПЛИВУ НА НЕВРОТИЧНІСТЬ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ ШЛЯХОМ ФОРМУВАННЯ СТІЙКОГО Я-ОБРАЗУ

У статті досліджено особливості впливу психокорекційних заходів на юнаків та дівчат з різним рівнем невротичності та стійкості Я-образу, а також доведено їх ефективність. Розглянуто відмінності у динаміці невротичності в залежності від впливу думки «Симпатика» та «Антипатика».

Ключові слова: *рівень невротичності, юнацький вік, психокорекційна програма, стійкий Я-образ, нестійкий (залежний) Я-образ, «Симпатик», «Антипатик».*



Соціально-психологічні умови в Україні та й у багатьох інших державах світу в останні роки стають все більш нестабільними, кризовими. Створюючи тривалі внутрішні конфлікти, емоційну напругу, породжуючи тривогу, вони сприяють наростанню невротизації населення [6]. Зазвичай подібні симптоми проявляються через почуття невпевненості у завтрашньому дні, відчутті самотності, глобальній фрустрованості, агресивності та ін.

Що ж стосується масової невротизації населення, то це вже навіть нікого не дивує і сприймається, скоріше, як своєрідний стиль життя з надзвичайним рівнем емоційної напруги. За

європейськими даними, чисельність хворих невротозами в 4–5 разів перевищує чисельність осіб з іншими захворюваннями, незважаючи на те, що багато порушень невротичного регістру залишається поза полем зору неврологів [6].

Феноменологічна і синдромологічна основа особистісного реагування на нестабільні умови соціального оточення багато в чому залежить від внутрішньої усвідомленості, послідовності, стійкості та інтегрованості особистості (що стосується її Я-концепції). Соціально-економічна нестабільність значною мірою стає психологічною нестабільністю. Особливо негативний вплив вона має на формування молоді, коли, здавалося б, закономірні вікові процеси інтеграції психіки втрачають свою функцію. Психокорекційні заходи в такому випадку можуть стати важливим елементом психологічної допомоги молоді. При цьому значимими є перевірка їх ефективності та обґрунтування дієвості.

Серед психологів, котрі зробили значущий внесок у вивчення проблеми виникнення, розвитку та корекції невротичності, були А. Адлер, К. Горні, К. Роджерс, Ф. Перлз, Е. Соколова, В. Мясищев та ін. Подібні проблеми юнацького віку піднімалися й у роботах Е. Еріксона, І. Кона, Р. Бернса, Ф. Райса та ін. І хоча численним психологічним парадигмам добре відомі невротичні проблеми, а більшість теорій навіть зобов'язані їм своєю появою, однак залишається багато непорозумінь, «білих плям» та питань без відповіді. В основному ці проблеми розглядаються або в контексті хворих невротозами [7, 11], або в контексті досліджень осіб молодшого юнацького віку [5; 3; 9].

Відтак, *метою* цієї статті є виявлення особливостей психокорекційного впливу на рівень невротичності юнаків та дівчат через формування стійкого Я-образу.

Ми виходили з того, що психокорекція осіб з високим рівнем невротичності потребує групової форми роботи, оскільки початкові причини формування невротичності слід шукати в міжособистісних стосунках, які зазвичай і сприяють формуван-

ню внутрішнього (невротичного) конфлікту [7; 10]. З іншої сторони, міжособистісні стосунки є тим індикатором, через котрий невротичність може себе проявляти. Такі стосунки напряду пов'язані зі специфікою Я-концепції досліджуваних з високим рівнем невротичності [12]. Група як психокорекційне середовище дає більше можливостей для вирішення інтерперсональних проблем, на відміну від індивідуальної форми роботи, а також дозволяє використати численні можливості реконструкції Я-образу завдяки нагоді побачити себе в різноманітних «психологічних дзеркалах».

Грунтуючись на цьому, нами була розроблена психокорекційна програма з урахуванням результатів емпіричного дослідження, в якому презентувалися особливості Я-образу юнаків і дівчат з високим рівнем невротичності та специфіка залежності його від значимих інших відносно рівня невротичності [2]. Експериментально-психологічне дослідження особливостей Я-Образу студентів з різним рівнем невротичності допомогло окреслити шляхи надання психокорекційної допомоги. При організації психокорекційної роботи враховувалися вікові та індивідуальні особливості учасників. Враховуючи вікову специфіку психокорекційної групи (юнацький вік), ми зважали на такі його особливості: високий рівень розвитку дивергентного мислення, мотивованість до роботи над собою, високий рівень рефлексивності, прагнення вирішувати свої проблеми самостійно, зацікавленість у вирішенні конфліктів «прив'язаність-автономія» («приналежність-індивідуалізація»), «інтимність-ізоляція», «ініціатива-провина» та деяких інших інтерперсональних проблем [11]. Перелічені особливості можна вважати своєрідним ресурсом даного вікового етапу, і це допомагає скористатися ними в психологічній практиці, працюючи з юнаками та дівчатами.

В основу психокорекційної роботи були покладені наступні положення:

1. Оскільки особистість (невротична) є продуктом системи значущих відносин (В.Н. Мясищев, Г.С. Салліван) [7, 10],

групова форма роботи є визначальною у психокорекційному процесі невротичності.

2. Психокорекційна робота для осіб з високим рівнем невротичності повинна ґрунтуватися на формуванні позитивного, адекватного та незалежного Я-образу. Вона полягає в реконструкції самосвідомості. Групова форма роботи дає можливість усвідомити своє «фальшиве» Я, а водночас і зрозуміти, як будуються стосунки через нього.

3. Діагностика і корекція становлять єдине ціле. Дане положення можна розглядати в контексті теорії В.Л. Виготського [4], а також «парадоксальної теорії змін», що використовується в гештальтпсихокорекції [8]. «Парадоксальна теорія змін» має на увазі те, що перш ніж стати «кимось іншим», треба стати тим, «ким ти є». Тобто, вже навіть саме усвідомлення веде до змін («Бути тим, ким я є, перш ніж стати кимось іншим»).

4. Група формується таким чином, що з однієї сторони учасники з високим рівнем невротичності можуть підкріплювати нормальні реакції один одного, спільно презентуючи одну і ту ж норму, від якої кожен з них окремо відхиляється. З іншої сторони, кожен з учасників може побачити в невротичності іншого учасника відображення елементів власної невротичності.

5. Важливо звернути свою увагу на простеження того, як фантазії юнаків та дівчат про себе впливають на міжособистісні стосунки, а міжособистісні стосунки, своєю чергою, на уявлення про себе.

Дана програма була апробована на базі Львівського державного університету внутрішніх справ упродовж вересня 2007 – травня 2008 року. Вона складалася з 14 занять по 2,5 години. Заняття відбувалися з періодичністю 1 раз на тиждень.

Для проведення психокорекційної роботи було сформовано 5 груп, кожна з яких налічувала від 13 до 15 учасників (всього до психокорекційної програми було залучено 70 студентів). Основним критерієм поділу досліджуваних студентів був рівень

невротичності (високий (ВН) і помірний, або нормальний (ПН), куди включено низькі та середні бали, за методикою експрес-діагностики неврозу К. Хека, Х. Хесса). Однак у кожну групу потрапляли як ВН-, так і ПН-респонденти. Для з'ясування ефективності психокорекційного впливу була сформована контрольна група, вплив на яку не здійснювався. При оцінці динаміки вимірюваних показників порівнювалися вхідні та вихідні дані в експериментальній групі, а також дані експериментальної та контрольної груп.

Ми мали можливість порівняти результати замірів рівня невротичності, тривоги, фрустрації, агресії, ригідності та залежності Я-образу від думки значимих інших «до» (попередній зріз) і «після» (підсумковий зріз) психокорекційної роботи. Окрім того, було відстежено, як діють механізми психокорекційного впливу на осіб з різними стартовими можливостями (різним початковим рівнем невротичності, тривоги, фрустрації, агресії, ригідності та залежності Я-образу).

Можна сказати, що в цілому робота ґрунтувалася на стимулюванні всебічної рефлексії образу власного Я. Крізь усі вправи проходить тематика формування адекватного та незалежного (стійкого, стабільного) Я-образу, що, виходячи з нашої позиції, передбачає зниження рівня невротичності. Відтак основна *мета* психокорекційної роботи полягає у зниженні рівня невротичності юнаків та дівчат через цілеспрямоване варіювання Я-образу («усвідомлення себе справжнім»).

Основними завданнями психокорекційної групи були:

- формування стійкого, незалежного Я-образу (через розкриття істинного Я та формування адекватного уявлення про себе);
- зниження рівня невротичності та тривоги юнаків і дівчат;
- розуміння учасниками групи психологічних механізмів власної невротичності та усвідомлення своєї ролі у виникненні конфліктних ситуацій чи неадаптивних реакцій;

- відстеження, як впливає така психокорекційна програма на досліджуваних з різним рівнем невротичності та залежності (стійкості – нестійкості) Я-образу.

Оцінка ефективності психокорекційної допомоги.

Перед тим, як перейти до оцінки ефективності психокорекційної допомоги, зауважимо, що дане дослідження дозволяло поставити перед собою наступні запитання:

1) чи впливає формування стійкості Я-образу на рівень невротичності і яким є вплив психокорекційної програми на досліджуваних зі стійким та нестійким (залежним) Я-образом? Як змінюється рівень невротичності після закінчення психокорекційних занять, спрямованих на корекцію Я-образу, залежно від того, чи був здійснений вплив «Підтримуючої» («Симпатика») та «Фруструючої» («Антипатика») фігури в групі на бачення себе досліджуваним (Я1), чи його не було; Іншими словами, як впливає психокорекційна програма на досліджуваних зі стійким та залежним Я-образом;

2) як повпливали психокорекційні заняття на психічні стани (тривогу, фрустрацію, агресію, ригідність) у тих випадках, де досліджувані були

початково залежними від думки «Симпатика» і «Антипатика», і у тих, де такої залежності не було;

3) чи є відмінності у динаміці невротичності в залежності від того, був це вплив «Підтримуючої» (С.), а чи «Фруструючої» (А.) фігури.

Відтак, відповідаючи на поставлені запитання, зауважимо, що дане дослідження дає можливість стверджувати наступне:

По-перше, психокорекційна програма, спрямована на формування цілісного (інтегрованого) та стійкого Я-образу, сприяє зниженню рівня невротичності юнаків та дівчат. Однак, якщо поділити всіх досліджуваних за критерієм стійкості/залежності Я-образу, то можемо спостерігати, що у юнаків та дівчат з незалежним від думки інших Я-образом (стабільним уявленням про себе) під впливом психокорекційних занять значимих змін не

спостерігається; тоді як у досліджуваних із залежним Я-образом такі зміни є очевидними (статистично значимими) (див. рис. 1).

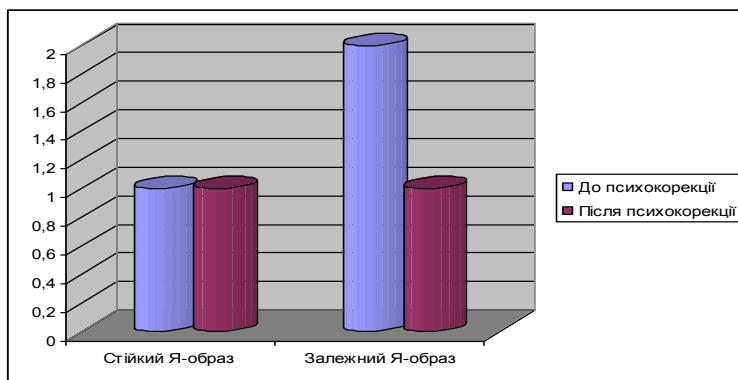


Рис. 1. Зміна показника «нестійкості Я-образу» під впливом психокорекційної групи у досліджуваних зі стійким та залежним уявленням про себе

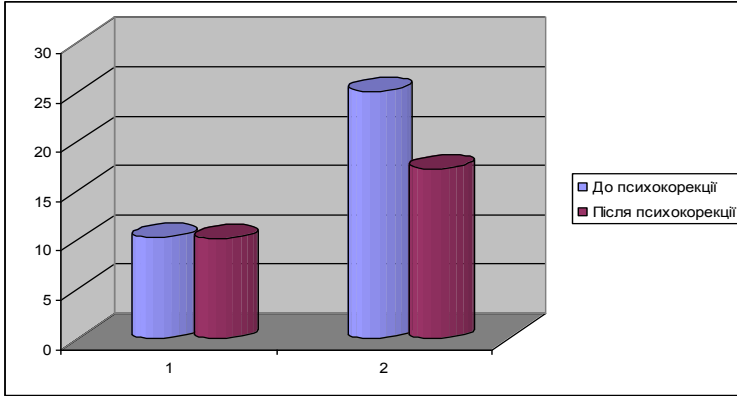
Зміни, які відбулися з невротичністю під впливом психокорекційної програми у досліджуваних юнаків та дівчат зі стійким та залежним уявленням про себе, наведено в таблиці 1 та на рис. 2.

Таблиця 1

Психокорекційний вплив групи на рівень невротичності в досліджуваних з початково стійким та залежним уявленням про себе

Показники	Середнє значення		Величина t-критерію	p -рівень достовірності	Статистичне відхилення	
	ЕГ1	ЕГ2			ЕГ1	ЕГ2
Невротичність у досліджуваних зі стійким уявленням про себе	10,25	10,10	0,20	0,88	5,07	5,03
Невротичність у досліджуваних із залежним уявленням про себе	25,1	17,25	7,51	0,02	4,8	4,7

Бачимо, що у юнаків та дівчат зі стійким уявленням про себе статистично значимих змін рівня невротичності (під впливом психокорекційної програми) не спостерігається. Але у досліджуваних із початково залежним уявленням про себе такі зміни є значимими ($t=7,51$).



Примітка: 1 – рівень невротичності у досліджуваних зі стійким уявленням про себе; 2 – рівень невротичності у досліджуваних із залежним уявленням про себе.

Рис. 2. Вплив психокорекційної групи на рівень невротичності у досліджуваних зі стійким та нестійким (залежним) Я-образом

По-друге, відповідаючи на поставлене питання № 2, зрозумілим стає те, що у досліджуваних, які початково були залежними від думки «Симпатика» чи «Антипатика», після завершення психокорекційної групи знизився рівень невротичності ($t=8,01$, $p=0,02$), тривожності ($t=3,03$, $p=0,02$) (хоча, якщо брати усіх досліджуваних юнаків та дівчат, то рівень тривоги не змінився) та ригідності ($t=2,5$, $p=0,02$).

У досліджуваних зі стійким (незалежним) Я-образом під впливом психокорекційної групи рівень невротичності та тривоги суттєво не змінився, однак ці юнаки та дівчата стали менш

ригідними ($t=2,7$, $p=0,02$). Щодо агресії, то особливих змін у 2-х досліджуваних групах не спостерігалось. Значимі зміни, що відбулися під впливом психокорекційної програми у юнаків та дівчат з нестабільним Я-образом, подано на рис. 3.

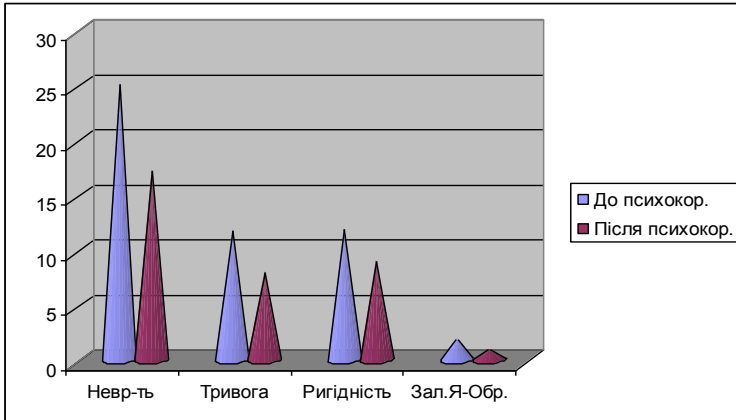


Рис. 3. Зміни, що відбулися внаслідок психокорекційної групи в юнаків та дівчат із залежним уявленням про себе (нестійким Я-образом)

По-третє, цікаво відстежити, що у тих випадках, коли «Антипатик» має статистично достовірний вплив на Я1 (початкове уявлення про себе), рівень невротичності після психокорекції зростає, а рівень агресії осіб, котрі піддаються цьому впливу, є низьким.



Однак важливим є і те, що у тих випадках, коли Я1-А корелює («Антипатик» максимально точно бачить особу так, як та бачить себе сама), рівень невротичності значно падає. Тобто, якщо ти помічаш, що тебе відчувають, можливо, розуміють (незалежно, чи це «Симпатик», чи «Антипатик»), рівень невро-

тичності під впливом психокорекційних занять зменшується. Крім того, фруструюча особа, по суті, давала підтримку, бо вказувала розуміння і солідарність замість очікуваної ймовірної агресії.

Відтак: Я 1 – А корелює Невротичність 2 ↓

Що ж стосується особливостей впливу психокорекційної програми на досліджуваних юнаків та дівчат в контексті взаємодії з «Симпатиком», то тут виявлено наступні закономірності:

– як і з «Антипатиком», зміна думки про себе під впливом «Симпатика» частіше відбувається в досліджуваних з низьким рівнем агресивності.

Відтак: Я – С (1) корелює Агресивність 1 ↓

– у тих юнаків та дівчат, які підпадали під вплив «Симпатика», рівень тривоги і фрустрації зростав з часом (після завершення психокорекційних занять). Але у тих випадках, коли «Симпатик» якомога точніше описував особистість «Іншого» (портрет і автопортрет досліджуваних максимально збігався), невротичність юнаків та дівчат по закінченні психокорекційної групи спадала, а разом з нею і рівень тривоги та фрустрації.

Отже, можна стверджувати, що якщо значима особа (незалежно, «Симпатик» це чи «Антипатик») достатньо точно відчуває і описує особистість досліджуваного, то це може бути запорукою потужного психокорекційного впливу на невротичність. Необхідно дати іншому відчуття, що його розуміють. Особливо це важливо на початку психокорекційного процесу.

Порівняння результатів дослідження «До» та «Після» психокорекційної роботи (беручи до уваги усіх досліджуваних, а не лише зі стабільним чи нестабільним Я-образом) в експериментальній та контрольній групах дає можливість робити висновки про наявність позитивних змін та особливості їх динаміки.

Згідно з отриманими результатами порівняльного аналізу, існують статистично достовірні відмінності в експериментальній групі до проведення психокорекційної роботи (ЕГ1) та після неї (ЕГ2) за показниками невротичності ($t = 2,40$; $p < 0,02$), ригідності ($t = 2,06$; $p < 0,04$) та залежності Я-образу.

Таким чином, психокорекційні заходи, спрямовані на стабілізацію Я-образу (підвищення міри його незалежності), є ефективними для юнаків та дівчат з високим рівнем невротичності, що підтверджує знання про нестійкий (залежний) Я-образ як складову невротичності. А тому до особливостей психокорекційного впливу на невротичність можемо віднести наступне: зниження рівня невротичності можливе при формуванні незалежного Я-образу. Однак у осіб, залежних від «Антипатика», рівень невротичності з часом міг зростати. Також було відстежено, що серед юнаків та дівчат із залежним Я-образом в основному були досліджувані з низьким рівнем агресії.

Подальших розвідок потребують питання: з'ясування інших особливостей Я-концепції досліджуваних з високим та помірним рівнем невротичності, якими можна було б скористатися у психокорекційній практиці; удосконалення психокорекційного інструментарію при роботі з юнаками та дівчатами, що мають високий рівень невротичності; порівняння особливостей психокорекційної практики з клієнтами, що мають високий рівень невротичності (умовне здоров'я), та тими, що мають діагноз неврозу.

1. Базисное руководство по психотерапии / [ред. А. Хайгл-Эверса]. – СПб.: «Восточно-Европейский Институт Психоанализа», 2002. – 784 с.

2. Басюк О.Б. Залежність «Образу Я» від значущих інших як складова невротичності в юнацькому віці / О.Б. Басюк // Практична психологія та соціальна робота. – 2008. – № 11. – С. 12–16.

3. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание / Р. Бернс. – М.: Прогресс, 1986. – 420 с.

4. Выготский Л.С. История развития высших психических функций / Л.С. Выготский // Собр. соч. в 6 т. – Т. 3: Проблемы развития психики. – М.: Педагогика, 1983. – С. 6–163.
5. Кон И.С. Психология старшеклассника: пособие для учителей / И.С. Кон. – М.: Просвещение, 1980. – 192 с.
6. Семке В.Я. Основы персонологии / В.Я. Семке. – М.: Академический Проект, 2001. – 476 с.
7. Мясищев В.Н. Личность и неврозы / В.Н. Мясищев. – Л.: Изд-во ЛГУ, 1969. – 425 с.
8. Перлз Ф. Теория гештальт-терапии / Ф. Перлз. – М.: Институт общегуманитарных исследований, 2001. – 384 с.
9. Райс Ф. Я-концепция, самооценка, пол, этническое происхождение и идентичность / Ф. Райс // Психология подросткового и юношеского возраста. – СПб.: Питер, 2000. – С. 219–255.
10. Салливан Г.С. Вашингтонская школа : межличностная теория психотерапии / Г.С. Салливан // Техники консультирования и психотерапии: тексты / ред. и сост. У.С. Сахакиан; [пер. с англ. М. Будыниной и др.]. – М.: Апрель Пресс; Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. – С. 152–174.
11. Соколова Е.Т. Особенности самосознания при невротическом развитии личности: дис. ... доктора психол. наук: спец. 19.00.04 / Е.Т. Соколова. – М., 1991.
12. Техники консультирования и психотерапии: тексты / ред. и сост. У.С. Сахакиан. – М.: Апрель Пресс; Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. – С. 152–174.



Басюк О.Б. Особенности психокоррекционного влияния на невротичность в юношеском возрасте посредством формирования устойчивого Я-образа.

В статье исследованы особенности влияния психокоррекционных мероприятий на юношей и девушек с разным уровнем невротичности и устойчивости Я-образа, а также доказана их эффективность. Рассмотрены различия динамики невротичности в зависимости от влияния мнения «Симпатика» и «Антипатика».

Ключевые слова: *уровень невротичности, юношеский возраст, психокоррекционная программа, устойчивый Я-образ, неустойчивый (зависимый) Я-образ, «Симпатик», «Антипатик».*



Basjyk O.B. Features psychocorrection neurosality impact at a young age by a stable I-image.

Peculiarities of the influence of the psychocorrective means on teenagers with various levels of neurosality and steadiness of «self-image» and its effectiveness are analyzed in the article. Some distinctions in the neurosality dynamics depending on the influence of the opinions of a «sympathy person» and an «antysympathy person».

Key words: *neurosality level, adolescent age, psychocorrective programme, steady «self-image», unsteady «self-image», sympathy person, antysympathy person.*



УДК: 37.015.

І.М. Галян

ДІАГНОСТИКА РЕФЛЕКСИВНОСТІ ЯК ФУНКЦІОНАЛЬНОЇ СКЛАДОВОЇ СТИЛЮ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ПСИХІЧНИХ СТАНІВ МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ (ТЕОРЕТИЧНИЙ АСПЕКТ)

Подано аналіз особливостей проблеми рефлексії і найбільш перспективних напрямів її подальшої розробки. Зазначено, що найважливішою умовою її конструктивного дослідження є необхідність диференціації загального предмета психології рефлексії, яка як синтетична психічна реальність повинна вивчатися у трьох базових аспектах: як психічний процес, як психічна властивість і як психічний стан. Запропоновано результати адаптованої нами методики діагностики індивідуальної міри вираження властивості рефлексивності О.В. Карпова щодо предмета дослідження.

Ключові слова: *рефлексивність, психічна властивість, індивідуальна якість, методика діагностики рефлексивності, структура особистісних якостей, саморегуляція.*



Проблема саморегуляції психічних станів є завжди актуальною, позаяк людина повинна постійно адаптуватися до мінливих умов життєдіяльності. Саморегуляція психічних станів, з функціональної точки зору, є системним процесом, у який