

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПСИХОЛОГО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

На правах рукописи

Каткова Александра Сергеевна

**ВНУТРЕННИЕ КОНФЛИКТЫ В ПРОЦЕССЕ ЛИЧНОСТНОГО
РАЗВИТИЯ В РАННЕЙ ВЗРОСЛОСТИ**

19.00.13 – Психология развития, акмеология

Диссертация на соискание ученой степени
кандидата психологических наук

Научный руководитель
доктор психологических наук, профессор
Вачков Игорь Викторович

Москва, 2021

Оглавление

Введение	3
Глава 1. Теоретические аспекты исследования проблемы личностного развития в ранней взрослости.....	13
1.1. Исследование феномена личностного развития	13
1.2. Проблема личностного развития в зарубежной научно-психологической литературе	21
1.3. Проблема личностного развития в отечественной психологии.....	28
1.4. Личностное развитие в ранней взрослости.....	40
Выводы по Главе 1.....	47
Глава 2. Методологические основы исследования внутренних конфликтов в процессе личностного развития в ранней взрослости	50
2.1. Методологические предпосылки исследования внутренних конфликтов личности	50
2.2. Психологическая сущность внутренних конфликтов	56
2.3. Роль системы психологических защит в возникновении деструктивных тенденций личности	66
Выводы по Главе 2.....	73
Глава 3. Экспериментальное исследование проблемы личностного развития в процессе осознания внутренних конфликтов.....	76
3.1. Организация и методы исследования личностного развития в ранней взрослости.....	76
3.2. Результаты констатирующего этапа исследования личностного развития в ранней взрослости	86
3.3. Материализованная репрезентация в процессе осознания внутренних конфликтов личности.....	100
3.3.1. Диагностико-развивающая работа с использованием художественных репродукций.....	104
3.3.2. Использование комплекса тематических психологических рисунков в выявлении внутренних конфликтов личности.....	109
3.3.3. Диагностико-развивающая работа с использованием приемов топологического моделирования в песочнице.....	116
3.3.4. Диагностико-развивающая работа с использованием предметных моделей и камней.....	121
3.3.5. Особенности использования игрушки в диагностико-развивающем процессе.....	125
3.4. Результативность личностного развития в процессе осознания внутренних конфликтов	129
3.5. Сравнительный анализ констатирующего и контрольного этапа исследования личностного развития в ранней взрослости	134
Выводы по Главе 3.....	148
Заключение	151
Библиографический список	154
Приложения	181

Введение

Актуальность темы исследования. Модернизация в социально-экономической сфере вызывает глобальные преобразования в общественном и личностном сознании. Такие изменения могут повлечь за собой трудности развития человека в процессе жизнедеятельности. Особенно это затрагивает лиц в период ранней взрослости, поскольку человек в данном возрастном периоде вступает в систему общественных отношений, осуществляет первые шаги в профессиональной карьере и обустройстве личной жизни. Возникшие трудности самоопределения в личностном и профессиональном аспектах могут обусловить осложнение личностного развития человека.

Личностное развитие в период ранней взрослости приобретает особое значение, поскольку для человека является необходимым познать себя, свой потенциал и возможности, ощутить свою принадлежность социуму, приобрести независимость и ответственность (Б.Г. Ананьев, Л.С. Выготский, В.И. Слободчиков, Э. Эриксон). Изменения, происходящие одновременно в личностной и профессиональной сферах, могут обусловить возникновение внутренних конфликтующих тенденций. Внутренние конфликты негативно воздействуют на саморазвитие (Э. Берн, А. Маслоу), отношение человека к себе и к окружающим (Ф.Е. Василюк), реализацию мотивов (К. Левин, В.С. Мерлин).

Актуальность исследования обусловлена необходимостью выявления и разрешения внутренних конфликтов личности. Помощь в осознании внутренних конфликтов и их преодолении может быть обеспечена путем реализации соответствующих методов психологического сопровождения. В связи с этим возникает необходимость совершенствования содержания, форм и методов психологической помощи лицам возраста ранней взрослости в осознании собственных внутренних конфликтов с ориентацией на личностное развитие и раскрытие личностного потенциала.

Степень разработанности проблемы. В психологии уделяется особое внимание проблемам становления человека в личностном и профессиональном аспектах. Так, актуальность и необходимость исследования особенностей личностного развития и самореализации в процессе становления личности подчеркивается в работах Л.И. Божович, Л.С. Выготского, И.В. Дубровиной, Л.М. Митиной, Е.Ю. Пряжниковой, В.В. Рубцова, Н.Е. Харламенковой. Личностное развитие исследуется в аспекте способности личности к рефлексии (М.В. Клементьева, Д.А. Леонтьев, Л.Б. Шнейдер), а также с позиции влияния совладающего поведения на личность (И.В. Вачков, Е.В. Куфтык, С.К. Нартова-Бочавер). Представители психодинамического направления (А. Адлер, З. Фрейд, К. Юнг) рассматривали личностное развитие в аспекте познания конфликтующих неосознанных тенденций личности. В центре концепции гуманистической и экзистенциальной психологии (Ш. Бюлер, А. Маслоу, Г. Олпорт, Р. Мей, В. Франкл) находится личностное развитие, сопряжённое со стремлением к самореализации и самопознанию.

Влияние разнонаправленных тенденций на процесс развития личности являлось предметом исследований М. Кляйн, К. Хорни, З. Фрейда. Основные исследования конфликта между Я-реальным и Я-идеальным отражены в работах Э. Берна и К. Роджерса. Возникновение конфликтов в кризисные периоды развития личности, а также противоречивость отношений и направленности личности исследовались в трудах Ф.Е. Василюка, Л.С. Выготского, М.С. Мерлина, В.Н. Мясищева, К.Н. Поливановой, Э. Эриксона и др.

Проведенный анализ психологических исследований позволил сформулировать следующую проблему: возможно ли способствовать личностному развитию молодого человека в процессе специальной психологической работы по осознанию внутренних конфликтов?

Научная и практическая значимость проблемы, а также недостаточность ее изучения в психологической науке обусловили формулировку темы

диссертационного исследования «Внутренние конфликты в процессе личностного развития в ранней взрослости».

Цель: изучить внутренние конфликты в процессе личностного развития в ранней взрослости.

Объект исследования: личностное развитие в ранней взрослости.

Предмет исследования: характеристики внутренних конфликтов в процессе личностного развития в ранней взрослости.

Общая гипотеза исследования: осознание внутренних конфликтов способствует личностному развитию в ранней взрослости.

Частные гипотезы исследования:

1. Период ранней взрослости характеризуется наличием конфликтных тенденций между самоопределением в личностной и профессиональной сфере.

2. Внутренние конфликты связаны с рефлексивной, социальной и поведенческой составляющими личностного развития в ранней взрослости.

3. Личностному развитию способствует осознание внутренних конфликтов, осуществляемое средствами и методами специальной психологической работы.

Задачи исследования:

1. Осуществить научно-методологический анализ литературы по проблеме личностного развития в ранней взрослости.

2. Определить составляющие и показатели личностного развития в ранней взрослости.

3. Выявить характеристики внутренних конфликтов в процессе личностного развития в ранней взрослости.

4. Исследовать изменения личностного развития в процессе тренинговой деятельности с применением метода осознания внутренних конфликтов.

Методологической основой исследования выступили: идеи о личностном развитии как процессе освоения исторических форм социальной деятельности (Л.С. Выготский); идея о развитии личности через

опосредования культурными знаками в процессе деятельности и взаимодействия с окружающими (Л.И. Божович); принцип детерминизма, описывающий процесс внешних воздействий через внутренние условия (С.Л. Рубинштейн); принцип развития через разрешение конфликтов (К.А. Абульханова-Славская, А.Н. Леонтьев, Л.М. Митина)

Теоретической основой исследования выступили: культурно-историческая теория развития психики Л.С. Выготского, субъектно-деятельностный подход (К.А. Абульханова-Славская, А.В. Брушлинский, С.Л. Рубинштейн, Е.А. Сергиенко), концепция отношений (А.Ф. Лазурский, Б.Ф. Ломов, В.Н. Мясищев), идеи гуманистической (А. Маслоу, К. Роджерс) и психодинамической (А. Адлер, З. Фрейд, К.Г. Юнг) концепций, исследования закономерностей развития личности в онтогенезе (Л.И. Божович, Л.С. Выготский, Л.А. Головей, Л.С. Славина, Н.Н. Толстых), научные положения об особенностях личностного развития в ранней взрослости (Б.Г. Ананьев, В.Ф. Моргун, А.А. Реан, В.И. Слободчиков, Э. Эриксон); положения о значении внутренних конфликтов в кризисные периоды личностного развития (Ф.Е. Василюк, Н.В. Гришина, В.С. Мерлин, К.Н. Поливанова, А.И. Шипилов), исследования внутреннего конфликта как столкновения разнонаправленных потребностей личности (М. Кляйн, К. Хорни, З. Фрейд).

Этапы исследования. Исследование проводилось в период с 2016 по 2021 годы и включало три основных этапа.

Первый этап (2016-2017 гг.) – поисково-констатирующий – изучена и проанализирована научная литература, отражающая современные теоретико-методологические и эмпирические исследования по проблеме личностного развития. Определен категориальный аппарат и основные теоретико-методологические понятия исследования. Проведен констатирующий этап эксперимента с помощью отобранных психодиагностических методик. Определены характеристики внутренних конфликтов в процессе личностного развития в период ранней взрослости.

Второй этап (2017-2020 гг.) – экспериментально-формирующий – осуществлена работа по методу осознания внутренних конфликтов в целях личностных изменений испытуемых; изучение диагностической и психокоррекционной способности метода осознания внутренних конфликтов.

Третий этап (2020-2021 гг.) – контрольно-аналитический – проведен контрольный этап эмпирического исследования, математико-статистический анализ полученных экспериментальных данных, интерпретация, обобщение и систематизация полученных результатов исследования.

Методы и методики исследования. В исследовании использовались следующие методы:

теоретические: анализ литературных источников, систематизация, обобщение данных по проблеме изучения личностного развития в ранней взрослости в тренинговом процессе осознания внутренних конфликтов;

развивающие: диалогическое взаимодействие в психологических тренинговых группах, основывающееся на методе осознания внутренних конфликтов и включающее интерпретационную работу с комплексом тематических психологических рисунков, художественными репродукциями, предметными моделями, игрушками, песочницей;

диагностические: структурно-семантический анализ эмпирического материала; психодиагностические методики исследования: Опросник самоотношения (В.В. Столин, С.Р. Пантिलеев), «Самоактуализационный тест» САТ (Л.Я. Гозман, М.В. Кроз, М.В. Латинская – адаптация опросника личностной ориентации (POI) Э. Шострома), Опросник «Уровень субъективного контроля» (адаптация Е.Ф. Бажина, С.А. Голынкиной, А.М. Эткинда шкалы Дж. Роттера);

статистические: качественные и количественные методы обработки данных, статистический анализ, который включает процедуру анализа с использованием стандартного приложения MSExcel и пакета программы IBM SPSS Statistics 21 (t-критерий Стьюдента, критерий Вилкоксона, критерий Колмогорова-Смирнова), корреляционный анализ, факторный анализ (Factor

rotation: Varimax normalized).

Экспериментальная база работы. Исследование выполнено на базе Гуманитарно-педагогической академии (филиал) в г. Ялта и Таврической академии ФГАОУ ВО «Крымский федеральный университет им. В.И. Вернадского», Крымского инженерно-педагогического университета (г. Симферополь). Респондентами выступили студенты, обучающиеся по направлению подготовки «Психология». Для проведения исследования была сформирована репрезентативная группа численностью 216 человек в возрасте от 18 до 25 лет, из которой 107 человек составили экспериментальную группу и 109 – контрольную группу.

Научная новизна исследования заключается в том, что:

- уточнены особенности внутреннего конфликта в контексте определения основных составляющих личностного развития в ранней взрослости;

- определены и охарактеризованы составляющие личностного развития молодых людей: рефлексивная (стремление к познанию себя и личностных ресурсов, потребность в саморазвитии), социальная (готовность брать ответственность за собственные действия в ситуациях и за построения отношений с окружающими, управление собой в различных жизненных ситуациях), поведенческая (направленность на активную деятельность, контролирование своих поступков, обладание личностными стратегиями поведения);

- выявлены показатели составляющих личностного развития: стремление к саморазвитию, способность к самопознанию, готовность к взаимодействию и совместной деятельности с другими людьми, контроль за своими действиями и ответственность за них, сформированные личностные стратегии поведения в условиях изменяющихся жизненных ситуаций, ориентация на активную деятельность в профессиональной сфере;

- на основе экспериментального исследования определены характеристики внутренних конфликтов личностного развития в ранней

взрослости: стремление к развитию и тенденция к блокированию потенциала, стремление к достижению успеха и тенденция к избеганию неудач, стремление к самостоятельности и зависимость от значимого Другого, ощущение своей значимости и чувство неполноценности, потребность в отношениях с окружающими и избегание отношений с другими;

- разработана модель осознания внутренних конфликтов личностного развития в ранней взрослости;

- на основе анализа результатов экспериментального исследования установлено деструктивное влияние внутренних конфликтов на личностное развитие: наличие внутренних конфликтов препятствует развитию потенциала, познанию себя, личностному росту и самосовершенствованию;

- раскрыты теоретико-методологические и практические возможности метода осознания внутренних конфликтов в процессе личностного развития.

Теоретическая значимость полученных результатов заключается в выявлении характеристик внутренних конфликтов; конкретизации методологических положений, лежащих в основе работы тренинговых групп по методу осознания внутренних конфликтов; обосновании составляющих и показателей личностного развития в ранней взрослости; обосновании диагностико-развивающих методик, необходимых для процесса осознания внутренних конфликтов личности.

Практическая значимость исследования заключается в:

- разработке и обосновании тренинговой программы с применением метода осознания внутренних конфликтов личности;

- непосредственной организации и проведении всех этапов исследования результативности личностного развития при использовании метода осознания внутренних конфликтов;

- разработке специализированных курсов (факультативов): «Тренинг личностного роста», «Методы интерпретационной работы с психологическим рисунком»;

- в возможности применения результатов исследования в обучении

специалистов и процессе оказания им психологической помощи, а также в работе психологической службы образовательной организации высшего образования для консультативной помощи.

Положения, выносимые на защиту:

1. Оценку уровня личностного развития в ранней взрослости можно провести по степени проявления составляющих, наиболее динамично изменяющихся в этот период (рефлексивной, социальной и поведенческой), и соответствующим им показателям (стремление к саморазвитию и самоактуализации, способность к самопознанию и рефлексии, готовность к взаимодействию и совместной деятельности с другими людьми, контроль своих действий и ответственность за них, сформированные личностные стратегии поведения в условиях изменяющихся жизненных ситуаций, ориентация на активную деятельность в личностно-профессиональной сфере), позволяющим исследовать личностное развитие в ранней взрослости.

2. Для молодых людей в период ранней взрослости характерны внутренние конфликты, основанные на самоопределении в личностной (уход из родительской семьи и устройство собственной личной жизни; стремление к взаимоотношениям с окружающими и одновременно избегание взаимодействия с другими; стремление к независимости и одновременно трудности вхождения в самостоятельную жизнь) и профессиональной (стремление к профессиональному самоутверждению и трудности в выборе пути реализации в профессии) сферах.

3. В качестве средства выявления и разрешения внутренних конфликтов выступает психологическое воздействие с применением метода осознания внутренних конфликтов, который включает систему взаимосвязанных способов оказания психологической помощи личности.

4. Осознание внутренних конфликтов способствует личностному развитию молодых людей, повышая такие показатели, как способность к самопознанию (рефлексивная составляющая), ориентация на взаимодействие с окружающими (социальная составляющая), стремление к выстраиванию

стратегий поведения и активной деятельности (поведенческая составляющая).

Достоверность и обоснованность полученных результатов исследования обеспечивается эмпирической обоснованностью методологических и теоретических положений; применением методов, адекватных цели и задачам диссертации; методической обоснованностью используемого комплекса методов, научностью и валидностью диагностического инструментария, организационными ориентирами, заданными методологией и экологической валидностью диагностико-развивающего процесса; релевантностью методов исследования целям и задачам диссертации; организацией репрезентативной выборки в эмпирических и практических исследованиях; комплексным применением количественного и качественного анализа; аргументированностью и обоснованностью сформулированных выводов.

Апробация и внедрение результатов исследования. Материалы диссертационного исследования были апробированы на *международных научно-практических конференциях*: «Психолого-социальная работа в современном обществе: проблемы и решения» (г. Санкт-Петербург, 2016 г.), «Горизонты психологии» (г. Санкт-Петербург, 2016 г.), «Взаимодействие науки и общества: проблемы и перспективы» (г. Уфа, 2016 г.), «Научные исследования и разработки 2016» (г. Москва, 2016 г.), «Ломоносов-2017» (г. Москва, 2017 г.), «Социально-педагогическая поддержка лиц с ограниченными возможностями здоровья: теория и практика» (г. Ялта, 2017 – 2020 гг.), «Результаты современных научных исследований и разработок» (г. Пенза, 2017 – 2019 гг.), «Перспективы развития науки в современном мире» (г. Астана, 2018 г.), «Практикум по глубинной психокоррекции академика Т.С. Яценко», (г. Черкассы, 2018 г.), «Личность в эпоху перемен: mobilisin mobilii» (г. Москва, 2018 г.), «Молодая наука» (г. Евпатория, 2018 г.), «Профилактика девиантного поведения детей и молодёжи: региональные модели и технологии» (г. Ялта, 2019 – 2020 гг.), «Профессионализм педагога: психолого-педагогическое сопровождение успешной карьеры» (г. Ялта, 2020 –

2021 г.); *всероссийских научно-практических конференциях*: «Профессионализм педагога: теория, практика, перспективы» (г. Ялта, 2016 – 2019 гг.), «Тенденции развития высшего образования в новых условиях» (г. Ялта, 2016 – 2018 гг.), «Психологическая помощь социально незащищенным лицам с использованием дистанционных технологий» (г. Москва, 2020 г.); *научно-практических семинарах*: «Теория и практика психокоррекции личности» (г. Ялта, 2016 – 2017 гг.), «Летняя школа аспирантов» (г. Ялта, 2017 – 2019 гг.); *научно-практических форумах*: «Наука будущего – наука молодых» (г. Нижний Новгород, 2017 г.), «Психология в современном мире» (г. Ялта, 2018 – 2019 гг.), «Качество образования в эпоху глобальных информационных трансформаций» (г. Волгоград, 2020 г.).

Основные результаты исследования изложены в 16 публикациях, из них 1 статья – в журнале, включенном в международную базу цитирования, 6 статей – в журналах, входящих в перечень ВАК РФ.

Структура и объем работы. Диссертационное исследование состоит из трех глав, выводов по каждой главе, заключения, библиографического списка и приложения. Основной текст изложен на 180 страницах, проиллюстрирован 32 таблицами и 12 рисунками. Диссертация содержит 5 приложений. Библиография включает 270 наименований, в том числе 75 на английском языке.

Глава 1. Теоретические аспекты исследования проблемы личностного развития в ранней взрослости

1.1. Исследование феномена личностного развития

Проблема развития вообще и личностного развития, в частности, носит междисциплинарный характер. При изучении этой проблемы наблюдается исследовательский интерес со стороны представителей различных областей научного знания. Личностное развитие, рассматриваемое как способ существования человека в целом, является объектом исследовательского внимания философии, педагогики, психологии и ряда других наук. Проблема личностного развития требует углубленного теоретического исследования. Комплексное исследование проблемы развития личности предусматривает интеграцию научных подходов.

Прежде чем перейти к анализу характера и сущности понятия «личностное развитие» рассмотрим термин «развитие». В многочисленных философских и психологических словарях «развитие» определяется как «процесс поступательного развертывания взаимодействующих между собой систем, структур и функций, в рамках которого происходит становление индивида как биологического существа личностью» [86, с. 809]; «...результат двух факторов: эволюции врожденных процессов развития и влияния опыта на эти процессы» [130, с. 156]; «закономерное изменение материальных и идеальных объектов» [163, с. 560]; «поступательный процесс, при котором структуры и функции, определяющие личность человека, постепенно эволюционируют от биологического созревания индивида к его взаимодействию со средой» [114, с. 148]; «процесс перехода от одного состояния в другое, более совершенное» [127, с. 558]; «процесс и результат вхождения человека в новую социальную среду» [29, с. 202].

Таким образом, обобщая различные подходы, можно утверждать, что развитие представляет собой многоуровневый, поэтапный, незавершенный

процесс, непосредственно связанный со взаимодействием с внешней средой и способствующий формированию внутренних психологических компонентов личности. Человек в процессе своего развития испытывает социально-психологическую потребность стать личностью, реализуемую в деятельности. Этим определяется развитие человека как личности.

Понятие «личностное развитие» в разных источниках определяется по-разному. В психологических словарях термин «развитие личности» определяется как «обусловленный и саморегулирующий процесс; самодвижение от низших к высшим уровням жизнедеятельности... стремление к самосовершенствованию посредством собственной деятельности и общения с другими людьми» [130, с. 307]; «представляет собой изменение объекта под влиянием внутренне присущих ему противоречий, факторов и условий» [162, с. 317].

Существуют синонимичные понятия, позволяющие раскрыть личностное развитие как термин. В научной литературе [29, 86, 114, 127, 130, 162, 163] данное понятие часто описывается с помощью таких категорий как: саморазвитие, самодвижение, самореализация, самоутверждение, самовыражение, самовоспитание, самоактуализация, самостановление. Далее раскроем взаимосвязь перечисленных понятий с личностным развитием.

1. Саморазвитие представляет собой процесс включения личности в социальную среду и отношения, учитывая систему ценностей и мотивов человека. Саморазвитие рассматривалось как внутренняя активность субъекта (К.А. Абульханова-Славская, Л.И. Анцыферова, Л.М. Митина, В.И. Слободчиков, С.Л. Рубинштейн) как важнейший онтологический и методологический принцип (А.А. Бодалев, А.А. Деркач, В.Г. Зазыкин, А.К. Маркова). Философский подход к исследованию проблемы развития личности рассматривает данную категорию через соотношение с категорией «самодвижение». Развитие личности (саморазвитие) определяется как внутриличностное, самопроизвольное изменение человека, обуславливающееся противоречиями, возникающие благодаря воздействию

внешних факторов. Развитие личности рассматривается как качественно индивидуальный вид самодвижения, направленный на изменение особенностей личности в сторону высокой ступени развития [101]. Самодвижение исследовалось в работах Д. Брюно, Г. Гегеля, П. Гольбаха, И. Канта, Г.В. Лейбница.

Г. Гегель раскрыл смысл саморазвития и саморазвивающихся систем через феномен самодвижения, сущность которого исследовал с помощью категорий имманентности и самопроизвольности [43]. Таким образом, самодвижение включает в себя саморазвитие. Основным отличием данных категорий является следующее: самодвижение раскрывает изменение в целом, саморазвитие способствует изменениям, оно характеризуется субстанциями: закономерностью, необратимостью и направленностью. В своей совокупности саморазвитие интерпретируется как самодвижение, направленное на внутриличностные качественные преобразования субъекта.

2. Самореализация. В исследовании А. Адлера самореализация выступает как стремление к превосходству и, таким образом, тенденция к самостановлению. Дальнейшее развитие данной проблемы нашло отражение в исследованиях самореализации (К. Хорни), самоактуализации (К. Гольдштейн и А. Маслоу), актуализирующейся тенденции (К. Роджерс), мотивации эффективности (Р. Байт).

Самореализация включает в себя два аспекта: самовыражение и самоутверждение. Самоутверждение представляет собой оценку социума и стремление человека к высокой самооценке, а также создает специфическую направленность личности [29, с. 439; 130, с. 333]. Самоутверждение рассматривается как: утверждение личной активности субъекта (Г. Гегель); проявление индивидуальности (А. Шопенгауэр); преодоление своей личности через поиск своей уникальности и индивидуальности (Ф. Ницше); стремление к превосходству (А. Адлер); стиль жизнедеятельности личности (К.А. Абульханова-Славская); стабильность и устойчивость в сознании личности (Г.Д. Гачев).

Самовыражение – движение, стремление к вершинам профессиональной деятельности посредством личностного потенциала и творчества в социуме. Данное понятие рассматривается как социально-психологическая категория с позиции гуманистического и экзистенциального подходов (А. Маслоу, Дж. Милль). В работах Т. Скэнлона [252-254] самовыражение рассматривается как свобода действий, направленная на достижение благоприятных для личности результатов.

3. Самовоспитание исследовалось в работах В.Г. Белинского, Н.А. Бердяева, В.И. Водовозовой, А.С. Макаренко, В.С. Соловьева, К.Д. Ушинского и в настоящее время рассматривается как осознанное проявление, цель которого является реализация своих потребностей и мотивов [150]. По мере повышения степени осознанности самовоспитание становится все более значимой силой саморазвития личности [29]; естественный результат развития личности в коллективе [99].

4. Самосовершенствование заключается в создании идеала, сопоставимость с ним собственных ценностей, действий и целей, сопровождается осознанием собственных действий и поведения [150]. Термин включает в себя понятия самостановления и самоактуализации. Самостановление выступает как движение к достижению как личностного, так и профессионального результатов. Самоактуализация представляет обозначение универсального стремления человека. А. Адлер в аспекте исследования самоактуализации использовал термины «стремление к превосходству» и «стремление к самосовершенствованию». Самоактуализация в научных исследованиях часто выступает как самоусовершенствование. Это дает право утверждать, что данные понятия являются синонимами.

Изложенные дефиниций понятий, близких к понятию личностного развития, позволяют раскрыть сущность этой категории. В основе личностного развития человека лежат потребности роста, самосовершенствования в достижении высоких результатов как в личностной,

так и в профессиональной сфере. Таким образом, термин «личностное развитие» охватывает трактовку вышеперечисленных определений и, таким образом, представляет собой реализацию возможностей личности; стремление человека к наиболее полному выявлению и развитию своих способностей; внутреннюю активную, тенденцию развития себя и самовыражения; стремление личности реализовать свой потенциал. Личностное развитие акцентирует внимание на необходимости задействования внутренних ресурсов и интенсификации развития личности.

Основными областями научного познания развития личности являются философия, педагогика и психология. Благодаря анализу научной литературы в данных сферах мы можем исследовать проблему личностного развития широкомасштабно и углубленно, что позволяет расширить спектр познания и выявить основные трудности данного процесса.

Главной задачей, поставленной при рассмотрении научных позиций в отношении особенностей личностного развития, выступило исследование таких основных проблемных вопросов развития личности, которые остаются за пределами изучения ученых или требуются в дальнейшем исследовании. Тем самым такая постановка задачи обусловило направленность исследования как на выявление различий между подходами к личностному развитию, так и на раскрытие основных подходов изучения проблемы развития личности, которые были осуществлены в каждом из них. Таким образом, постановка основной задачи исследования позволила осуществить анализ тех аспектов проблемы развития личности, которые являлись объектом изучения в различных концепциях и подходах. Это дало возможность сконцентрировать внимание на основных группах вопросов, раскрытие которых осуществляется в рамках психологического изучения о личностном развитии: особенностях сущности, функции и динамики личностного развития.

В философских исследованиях сущность личностного развития понимается как нравственная деятельность, ориентированная на духовное творение самого себя посредством разрешения собственных противоречий.

Истоки проблемы личностного развития восходят к трудам Аристотеля. Философ указывал, что все составляющие личности раскрываются и функционируют в социуме. Человек постепенно внедряется в социум, в общественные отношения и, таким образом, раскрывает себя в поведении и деятельности, которые могут быть разнонаправленными и обуславливают внутренние конфликты. В дальнейшей жизнедеятельности человека конфликты определяют и направляют процесс развития. Аристотель раскрывает процессы постоянного движения, в том числе движения развития личности, сквозь призму постоянного кругооборота, тем самым жизненный путь развития индивида непрерывно движется [14]. Согласно представлениям Гегеля [43], человек развивается и формируется в процессе собственной деятельности, а процесс формирования сознания человека интерпретируется как социально организованная деятельность. Гегель был одним из основоположников нового подхода к развитию личности и сущности саморазвивающихся систем. Содержание развития личности, в контексте понятия самодвижения, Гегель раскрывал с помощью таких понятий, как спонтанность, имманентность, самостоятельность.

Аналогичных представлений о феномене развития человека придерживается В.А. Кайдалов, выделяя структуру саморазвития, самодвижения и развития через взаимосвязь понятий самопротиворечивость, имманентность, спонтанность и активность. Представленную категориальную структуру можно описать следующим образом: самопротиворечивость раскрывается как основная отправная (движущая) точка развития личности, основываясь на характере источника развития (имманентность) и способность к самопроизвольности по отношению к себе и внешней среде (спонтанность). Остановимся более подробно на понятии «самопротиворечивость».

В своем диссертационном исследовании Т. В. Колонтаевская [70] рассматривает философскую концепцию Ф. Ницше, в которой раскрывается идея личностного развития как «восхождения к себе», при этом философ утверждает, что индивидуальность человека – единственный путь его

становления и ценность личности, которую необходимо совершенствовать путем непрерывной самореализации.

Более раскрытую и полную характеристику проблемы личностного развития в философском понимании дал И.А. Шаршов [179], представляя феномен личностного развития с трех ракурсов:

1) развитие включает субъективный и объективный фактор. Субъективный фактор отражает развитие личности, которое основывается на самостоятельном формировании субъекта с учетом собственного потенциала. Объективный фактор раскрывает развитие в целом.

2) личностное развитие как самодвижение. Самодвижение обусловлено изменениями личности под влиянием внутренних противоречий, условий и особенностей. Акцент сделан на внутренних причинах изменений личности.

3) личностное развитие в аспекте изучения дискретного подхода. Данный подход ориентирован на исследование особенностей и способностей личности как механизмов и составляющих развития личности.

В философской антропологии ученый И.Т. Фролов исследует личностное развитие сквозь призму понимания функционирования человека как личности, так и индивида [170]. Другие исследователи выдвигают предположение, что существование человека заключается в том, кем является человек сейчас и как он развивается для дальнейшего самосовершенствования. Так, П.С. Гуревич определяет, что философская антропология до конца не изучена, поскольку не полностью раскрыта природа развития и функционирования личности [53]. Можно отметить, что основой исследования философской антропологии служит человек, который находится в процессе, в движении, в изменении, в саморазвитии.

Таким образом, личностное развитие в философской антропологии понимается как способ познания и осознания роли человека. Раскрытие человека осуществляется через проявление внутренней свободы, ответственности за себя, собственные действия и за взаимодействие с социумом. Способность реализации данных проявлений является базовой

характеристикой в развитии личности, включающая осознание реальности, самостоятельность, произвольность и понимание своих действий и отношений с внешним миром [126]. Личностное развитие рассматривается как способ существования человека, направленный и побуждающий на достижение реализации и саморазвития. Самореализацию и личностное развитие можно понимать по-разному. Самореализация раскрывается как результат развития, а личностное развитие – как процесс достижения этого результата. Тем самым, самореализация достигается через непосредственное воздействие внутренних условий и характеристик личности [60].

Под личностным развитием подразумевается самосовершенствование своих способностей, саморазвитие как достижение идеализированного себя. В.Е. Степанова рассматривает личностное развитие через философскую идею, включающая раскрытие гуманности и общечеловеческой духовности. Все это служит реализации своей сущности и природы и достижения целостности личности [153]. Роль личностного развития синонимично совершенствованию, ориентировано на рост уровня развития в процессе преодоления трудностей для приобретения совершенствования. Процесс общечеловеческого развития влияет на путь развития каждого человека. Высшей точки достигается тот путь развития, который включает гуманистичность взглядов, отношений с собой и социумом [139].

Согласно этой идеи личностное развитие раскрывается на двух уровнях: индивидуальном и социальном. Речь идет о том, что развитие личности приобретает значимый характер, поскольку развитие каждой личности приводит к развитию социума и мира в целом. В этой связи М.К. Мамардашвили указывал на регрессивные тенденции в современном обществе, определенная часть которого применяет для реализации собственных потребностей достижения общества [96].

В аспекте рассмотрения значимости развития личности в обществе солидаризирующую позицию занимает О.В. Князева. Согласно ее мнению, субъекты, не проявляющие активную деятельность, притормаживают решение

социально-экономических задач развития общества. Идет речь о роли каждой личности и ее влиянии на социальные, культурные и экономические изменения в обществе. Уточняется, что с целью развития общества необходимым является индивидуальное развитие личности, а для этого в свою очередь важны внутренние характеристики личности, позволяющие развиваться личности и обеспечивающие условия для ее роста. Такие условия позволяют находиться человеку в постоянном состоянии роста и реализации, развития своих навыков в самовоспитании и деятельности, которую осуществляет [68].

Таким образом, исследования личностного развития объединяет единая основа, выражаемая в представлении развития как непрерывного и изменяющегося процесса движения в виде смены жизненных циклов и деятельности, через которые проходит человек в процессе своего становления и самоизменения. Личностное развитие протекает в виде осознанной деятельности, посредством которой происходит познание и разрешение личностных конфликтов и противоречий. Познание развития личности связано с изучением его фундаментальных онтологических характеристик. Оно направлено на раскрытие наиболее общих закономерностей механизма личностного развития, ставит целью понимание смыслов личностного развития как способа существования человека.

1.2. Проблема личностного развития в зарубежной научно-психологической литературе

Феномен личностного развития раскрывается в научных трактатах и исследуется в различных зарубежных психологических концепциях. В данном исследовании данный феномен исследуется как: обретение целостности через самопознание (А. Адлер, З. Фрейд, К. Юнг), достижение самореализации (Ф. Перлз, К. Роджерс), понимание и реализация своих потребностей (А. Маслоу, Э. Фромм), осознание своих ценностей (В. Франкл), достижение самоидентификации (Э. Эриксон).

В различных психологических исследованиях набирает оборот изучение проблемы личностного развития. Исследуем взгляд на данную проблему с позиции основных психологических концепций и теорий.

1. В психодинамической теории, представителями которой являются А. Адлер, З. Фрейд, Э. Эриксон и К. Г. Юнг, личностное развитие рассматривается и исследуется как путь к познанию и осознанию самого себя, своих особенностей. Познание и самоосознание содержит направленность личности на достижение гармонии и обретение благополучия в личностном и профессиональном аспекте.

Одними из первых положений о особенностях развития личности раскрыты в научных работах З. Фрейда [166]. По мнению ученого человек по природе своей конфликтен. Конфликт состоит в столкновении между разнонаправленными тенденциями. В связи с этим может развиваться тревога, которая тормозит процесс познания и осознания самого себя. Тем самым, это может блокировать личностное развитие [65]. З. Фрейд подчеркивает, что процесс самопознания является главным стимулом выявления «на поверхность» вытесненных в подсознание проблем, тем самым способствуя высвобождению неосознанного для сознания тревожного напряжения. Осознание и нивелирование тревоги, а также сохранение баланса энергий сознательного и бессознательного является важным фактором личностного развития.

Исследованию личностного развития посвящены трактаты аналитической концепции К. Юнга. Имея расхождения в методологических позициях с З. Фрейдом, К. Юнг показал новое видение касаясь влияния детских пережитых событий на развитие самопознания [65]. Согласно ученому, достижение целостности является конечной целью жизнедеятельности человека. Индивидуально-неповторимое развитие в стремлении достижения целостности себя называется индивидуацией. Индивидуация включает в себя становление человека, владеющий своими уникальными особенностями и характеристиками. Согласно этому

индивидуацию можно рассматривать как «самостановление» или как «самоосуществление» [190].

Исследуя индивидуацию Ш. Бюлер солидаризируется с К. Юнгом в том, что индивидуация представляет собой не прекращаемый путь саморазвития и является динамичным процессом приобретения целостности [171]. Следствием достижения личностью индивидуации является самоосуществление, поскольку достижения данного этапа указывает на наличие у личности потенциала, высоких способностей и психологической зрелости [191]. Дополняя юнгианскую идею о самоосуществлении, Ш. Бюлер считает, что основная жизненная потребность человека характеризуется не саморазвитием, а самоосуществлением [181].

В своих исследованиях К. Юнг отмечает, что человек пребывает в постоянном динамичном состоянии исследования и поиска себя. Это позволяет личности приобретать ранее не развитые умения и осознанно сопоставлять собственные потребности и цели, чтобы достигать желаемых результатов. Идеи обретения целостности и гармонии личности также были объектом исследования гуманистической и экзистенциальной психологии.

А. Адлер в индивидуальном подходе исследует личностное развитие сквозь призму познания собственных намерений и направленностей. Ученый отмечает, что личности порой трудно осознавать самого себя и конструктивно достигать собственные цели по причине наличия иллюзорных представлений, побуждающие к компенсации чувства неполноценности. При условии выявления и осознания данных иллюзорных представлений, личность будет направлена на саморазвитие и личностный рост. По мнению А. Адлера личностный рост представляет собой тенденцию личности от самоцентрализации к социальному взаимодействию. Смысл личностного развития заключается в переходе от самоцентрализации к развитию в социальном обществе и стремлению приобрести оптимальное взаимодействия с другими людьми [5; 6; 196].

Э. Эриксона при исследовании проблемы личностного развития

человека обращает внимание на роль возрастного периода личности в выражении некоторых особенностей личности, которое может указывать на отдельные ее характеристики зрелости. Э. Эриксон в своих трудах исследовал целостность личности, указывая, что оно может быть ведущим свойством зрелости [187]. Ученый установил, что для того, чтобы раскрыть характеристики целостности необходимым является исследовать процесс функционирования человека в его развитии. В концепции развития Э. Эриксона становление личности рассматривается как переход от одного этапа к следующему. На каждом этапе происходят внутриличностные изменения человека и преобразования его отношения к самому себе, к окружающим, событиям и ситуациям. В итоге, человек приобретает новое или преобразованное старое [65]. При этом, новоприобретенное развивается на основе имеющихся особенностей и черт личности. Тем самым, это сохраняется в жизни личности и может способствовать саморазвитию и росту. Особое внимание Э. Эриксон уделяет самоидентичности, которая развивается и является проблемой в период ранней зрелости. Личностное развитие может происходить только с помощью сформировавшегося чувства идентичности. К тому же ученый определяет, что для зрелой личности, в частности в период ранней зрелости характерно направленность и потребность в личной близости и одновременно в дистанцированности. Направленность личности к самореализации предполагает автономность, самостоятельность и независимость, сопереживание и понимание себя и других [188].

Таким образом, психодинамическая концепция исследует проблему личностного развития с позиции глубинного и целостного аспекта. В частности, как путь к познанию себя, осознание собственных проявлений через рефлекссию, приобретение целостности и достижение гармонии, выявление индивидуальных тенденций проявления личностных проблем и познанию их истоков.

2. В центре гуманистической психологии (А. Маслоу, К. Роджерс)

находится личностное развитие индивида, связанное с направленностью к самореализации. А. Маслоу утверждал, что базисом универсальной науки о человеке должно стать изучение психически здоровой самоактуализирующейся личности. Ученый выделяет самую высокую потребность человека – потребность в самоактуализации (в реализации своих способностей и талантов, творческих потенций, «воплощение» себя), которая связана с «поиском ценностей». Нахождение ценностей способствует открытию личностью своего истинного «Я» и реальности как таковой [98].

А. Маслоу рассматривает самоактуализацию сквозь призму направленности личности к реализации, используя собственные способности и особенности [97]. Многие представители гуманистического подхода определяют, что основная роль в процессах личностного развития отводится неосознанному (подсознательному) стремлению к самоактуализации и развитию. Ученый подчеркивает, что самоактуализация трактуется как возможность человека быть собой, с учетом своих желаний, способностей и возможностей. Тем самым, человек ощущает внутреннюю свободу и принятие, уважение к себе и со стороны других [97].

К. Роджерс раскрыл идею о направленности человека на реализацию и развитие с точки зрения раскрытия собственного потенциала, совершенствование и поддержание способностей. В своем подходе ученый сделал акцент о природной тенденции личности к достижению и совершенствованию. Эта тенденция заключается в безусловной направленности человека к зрелости, развитию и реализации, совершенствуя себя и отношения [138]. Терапия рассматривается как освобождение клиента от внутренних отражений его собственного развития, самореализации. Акцент делается на эмоциональных аспектах, важным является осознание искаженных стремлений и эмоций, которые входят в задачи терапии, способствуя осознаемому выбору.

К. Роджерс к качествам саморазвивающейся личности относит следующие характеристики: открытость к переживаниям, доверие и свободное

движение в направлении актуализации себя. Согласно положениям К. Роджерса, направленность к самоактуализации зависит от способности осознания личности себя и своих особенностей. Личность способна достичь личностной зрелости при условии наличия внутренней свободы, умения понимать себя и прислушиваться к себе, готовности принять ответственность за собственные действия и принимать эффективные решения проблем и трудностей.

Отличие гуманистической концепции от психоаналитической заключается в направленности на изучение сущности и специфики личностного развития, ориентированный на обогащение своего потенциала и его развитие, способность применения потенциала и ресурсов на личностный рост и самореализацию. Определение сущности и особенностей личностного развития в гуманистическом направлении заключается прежде всего в осознании и принятии своих особенностей и мотивов, умение использовать свои способности, учитывая цели и потребности [65].

3. Сторонники экзистенциальной теории (Ф. Перлз, В. Франкл, Э. Фромм, Г. Олпорт) считают, что личностное развитие связано с психологической зрелостью. Ф. Перлз [120] в методе гештальттерапии проблему развития и роста человека исследует через понятие «здоровая личность». Здоровая личность способна объединять в себе желания, потребности и одновременно устремления и цели [65]. Ф. Перлз определял автономность как главный критерий личностного развития. Автономность проявляется в умении брать ответственность, правильно использовать свои ресурсы, находить поддержку и силы в себе. Э. Фромм рассматривает роль экзистенциальных потребностей на стремление и личностный рост человека. Степень удовлетворения этих потребностей влияет на вектор направленности личности к достижению роста и самосовершенствования [172].

В. Франкл описывает личностное развитие с позиции готовности человека к приобретению свободы и достижения самоопределения [164]. Ученый предложил идею о том, что благодаря осознанию и принятию самого

себя, а также реалистичному самовосприятию, личность способна занимать индивидуальную и адекватную позицию касательно различных событий и ситуаций, происходящие вокруг. Ученый обращал внимание на соотношенность цели и стремлений личности с ее потребностями, ценностями и личностными мотивами. Направленность на развития и самореализацию возможно осуществить при условии наличия определенной цели, если эта цель соотносится с общими жизненными задачами и ценностями личности [169].

Одна из наиболее полных концепций личностного развития принадлежит Г. Олпорту. Личностное развитие он рассматривал как непрерывный процесс достижения зрелости. Г. Олпорт в своей теории вводит понятие «проприум», которое трактуется как стремление к росту и развитию личности. Г. Олпорт в своей концепции выделяет несколько аспектов развития личности (термин автора – проприум): расширенное чувство Я, телесное Я, самоуважение, принятие и понимание себя, реалистическое восприятие, рациональное управление своим поведением [115].

Таким образом, понятие «личностное развитие» в экзистенциальном направлении связывается прежде всего со стремлением к самоосознанию, познанию личностных ресурсов, возможностей и потребностей, обуславливающих личностный рост. При этом главным условием самореализации является достижение чувства безопасности, нивелирование тревоги, снижение уровня апатичного и деструктивного состояния, порождающие дезадаптивные формы поведения личности.

Представленные психологические концепции позволили в полной мере рассмотреть проблему развития личности, как динамический и постоянно направленный процесс на удовлетворение своих потребностей, целей, стремлений к самоутверждению и совершенствованию. Основными отличиями между представленными направлениями являются исследования факторов, влияющие на развитие личности: возрастные, психофизиологические, индивидуальные особенности). Психодинамическая концепция основной акцент делает на возрастные психологические

особенности личности, внутренние потребности, влияние пережитых событий прошлого на процесс познания, осознания, рефлексии, ощущение целостности, гармонии и т.д. В гуманистической психологии исследования личностного развития главная роль отводится мотивации, направленности личности к самоутверждению, признанию себя и своего места в жизни. Роль ценностей и потребностей личности также отражено в исследованиях экзистенциального направления. Изучение психологических концепций по проблеме личностного развития позволяет предполагать, что основой жизни взрослой личности – это обретение психологической зрелости, способствующая реализации в личностной и профессиональной сфере.

1.3. Проблема личностного развития в отечественной психологии

В процессе изучения и анализа научных трудов, посвященных проблеме личностного развития в отечественной психологической науке, следует выделить следующие основные подходы: субъектно-деятельностный (С.Л. Рубинштейн [140, 141], А.Н. Леонтьев [88]), целостно-системный (Б.Г. Ананьев [10], А.В. Петровский [121]) и культурно-исторический (А.Г. Асмолов [16, 17], Л.С. Выготский [39 – 41]) и т.д. При исследовании проблемы личностного развития с позиции данных подходов определены основные рубрики проблемного поля изучения проблемы.

1. Личностное развитие как процесс социальных взаимоотношений

В процессе жизнедеятельности личности отношения включены в систему развития, роста и формирования особенностей, характеристик и направленности личности. Отношения проявляются в разнообразных формах: во взаимных действиях, ситуациях, взаимовлиянии, общении, профессиональной деятельности и т.д. Ключевым является то, что в данной системе личность и общество являются неотъемлемыми компонентами развития в целом.

А.Ф. Лазурский как основоположник психологии отношений отмечал, что системным и структурирующим фактором развития личности является отношение. Ученый разделял проявления личности на эндопсихику и экзопсихику. Эндопсихика представляет целостность психологических особенностей и функций, которые являются взаимосвязанными и взаимозависимыми. Экзопсихика формируется отношением личности к внешним проявлениям. Эти два неотделимые и взаимовлияющие рода определяют условия для личностного развития и функционирования личности.

Ученик А.Ф. Лазурского В.Н. Мясищев дополнил концепцию отношений, определяя систему общественных отношений как аспект влияния на развитие субъективного отношения личности к себе, социуму и собственным действиям. Ученый акцентировал внимание на то, что деятельность личности сама по себе не оказывает влияния на формирование психических компонентов личности – при условии, если эта деятельность не включена в отношения, которые актуализируют и подкрепляют процесс деятельности. Проблемы в отношениях могут влиять на личность негативно и формировать трудности, а также барьеры в ее развитии. Оптимальные отношения способствуют благоприятному развитию человека в процессе его взаимодействия с социумом [109]. В.Н. Мясищев характеризовал личность как «высшее интегральное понятие», которое проявляется как система отношений человека к окружающей действительности, где могут обнаружиться противоречивые проявления личности.

Б.Ф. Ломов также обращал внимание на целостность системы «индивид-общество». По мнению ученого, все составляющие личности (направленность, мотивы, установки и т.д.) могут изменяться в зависимости от отношения личности на социальные отношения. Особенности взаимодействия системы социальных отношений и личности происходит путем социализации и индивидуализации личности. Личностное развитие зависит от процесса взаимоотношений личности с окружающими,

проявляющихся в общении, потребности в деятельности и т.д. [92]. Таким образом, формируются и устанавливаются жизненные цели личности, рост и психологическая зрелость. Б.Ф. Ломов указывал на отражение субъективных отношений. Речь идет о субъективной позиции личности к происходящим событиям и процессам, которые затрагивают интересы и ценности личности.

Как продукт внутренне противоречивого процесса развития, зависящего от влияния наследственности, среды, обучения, воспитания, собственной практической деятельности, рассматривал личность Б.Г. Ананьев [10]. Согласно его теории, структура личности раскрывается с трех ракурсов: онтогенетической эволюции психологических и физиологических функций, развитие и функционирование человека как субъекта труда, познания и общения, жизнедеятельности или истории развития. Б.Г. Ананьев исследовал особенности личности в целостном аспекте. Целостность ученый исследовал как основное условие для достижения самореализации. Б.Г. Ананьев раскрыл необходимые характеристики, которые находятся в тесной взаимосвязи, а именно: индивид, индивидуальность, субъект, личность. Он придерживался положения, что необходимым является исследование в комплексе направленности, потребности, мотивации, статуса личности и ее отношений. Это обуславливает деятельность и поведение личности, влияющее на комплексное ее развитие в личностном и профессиональном аспекте.

Таким образом, необходимой составляющей личностного развития человека выступает субъективное отношение, формирование которого обусловлено совместной деятельностью. Тем самым, переходим к следующей рубрике, раскрывающей проблему личностного развития сквозь призму деятельностного подхода.

2. Деятельность как фактор личностного развития

Представители субъектно-деятельностного подхода (К.А. Абульханова-Славская [2, 3], А.В. Брушлинский [32],

С.Л. Рубинштейн [140, 141]) являются одними из первых исследователей в отечественной психологии, кто серьезно затронул проблему развития личности. Согласно С.Л. Рубинштейну, развития взаимосвязано с деятельностью [141]. Деятельность в данном аспекте понимается как самостоятельный и творческий процесс, а субъектность отражает личность сквозь активность, направленность, цели, мотивы и установки в процессе деятельности. С.Л. Рубинштейн отмечает, что развитие не является отдельной целью. Определяя новые цели в процессе деятельности, личность развивается. Ученый указывал, что личность подлинно развивается в случае активной творческой деятельности [140, с. 221].

Позиция С.Л. Рубинштейна позднее раскрылась в идее детерминизма «внешнее через внутреннее», уточняя взаимосвязь самостоятельной деятельности личности при взаимодействии с внешней средой. Ученый выдвинул идею индетерминизма, описывая, что внешние условия актуализируются и воздействуют на личность благодаря внутренним условиям, которые представляют собой основу для развития личности [141]. Тем самым, личность развивается в процессе изменения внешних условий, влияние которых также меняется.

Позднее ученый указывает, что индетерминизм напрямую связан с развитием личности. Движущие силы развития выступают внутренними условиями развития человека, в то время как внешние условия являются как обстоятельствами, которые влияют на реализацию личности [141]. Данная позиция раскрывает роль личностного развития в процессе жизненного пути личности, его особенности, потребности, мотивы и качества, влияющие на рост и саморазвитие [182].

Раскроем основные исследовательские вопросы субъектно-деятельностного подхода:

- 1) Изучение проблемы сущности личности, раскрываемое как способность к личностному развитию [182]. Личность характеризует осознание человека, которому способствует рефлексия. Это влияет на

проявление активности и стремление в процессе деятельности [76]. В рамках нашего исследования мы поддерживаем данный тезис, поскольку направленность личности ориентирована на преобразование и изменение себя. Согласно субъектно-деятельностному подходу, личности имманентно присуща способность к развитию [31].

В современных научных работах, посвященных становлению личности профессионала, указывается на личностное развитие как необходимое условие профессионального роста. В своих исследованиях Л.С. Глуханюк [45] исследует личностное развитие как главный и необходимый показатель достижений и успеха реализации в профессиональном аспекте у педагогов [44].

2) В контексте исследования личностного развития и его сущности, акцент делается на изучение проблемы развития личности в двух ракурсах [106]:

- жизненных этапах развития и становления человека, возрастных его особенностях, факторах поддержания, индивидуальных и культурно-исторических аспектах развития человека как личности (Л.А. Головей, В.Т. Кудрявцев, А.К. Осницкий, В.А. Петровский, В.И. Слободчиков и др.);

- изучение личности как самоорганизующее и управляющее своей активностью в направлении качественного роста и развития. Два данных акцента раскрывают взаимодействие и взаимовлияние друг на друга, тем самым человек реализуется в процессе личностного развития.

В субъектном подходе, изучая проблему развития личности, выделяют две главные идеи: 1) по механизму развитие представляет собой развитие личности, поскольку оно – самодетерминировано; 2) по направлению развитие является самосовершенствованием, развитием своего потенциала и способностей. По этому поводу Л.И. Анцыферова указывает, что личность представляет собой субъект собственного развития, непрерывно пребывающий в состоянии поиска и организации своей деятельности, учитывая свои способности и устремления [13, с. 5] В иной ситуации,

согласно В.А. Петровскому [122, с. 73], наступает процесс завершения развития личности.

В концепции самодетерминации развития В.Г. Асеев выдвигает предположение, что личность может достичь самореализации. С целью достижения самореализации для личности первостепенно важно пройти процесс воспитания, который детерминирован не внутренней направленностью личности, а внешними факторами, которые могут ею не осознаваться [15]. Исследователь под личностным развитием подразумевает такую деятельность, направленную на самостановление и, которая детерминирована внутренней направленностью личности и осуществляется осознанно. В.Г. Асеев определяет необходимые структурные компоненты деятельности личностного развития, способствующие движению. Первый компонент включает комплекс психологических особенностей: цели, потребности, мотивы, установки. Мотивация актуализирует деятельность, поддерживающую личностному развитию. Вторым компонентом деятельности личностного развития является наличие функциональных возможностей, необходимых для развития.

Сторонники субъектно-деятельностного подхода придерживаются идеи о том, что личностное развитие имеет социальную основу. Согласно их мнению, личность приобретает и осваивает знания и навыки в процессе деятельности (внешней или психологической). При этом деятельность имеет структурные составляющие – цель, мотив, объект, система действий. А.Н. Леонтьев отмечал, что мотивы являются основой деятельности личности в процессе ее развития. По мнению ученого, мотивы подразделены на два вида: мотивы-стимулы и смыслообразующие мотивы. Последний вид мотивов характеризуется системой «смысловые образования личности» [88].

Субъектный подход к исследованию личностного развития как развития в целом представлен позицией В.И. Слободчикова и Е.И. Исаева. Ученые указывают, что развитие личности протекает не только со стороны созревания человека (как биологического существа) и формирования (как

субъекта социума), а прежде всего – со стороны личностного развития [148]. Исследователи, утверждая принцип субъектности в развитии, отмечают, что в процессе жизнедеятельности происходит рост личностного развития.

Основной актуальной проблемой, исследуемой субъектным подходом, является проблема возраста. В данном контексте Г.А. Цукерман в своем исследовании ставит проблемный вопрос о том, в какой момент человек формируется как субъект собственного развития [178]. Данную проблему возможно раскрыть через два аспекта: 1) врожденность или приобретенность способности быть личностью; 2) возрастные особенности в становлении человека как личности (способность к личностному развитию). Данная концепция раскрывается и уточняется в целом ряде работ (В.Т. Кудрявцев, Г.К. Уразалиева, Л.В. Алексеева, А.А. Гудзовская и др.). В процессе развития могут видоизменяться и дополняться характеристики личности, учитывая внешние условия и факторы [181].

Исследования ученых, представленные выше, раскрывают тот факт, что ребенок уже в раннем детстве способен проявить активность, самостоятельность и ответственность, согласно своим возможностям [178]. Иными словами, все те качества и характеристики, которые указывают на личностное развитие. Ученые, работающие в русле субъектного подхода, обращают внимание на сензитивность каждого возрастного этапа, влияющую на формирование субъектности. Особенности сензитивного периода на кризисных этапах заключается в влиянии чувствительности на различные внешние воздействия. Это влияет на преобразование уровня развития субъектности.

Многие ученые придерживаются позиции, согласно которой уже в подростковом возрасте человек проявляет себя как субъект личностного развития. Согласно этому, необходимым является исследовать этапы становления человека как субъекта развития, а также определить критерии, указывающие на уровень субъектности. В работах В.И. Слободчикова, Е.И. Исаева, Г.А. Цукерман предлагается пути реализации поставленных

задач. Ученые под личностным развитием понимают осознанное изменение и стремление к сохранности собственной субъектности. В данном контексте исследователи определяют сознательность как главный критерий субъектности [149].

Затрагивая подростковый возраст и этапах становления субъектности, исследователи указывают, что отправной точкой в данном процессе является отрочество. Согласно возрастной периодизации В.И. Слободчикова, в данном возрасте происходит развитие осознанности собственного «Я» (осознание собственного поведения, намерений и эмоциональных состояний) [149]. В подростковом возрасте происходит трансформация в самосознании личности. Подросток приобретает новую направленность, нацеленность на творчество и созидание [178]. Актуализация способности к личностному развитию не является завершенным актом развития. На этапе персонализации подросток обнаруживает, осознает свою субъектность и может ею управлять. В первых проявлениях личностного развития в подростковом возрасте раскрывается стратегия непрерывного личностного развития на протяжении всей жизнедеятельности человека [149].

Дополняя мнения исследователей, можно утверждать, что осознание самого себя протекает на протяжении всего жизненного цикла человека. Началом развития личности можно считать тот период, когда человек способен взаимодействовать с окружающим миром, познавать и осознавать собственные действия, поведение, причинно-следственные связи. Вышеперечисленные характеристики и способности личности начинают проявляться уже в раннем детстве. Таким образом, высокой степенью личностного развития человека можно считать способность к проявлению себя как самостоятельной и ответственной за свои действия личности, устремленной к реализации способностей в деятельности.

Обратимся к типологическому подходу, реализуемому в исследованиях К.А. Абульхановой-Славской [3]. Согласно положениям, декларируемые подходом, личностное развитие рассматривается как вид

жизненных стратегий личности. На протяжении своей жизнедеятельности личность имеет возможность сделать выбор среди жизненных стратегий. Согласно автору, жизненные стратегии представляют собой «движение, изменение и развитие», которые влияют на творческий потенциал личности и на выбор собственной стратегии самосовершенствования [3]. Исследователь видит схожесть понятий «развитие» и «самосовершенствование» в том, что оба процесса ориентированы на совершенствование определенных личностных особенностей и свойств [2, с. 285].

Таким образом, в русле субъектно-деятельностного подхода категория личностного развития определяется как непрерывное формирование себя, самоосуществление и самотворчество. В субъектном подходе существует единая позиция, согласно которой в процессе жизнедеятельности человека его развитие ступенчато переходит в саморазвитие благодаря самопознанию и самоуправлению. Тем самым, личность становится субъектом развития. Согласно субъектному подходу личностное развитие представляет собой, как сам процесс становления личности, так и как цель этого процесса.

3. Личностное развитие как результат целостности внутренних и внешних воздействий

Основоположник культурно-исторической концепции Л.С. Выготский исследует личностное развитие как результат приобретения социального опыта. Ученый указывал, что такой опыт актуализируется в процессе интериоризации (переработанный опыт, переходящий внутрь), а затем происходит раскрытие уже вовне (экстериоризация). Тем самым личность формирует себя через освоение исторически сложившихся форм социальной деятельности и выражает собственные процессы (чувства, отношения, устремления) социальному миру [40].

Л.С. Выготский подчеркивал, что развитие личности является неотъемлемым и зависит от общественных отношений личности со средой. Речь идет о том, что личностное развитие происходит через присвоение

культурно-исторически выработанных форм и способов деятельности. Здесь движущей силой личностного развития человека выступает обучение. В данном контексте обучение предполагает социализацию личности, которая осуществляется в определенных социальных условиях близкого окружения и политических, социокультурных, этносоциальных условиях. Л.С. Выготский подчеркивал, что в процессе жизненного пути у личности возникают социальные ситуации взаимодействия с другими людьми и выстраиваются определенные отношения личности и социальной среды.

Ученый подтвердил, что психические процессы личности развиваются на основе социальных межличностных процессов. Так, опосредование высших психических процессов осуществляется в знаковой форме, что в свою очередь используется в коммуникации с окружающими и потом становится внутренним «достоянием» личности. Таким образом осуществляется культурное развитие, которое является основным условием личностного развития.

Методологическая позиция Л.С. Выготского в дальнейшем раскрывалась в теоретических идеях его последователей. Раскроем некоторые идеи.

1. Л.И. Божович в своем исследовании доказывает, что личностное развитие ориентировано на приобретение психологической зрелости. Человек становится личностью в том случае, если способен управлять собственными действиями и происходящими обстоятельствами жизни, упреждать их и изменять согласно своим целям. Исследователь указывает, что готовность личности к приобретению независимости и самостоятельности, несмотря на различные ситуации и обстоятельства [28]. Продолжая идеи Л.С. Выготского, Л.И. Божович акцентировала внимание на том, что внутренние психологические особенности личности (новообразования) преобразуются через опосредованные культурные знакомые системы в процессе деятельности и взаимодействия с другими людьми [27].

2. Концепция А.Г. Асмолова основывается на исследовании личности как структуры социальных ролей. Личность в процессе деятельности обладает возможностью перейти от режима потребления в режим созидания, тем самым преобразовать свою жизнедеятельность в построение социально желаемой программы [16]. А.Г. Асмолов называл социально-исторический образ жизни и совместной деятельности главными детерминантами развития целостной личности в системе общественных связей.

3. Д.А. Леонтьев представил модель дифференциации «пассивной» культуры и «активной» культуры. «Пассивную» ученый сравнивает с массовой культурой, направленной на принцип удовольствия с условием минимального применения усилий [90]. «Активная» культура направлена на разрешение и преодоление трудных механизмов деятельности, и основным ее ориентиром является поддержка направленности личности на развитие.

Л.С. Выготский в разработанной им концептуальной системе раскрывает вопрос о том какую роль играет культура в решении проблем личностного развития, что дает возможность разделить механизмы развития культуры и личностного развития. Культура представляет собой воплощенное стремление человека к управлению самим собой и миром в целом. Процесс жизнедеятельности личности представлен как переход от развития человека как индивида к личностному развитию [16]. Л.С. Выготский исследует личностное развитие сквозь призму системообразования культурного средства, благодаря которому человек способен трансформировать и наполнять внешнюю и внутреннюю среду. Таким образом, личностное развитие индивида представлено как процесс самопреобразования и способ самоусовершенствования.

В контексте нашего исследования мы солидаризируемся с Н.Н. Толстых в том, что личностное развитие можно трактовать как становление субъектности личности на каждом возрастном этапе, согласно проявления особенностей в том или ином периоде [157]. В научном исследовании Г.Г. Кравцова развитие личности представлено как

саморефлексия и согласованность с психологической реальностью. При таких условиях личность способна развиваться через поэтапное формирование новообразований, главенствующие из них связано с волевой сферой личности. На этом основании Е.Л. Доценко [54] раскрывает основные направления личностного развития: целевое применения средств саморегулирования; формирование устойчивых личностных особенностей (сформировавшиеся ценности, цели, принципы); способность отрефлексировать и осознать причину возникновения своих субъективных переживаний и действий.

Личность претерпевает многочисленные трудности и следует определенным условиям в процессе становления. При этих условиях личность стремится самореализоваться и развиваться [68, с. 20]. В итоге личностное развитие является результатом достижения индивидуализированного уровня функционирования. При этом личность имеет возможность реализовываться благодаря целенаправленной деятельности. Становление личности наступает с момента начала внутренней индивидуальной работы [73].

Б.Д. Эльконин указывает, что развитие само по себе является соотношением реальной и идеальной форм [183]. Под идеальной формой он подразумевает результат длительной работы совершенствования личности самой себя. Субъектный характер развития заключается в том, что только личность обладает возможностью создать или приблизиться к идеализации себя. Формирование субъектности возможно в случае совокупности естественного развития личности и влияния на нее культуры.

В период своего развития ребенок взаимодействует со взрослым, тем самым взрослый передает (транслирует) определенные формы культуры. Через взаимодействие со взрослым, ребенок способен приобретать эти формы и приобщается к культурным средствам, которые обладают как ценностной, так и инструментальной функцией. В данном контексте Е.Е. Сапогова [144] отмечает, что данными культурными средствами

являются знаковые системы и символы, оказывающие влияние на развитие культурного поведения личности и способы самопознания и осознания.

Культурно-историческая концепция позволяет углубленно раскрыть проблему личностного развития с позиции социокультурного развития личности. Личностное развитие человека характеризует его способность управлять и организовывать самого себя, личность реализуется благодаря развитию собственного потенциала.

Анализ исследований личностного развития в отечественной психологии дает возможность сделать вывод о понимании этого развития как части динамического изменения психологической реальности, направленного на осознание места и функций развития личности в целостном процессе жизнедеятельности человека. Одной из задач отечественной психологической науки является исследование тех психологических феноменов, которые могут предопределять формирование и становление личностного развития как стратегии жизни личности.

1.4. Личностное развитие в ранней взрослости

Каждый возрастной этап характеризуется определенными изменениями в психическом развитии. Возрастная периодизация характеризует определенную систему требований, которые представляются социумом и включает социальные и психологические параметры человека на конкретном жизненном этапе. Возраст определяется как «объективная, культурно-историческая изменчивая характеристика и стадия развития индивида в оттогенезе» [29, с. 78]; «определенный, ограниченный относительно хронологическими границами период в физическом и психическом развитии человека» [130, с. 53].

Период ранней взрослости в психологических исследованиях характеризуется неоднозначно. При анализе психологической литературы обнаружены неопределенные хронологические рамки данного периода.

Большинство ученых (Б.Г. Ананьев, К.А. Абульханова-Славская, Б.Ф. Ломов) акцентировали внимание на факты неоднозначности возрастной периодизации. По мнению Б.Г. Ананьева, это может быть связано с неравномерностью и гетерохронностью развития личности [10]. Ученый, исследуя различные концепции и теории по проблеме периода взрослости, раскрыл, что возрастные границы данного этапа устанавливаются многообразными психофизиологическими причинами. Периодизация взрослости обусловлена многими социальными, этническими, экономическими и биологическими условиями, в которых развивается личность. Солидаризирующую позицию обнаруживаем в исследованиях А.А. Реана, который подтверждает, что объективные показатели зрелости человека устанавливаются социальными условиями, образовательным уровнем и профессиональной сферой [137]. По мнению К.А. Абульхановой-Славской жизненный путь человека подчинен возрастным этапам и индивидуальным изменениям [3].

Процесс перехода от одного возрастного этапа к другому предполагает преобразование компонентов конкретного возраста, образуя различные конфликты. Период ранней взрослости для очень многих молодых людей захватывает годы обучения в высших учебных организациях. Выбор для нашего исследования именно данного возрастного периода определяется наличием противоречивых тенденций, характерных именно для этого возраста. Ранняя взрослость характеризуется попытками ориентации в своем будущем и в себе самом как в личностном, так и в профессиональном аспектах. Во многих психологических исследованиях период ранней взрослости определяется как молодость или юность. В своем исследовании мы остановились на определении данного периода как ранней взрослости. Начало этого периода определяют по-разному: от 18 – 20 лет (В.Ф. Моргун, В.И. Слободчиков), от 30 – 40 лет (Г. Крайг), от 20 – 30 лет (А.В. Толстых), от 20 – 25 лет (Б.Г. Ананьев, Д. Бромли, Л.С. Выготский, Э. Эриксон). В научном исследовании системного описания онтогенеза индивида В.А. Ганзен и

Л.А. Головей раскрывают период ранней взрослости, возрастные границы которого устанавливаются в промежутке от 19 до 21 года. Ученые А.И. Ушатиков и Б.Б. Казак разделяют данный период на два этапа – с 18 – 25 лет и с 26 – 30 лет. Точно определить границы стадий развития взрослого человека довольно сложно [160]. Нечеткие возрастные границы ранней взрослости обусловлены изменяющимися условиями взаимодействия человека с социумом и с индивидуальными особенностями развития личности.

Раннюю взрослость в своих исследованиях Л.С. Выготский определяет, как этап самоопределения. Период ранней взрослости характеризуется социальными взаимоотношениями: поиск партнера, отношения с другими людьми, установление связи и взаимодействие с социальной группой [40]. У личности на данном этапе могут возникать трудности выбора и самоопределения. В таком случае человек склонен к изолированию, замкнутости, обособленности от окружающих людей, отсутствием интереса понимать и взаимодействовать с другими. Данный период комбинирует одновременно вхождение человека в активную личную жизнь, а также становление в профессиональном аспекте.

Схожую позицию занимает Ш. Бюлер, которая характеризует период ранней взрослости как этап самоопределения человека, который достиг состояния самоосознания, познания своего места в жизни и в обществе. Личность осознает свои потребности и способна сочетать их с собственными возможностями и целями. Человек в данный этап своей жизни обладает умением выстраивать личные стратегии поведения в зависимости от различных жизненных обстоятельств. Ш. Бюлер обращает внимание на то, что у личности в данном возрасте меняются цели и это зависит от намерений человека. Автор уточняет, что именно в период взрослости осуществляется четкая постановка целей, которая приводит к определенным результатам в личной жизни человека и в его профессиональной сфере. Стоит также отметить, что периоду характерны противоречивые проявления, обусловленные сменой прежнего уклада жизни (уход из родительской семьи,

установление личных и профессиональных отношений, определение себя к определенной социальной группе) [4]. Период самоопределения в данном возрасте указывают исследования В.Ф. Моргуна. Основное психологическое содержание этапа состоит в переходе от зависимости от родителей к самостоятельности и ответственности за самого себя, свои действия, отношения, выбор [105].

Помимо социальных отношений личность познает свою идентичность одновременно в познании и взаимодействии с обществом, которое ее окружает; приобретается ощущение близости с отдельным кругом окружающих людей и формируется готовность на эту близость. Именно в этот период личность претерпевает кризис идентичности. Развитие или замедление идентичности личности обуславливает дальнейшее формирование особенностей личности. Э. Эриксон характеризует данный период как переход к самостоятельным решениям проблем и жизненных задач личности на основе сформированной идентичности. Одной из таких задач является поиск партнера. Главной задачей для личности, по мнению, Э. Эриксона является приобретение самоидентичности и одновременно близости с другими людьми. Достижение психологической зрелости обусловлено развитостью у личности самоидентичности и принятием индивидуальности другого человека, с учетом их интересов и особенностей, при этом не теряя свою индивидуальность [188].

Э. Эриксон отмечает, что личность, имеющая идентичность проявляет доверие к окружающим, стремится к близости и общению с другими людьми. Личность, не обладающая самоидентичностью склонна к избеганию отношений и изолированности от окружающих [188]. Нормой развития является генеративность и достижение близости, а именно понимание и доверие к людям.

Д. Вайлант солидаризируясь с идеями Э. Эриксона относительно периода взрослости, дополнил свое мнение по этому поводу. Автор высказал точку зрения, что до начала установления близости происходит период личностного внутреннего бездействия. Речь идет о этапе развития человека в

профессиональной деятельности: насколько сосредоточен в обучении, развивает профессиональный навык и укрепляет профессиональный статус. В случае достижений в карьере – человек готов к генеративности и близости.

В.И. Слободчиков относил период ранней взрослости к духовному развитию личности. В данном периоде, по мнению ученого, характерно становление мировоззрения, формирование личной позиции, изменение окружения, отнесение себя к определенной социальной группе, переформирование личных качеств [147]. А.В. Толстых указывает, что данный период очень важен для личности, поскольку происходит переоценка своего мировоззрения, поступков и отношений с окружающими людьми [155].

Период ранней взрослости характеризует Р. Хэвигхерст как этап приобретения того, что развивалось на протяжении предыдущих этапов развития человека. Результат достижения определенного уровня зрелости подчинен результатам достижений предыдущего возрастного периода [131]. Ученый считает, что личность в период ранней взрослости определяет для себя установление личных отношений, поиск партнера для создания семьи, профессиональное становление, установление контактов с определенной социальной группой и т.д.

Б.Г. Ананьев определяет этот период как достижение зрелости. Он рекомендовал сопоставлять понятия «взрослость» и «зрелость». Взрослость олицетворяет определенный этап личностного развития человека, а зрелость является качеством развития. Благодаря исследованиям Б.Г. Ананьева определено, что все индивидуальные показатели развития человека находятся в динамическом состоянии. У взрослой личности психические функции пребывают в постоянном изменении и нагрузке. Это способствует высокофункциональному развитию личности в дальнейших возрастных периодах. Развитие личности, по мнению Б.Г. Ананьева, в период ранней взрослости протекает в процессе трудовой деятельности и реализуется в интеллектуальной зрелости. Ученый определяет основные характеристики периода зрелости, а именно: у человека устанавливается социальное и

карьерное самоопределение, осуществляется построение профессиональной карьеры и создается семья [10].

А.А. Бодалев исследуя проблему зрелости выявил основные особенности зрелого человека. К этим особенностям относятся способности ориентироваться в ситуациях, уметь их контролировать и предотвращать негативный ход определенных событий; обладать личностными стратегиями поведения, позволяющие субординироваться в окружающей действительности [26]. Начиная с ранней взрослости личность способна управлять самосознанием, развивается саморефлексия, обладает умением пользоваться собственным опытом с целью дальнейшей структурной организации жизнедеятельности. В центре внимания становится познание и решение жизненных задач. Благодаря самопознанию у человека появляется возможность направлять свою жизнь в необходимый ему вектор.

Ученые Р. Гаулда и Д. Левинсон отмечали, что в период ранней взрослости человек осознает в полной мере самого себя как зрелую личность, имеющая определенные обязанности и права. Человек имеет представление о будущей жизни, о личностных и профессиональных притязаниях [23].

Главной задачей периода ранней взрослости является приобретение психологической зрелости, отражающая способность личности к самостоятельности, ответственности, контролю и пониманию своего эмоционального состояния и поведения, независимости, самоорганизации и т.д. На момент данного периода у личности дифференцированы интересы, способности, сформирована личностная направленность, система ценностей, Я-концепция. Помимо этого, человек на данном этапе в большей степени ориентирован на саморазвитие, личностный рост, обозначаются профессиональные намерения [131, 205].

Теоретический анализ проблемы личностного развития в период ранней взрослости позволяет определить важность социальной ситуации развития. На каждом возрастном этапе социальная ситуация развития выполняет немаловажную задачу для комплексного развития личности. Социальная

ситуация развития представляет особенности функционирования личности с окружающими ее людьми и действительности в целом; включает систему отношений и взаимодействия на различных уровнях. А.Н. Леонтьев рассматривал социальную ситуацию развития в качестве главного условия личностного развития [88].

Период ранней взрослости характеризуется внутренней конфликтностью. Конфликтность проявляется в том, что человек включается в новую систему социальных отношений и уровнем личной готовности к осуществлению этой системы отношений. С одной стороны, человек ориентирован на создание своего будущего: осуществление первых шагов в профессиональной деятельности, определение перспективных жизненных целей. С другой стороны, возникает направленность на приобщение к обществу, налаживание новых межличностных отношений (в том числе профессиональных), установление близких отношений с целью создания семьи. Помимо этого, от личности ожидается принятие ответственности и зрелых решений жизненных задач.

Тем самым, социальная ситуация развития в ранней взрослости потенциально включает противоречивость между потребностью личности войти в новую для него систему социальных отношений и уровнем его личной готовности к принятию и включению в эти отношения. Благоприятное разрешение такой противоречивости произойдет при условии наличия у человека личностного ресурса и если он имеет направленность на личностное развитие. Это способствует благополучному решению жизненных задач, согласно возрастному периоду человека [38].

Э. Эриксон исследовал в данном периоде наличие противоречия, состоящее между направленностью на взаимодействие с окружающими и одновременно изолированность от взаимоотношений и общения с людьми. Отсутствие направленности и стремления устанавливать отношения с другими людьми и центрация на себя может повлечь социальное изолирование.

А.И Ушатиков и Б.Б. Казак в своих работах исследуют данный период как этап правильного восприятия реальности и оценки своих действий. Авторы отмечают, что в этом возрасте происходит стремительное развитие личности, которое сопровождается внутренней конфликтностью. У человека преобразовываются цели и направленность. При этом, в виду ограниченности опыта, могут происходить не соответствия ожиданиям и реальности происходящего, что усугубляет процесс познания и осознания самого себя [78, 160].

Таким образом период ранней взрослости обусловлен следующими противоречиями:

1. Приобщение к обществу и одновременно индивидуализироваться.
2. Противоречия, связанные с желанием к независимости и свободе и одновременно с трудностями вхождения в самостоятельную жизнь.
3. Трудности в способах самоутверждения в обществе.
4. Стремление к профессиональному самоутверждению и одновременно трудности в выборе пути реализации в профессии.

Личностное развитие в период ранней взрослости связано с уровнем осознанной готовностью личности к изменению социального статуса, самоосознания себя, своих перспектив, потенциала, возможностей. Такие изменения зависят от системы ценностей, личностных отношений, активности личности, независимости и самостоятельности, а также направленности на взаимодействие с социумом. Данный период характеризуется определенной особенностью – амбивалентностью (конфликтностью). Такая конфликтность обусловлена переходом во взрослую жизнь, где происходит приобретение самостоятельности, ответственности, обустройство личной жизни и становление в профессиональной деятельности.

Выводы по Главе 1

В первой главе диссертационного исследования раскрыт философско-психологический взгляд на проблему личностного развития. Проведен анализ

понятия «личностное развитие» с позиции раскрытия близких ему категорий. Данный анализ позволил определить личностное развитие как внутреннюю направленность на реализацию своих способностей в процессе деятельности. Выявлено, что необходимой предпосылкой личностного развития является влияние внутренних противоречий, которые выступают как необходимый и движущий процесс развития личности. Познание личностного развития осуществляется с помощью философии и психологии. Сущность личностного развития исследуется в философских исследованиях, которые раскрывают данную проблему как самоформирование через решение противоречий, в процессе деятельности и согласованности с внешним миром. При этом уточняется, что личностное развитие не является завершенным процессом, поскольку в процессе собственного развития и становления личность познает смысл существования и решения различных внутренних противоречий, влияющие на процесс самореализации.

Проблема личностного развития человека раскрывается в многочисленных зарубежных концепциях. Личностное развитие исследуется как направленность на самоанализ и осознание самого себя, потребность и тенденция двигаться к самоактуализации, способность к обеспечению внутренней свободы и самоопределению целей. В процессе анализа также выявлена значимость внешних условий и факторов на успешность личностного развития.

Анализ отечественных психологических концепций позволил выделить основные подходы к исследованию развития личности: субъектно-деятельностный и культурно-исторический, которые в работе раскрыты через обозначенные рубрики: система отношений, деятельность и среда. Субъектно-деятельностный подход определяет взаимосвязь деятельности и устремлений личности при взаимодействии с внешней средой, уточняя, что это открывает перспективу к самосовершенствованию. Обращается внимание на роль возрастного периода личности, на его развитие и реализацию. Выявлено, что на процесс личностного развития влияют культурный, биологический и

индивидуально-личностный факторы становления человека. В культурно-исторической концепции личностное развитие раскрывается как самодвижение, направляемое внутренними мотивами. Акцент ставится на культурном аспекте развития личности как преобразовательного и регулирующего действия по овладению собственным поведением. Представляется целесообразным рассматривать личностное развитие не как стремление или конечную цель, а как непрерывный процесс создания себя благодаря специально направленной деятельности.

Исследован и раскрыт период ранней взрослости в позиции различных ученых. Описаны основные характеристики данного периода: дифференциация способностей и целей личности, направленность на саморазвитие, налаживание взаимоотношений с другими людьми и становление себя в профессиональной сфере. Период ранней взрослости отмечен противоречивыми тенденциями в области идентичности, представлений и притязаний в отношении будущего и социальных отношений.

Глава 2. Методологические основы исследования внутренних конфликтов в процессе личностного развития в ранней взрослости

2.1. Методологические предпосылки исследования внутренних конфликтов личности

Теоретические результаты анализа первого раздела позволили раскрыть личностное развитие как стремление человека к самопознанию и самореализации. Данный аспект непосредственно связан с пониманием психики социально адаптированных людей, которые нуждаются в диагностико-развивающей работе, направленной на катализацию личностного роста и потенциала.

Данное диссертационное исследование выполнено в аспекте психодинамической методологии на основе групповой глубинно-ориентированной практики. Основой такой практики является метод активного социально-психологического познания, разработанный профессором Т.С. Яценко. На основе данной психодинамической методологии разработан метод осознания внутренних конфликтов, который дополняет практические основы метода активного социально-психологического познания.

Предлагаемый нами метод осознания внутренних конфликтов синтезирует в себе несколько подходов: *психоаналитическую теорию* З. Фрейда (внимание направлено на познание психики в логической и системной упорядоченности сознательной и бессознательной сфер; к статике и динамике психических процессов; к амбивалентности чувств; исследование внутреннего стабилизированного конфликта «Я»), *гуманистическую концепцию* К. Роджерса (в центре внимания оказывается фактор взаимной эмпатии, с помощью которого происходит снижение сопротивления, однако не может выступать инструментом проникновения в бессознательное по причине его амбивалентности и противоречивости; понимание личностного

потенциала человека), *экзистенциальную теорию* А. Маслоу (ориентация на жизнеутверждающую позицию и неповторимость собственной личности), *гештальт-подход* Ф. Перлза (рассматривается целостность познания психики в ее эмоциональных, когнитивных и поведенческих аспектах; ориентация на исследование травмирующего опыта через его чувственного возобновления в поведении, выявление первопричин пережитого опыта и повторяющихся ситуаций).

В теоретическую основу исследования вошли идеи психодинамической концепции Т.С. Яценко. Психодинамическая теория направлена на исследование целостности психики личности, и трактует, что в любом акте поведения личности присутствует как сознательное, так и бессознательное в противоречивости их тенденций. В этой теории исследовательский интерес направлен на познание бессознательного, которое связано с защитными механизмами вытеснения и сопротивления. Познавательный процесс в психодинамическом формате ориентируется на целостность познания психики (сознательное / бессознательное) личности [195].

Исследование построено с учетом следующих методических принципов осознания внутренних конфликтов:

- единство диагностики и коррекции;
- соответствие процесса исследования личности законам положительной дезинтеграции психики и вторичной ее интеграции;
- спонтанность и непринужденность поведения личности;
- диалогическое взаимодействие психолога с респондентом.

Диагностика в психологическом процессе имеет процессуальную особенность. Диагностика осуществляется на протяжении всего психологического процесса совместно с коррекционным характером. Основными принципами организации диагностико-развивающего процесса является спонтанность и непринужденность поведения личности. В процессе диагностики основное внимание обращено на эмоциональную значимость для личности определенных жизненных событий, обусловивших фиксации.

Процессуальной диагностике свойственна неповторимость содержательного семантического аспекта, обусловленная индивидуальными особенностями личности. Процессуальная диагностика направлена на актуализации активности человека в собственный процесс самопознания и осознания, а также и других участников тренинговых групп. Осуществляется самопознание в процессе группового взаимодействия участников. Познавательный аспект в диагностико-развивающем процессе психологического осознания внутренних конфликтов имеет опосредованный характер.

Диагностико-развивающий процесс подчинен *механизмам положительной дезинтеграции и вторичной интеграции*. Данные механизмы актуализируют процесс самопознания личности и способствуют анализу собственного поведения. Это обуславливает выявление и осознание неосознаваемых детерминант, которые могут деструктировать личность, блокировать саморефлексию, а также ограничивать процесс личностного и профессионального роста. Акцент сделан на том, что дезинтеграционные процессы выступают в положительном аспекте, они обеспечиваются путем ослабления иллюзорных представлений личности, которые возникли путем воздействия защитных механизмов. Вторичная интеграция обуславливается расширением самосознания и пониманием первопричин проблем личности, влияющих на определение и выстраивание личностных стратегий поведения. Дезинтеграция определяется установками личности, порождаемыми иллюзорными инфантильными аспектами: агрессивность, пассивность, тревожность, ревность, чувство неполноценности и т.д. [193, 194].

Учитывая неосознанность детерминации личностных проблем, человек не способен понимать их истоки. Именно поэтому необходимым условием выявления личностных проблем, обусловленных внутренними конфликтами, является обеспечение условий *спонтанной активности личности*. Познание личностно-поведенческого материала основывается как на спонтанном и непринужденном поведении человека, так и на использовании его возможностей к репрезентации в архетипно-визуализированных формах.

Использованием *визуализированных способов репрезентации* (интерпретационная работа с комплексом тематических психологических рисунков, художественными репродукциями, предметными моделями, игрушками, песочницей и т.д.) обеспечивается объективная составляющая исследования поведения личности. Актуальным является вопрос индивидуального опредмечивания психологического содержания личностью. В эмпирическом материале выявляется способность личности переводить неосознанные проблемы в материализованные визуализированные формы [128].

Процесс материализованной (опредмеченной) репрезентации обеспечивает чувство защищенности личности, благодаря механизмам символизации. Благодаря методу осознания внутренних конфликтов развиваются основные аспекты личностного актуального поведения человека, которые раскрываются через диалогическое взаимодействие с респондентом и катализируются с помощью использования материализованных визуализированных средств [195].

В процессе осознания внутренних конфликтов предполагается использование визуализированных средств самопрезентации, активное их применение осуществляется в процессе *диалогического взаимодействия* психолога с респондентом. Благодаря диалогу происходит эмоционально-личностное «насыщение» средств самопрезентации. Визуализированные средства самопрезентации способствуют самовыражению респондента, что проявляется в эмотивном выборе респондента визуализированного материала, а впоследствии через диалог – в определении субъективной значимости для респондента.

Диалогическое взаимодействие психолога и респондента в процессе психологической работы способствует наполнению визуализированных опредмеченных средств внутренним индивидуальным смыслом и содержанием. Тем самым происходит выявление личностного психологического материала респондента. Набранный респондентом

эмпирический материал расставляет акценты в процессе познания его семантической нагрузки для респондента. Благодаря интерпретации всего психологического материала личности имеется возможность выявить внутреннюю противоречивость и конфликтность респондента. Важно отметить, что диагностико-развивающий процесс исследования внутренних конфликтов протекает таким образом, что психолог стимулирует вопросами активность личности с тем, чтобы исследовать и раскрыть сущностный поведенческий материал человека. Последовательные и структурированные вопросы психолога позволяют сформулировать гипотезы и, тем самым, обеспечивают возможность выявить неосознанные причины личностной проблемы человека. В процессе учитывается весь раскрытый ранее психологический материал человека, также обращается внимание не только на его высказывания и ответы, но и на невербальные проявления, которые выражает человек [195].

Психологический процесс строится и базируется на *интерпретацию* целого материала респондента – поведенческого и эмоционального. Интерпретация индивидуального психологического содержания личности предоставляет возможность обнаружить смысловые аспекты проблем и переживаний личности, связанные с эмоционально-поведенческим проявлением. Интерпретационный анализ направлен на выявление психологической проблемы (на основе эмпирики) личности с целью выявления и разрешения основных детерминант деструкций и проблем личности. Для выявления наличия внутренней конфликтности главным является логическая интерпретация всего материала психологического процесса. Тем самым, через интерпретацию происходит выявление и осознание личностью истоков собственных конфликтов, и это способствует преобразованию видения себя и нивелированию деструктивных проявлений поведения личности.

Структурно-семантический анализ состоит в психологическом логически-последовательном анализе фраз (коммуникатов) психолога и

респондента в процессе психологической работы. Высказывания обобщаются в систему коммуникатов и осуществляется их психологический анализ. Структурно-семантический анализ отражает сущностную смысловую нагрузку и установление ассоциативно-смысловой связи каждого высказывания психолога и респондента. С целью осуществления логического структурно-семантического анализа психологического процесса респондента в тексте стенограммы стоят последовательные номера фраз (коммуникатов) испытуемых, принимающие участие в тренинговых групп по методу осознания внутренних конфликтов. Коммуникаты определяются сокращенно «к-т» и ссылки на них описываются в обобщающем анализе. Имена испытуемых также представлены в виде одной заглавной буквы имени с целью конфиденциальности и анонимности.

Организационные аспекты психологического процесса предусматривают соблюдение гуманистических *принципов групповой работы*: отсутствие оценочных высказываний; осуществление процесса в ситуации «здесь и сейчас»; обращение по имени; уважение каждого участника и принятие таким какой есть; обратная связь от каждого участника; конфиденциальность; отсутствие критики; добровольность; искренность и открытость. Перечисленные принципы способствуют созданию положительной атмосферы, поддержки и защищенности личности.

Диагностико-развивающая работа по методу осознания внутренних конфликтов способствует познанию детерминированности деструктивных проявлений личности. С целью личностного развития и самореализации личности важным является познание и нивелирование индивидуальных проблем. Благодаря диагностико-развивающему процессу с целью интеграции личности, имея возможность познать детерминанты своего поведения, рефлексировать смысловые параметры эмотивно-значимых ситуаций. Интеграция личности в процессе метода осознания внутренних конфликтов задается положительной ее дезинтеграцией, ослаблением иллюзорной платформы, порожденной психологическими защитами, что приводит к его

интеграции, сопутствующими которой является расширение самосознания, способности к самоанализу, рефлексии, понимания роли детства в порождении ведущих тенденций поведения личности.

2.2. Психологическая сущность внутренних конфликтов

Научные исследования феномена конфликтов в большей степени представлены в философии и психологии. В психологической литературе внутренние противоречия рассматриваются как предпосылка развития психики: «движущими силами развития психики субъекта являются внутренние противоречия, возникающие в жизни человека, между целями, стремлениями, возможностями и т.д.» [29, с. 416].

Анализ словарей [29, 83, 86, 130, 162, 163, 266] позволил обнаружить, что понятие «внутренний конфликт» в большинстве понимается как сходное по своей семантике следующим понятиям: «внутриличностное противоречие», «конфликт психический», «противоречие внутреннее», «внутриличностный конфликт». Многие ученые опираются на термин «конфликт» в значении противоречия. В психологических словарях конфликт трактуется как «...трудно разрешимое противоречие; столкновение между равными по силе, но противоположно направленными потребностями и влечениями» [130, с. 161]; «...состояние нерешительности, сопровождаемое внутренним напряжением [58, с. 52]; «...эмоционально переживаемое столкновение противоположно направленных целей, интересов, социальных позиций и установок субъекта» [152, с. 80]; «...форма отражения противоречий реального и психического мира» [152, с. 82].

Согласно философскому словарю термин «противоречие» трактуется как: «... взаимодействие противоположных, взаимоисключающих сторон, которые находятся во внутреннем единстве и взаимопроникновении, выступая источником самодвижения и развития...взаимодействие противоположных сторон внутри субъекта» [163, с. 545]. В других психологических словарях

конфликт внутриличностный раскрывается как «столкновение интересов, потребностей, влечений личности, возникающие при условии их примерной значимости по разной направленности» [29, с. 214]; «...порождение амбивалентных стремлений субъекта [150, с. 162].

Таким образом, представленные понятия являются если не полностью синонимичными, то, во всяком случае, весьма близкими по значению, поскольку раскрывают противоречивость человеческой природы, которое связано с неосознаваемым глубинным аспектом психического. В данном диссертационном исследовании используется понятие «конфликт». Внутренний конфликт заключается в разнонаправленности тенденций (ценностей, потребностей, целей и мотивов человека), которые взаимосвязанными и энергетически одинаково сильны, но противоречивы.

Феномен внутренних конфликтов личности рассматривается в научно-психологических исследованиях с различных точек зрения: как причина чувства неполноценности и считается, что именно такое чувство может выражаться в ощущении превосходства над окружающими (А. Адлер); как вытеснение по причине табуированных влечений личности, что связано с эдипальным периодом развития (З. Фрейд); как противоречивость между бессознательными влечениями и социальными требованиями (К. Хорни); как разнонаправленность тенденций удовлетворения потребностей и направленности на саморазвитие (А. Маслоу); как конфликтность между «Я реальным» и «Я идеальным» (К. Роджерс); как противоречивость экзистенциальных потребностей (Э. Фромм); кризисные (поворотные) стадии развития человека (Э. Эриксон); как травма рождения (О. Ранк); как противоречие разнонаправленности энергий «либидо» и «мортидо» (В. Райх); как столкновение двух бессознательных тенденций «любовь↔ненависть» (Э. Берн); как неосознанность своего «Я» (Р. Ассаджоли); как чувство вины (М. Босс) и т.д.

В психоаналитическом направлении внутреннее противоречие исследовалось сквозь призму конфликта. З. Фрейд связывает возникновение

внутреннего конфликта с механизмом вытеснения. Под влиянием внешних социальных запретов происходит вытеснение и, в результате, возникает конфликт. Вытеснение связано с эдипальным периодом развития личности (2-5 лет). В основе вытеснений лежит травматичный опыт переживаний, сформированный фрустрациями потребностей, которые актуализируют амбивалентные чувства к значимым объектам (родителям). Ученый считал конфликты основой личности и отмечал, что противоречие возникает в случае, когда человеку приходится отказываться от удовлетворения своих желаний по причине внешних ограничений, связанных с нравственными нормами и социальными запретами. В психоанализе конфликты возникают между стремлением социальной реализации и удовлетворением инфантильных потребностей, это и обуславливает появление внутренней дисгармонии [168].

К. Хорни отмечала, что в основе внутренней противоречивости личности лежит разнонаправленность тенденций неосознанных влечений (бессознательное) и социальных требований (сознательное). Возникновение конфликтов заключается в неспособности или не готовности личности анализировать причины появления собственных противоречивых устремлений. Невротический конфликт заключается в противоречивости социальных устремлений и личных желаний [174].

А. Адлер в своем исследовании присущего человеку чувства неполноценности отмечал, что противоречивость личности проявляется на основе субъективной установки по отношению к собственной неполноценности. Конструктивное преодоление неполноценности зависит от способности понимать истоки возникновения такого чувства и оптимально транслировать это понимание во взаимоотношения с людьми и устанавливать социальные связи. Стремление к превосходству и власти над другими выступает как неконструктивный и разрушающий способ, влекущий трудности в межличностных отношениях [6]. Таким образом, человек испытывает чувство неполноценности и одновременно стремится

компенсировать это стремлением к превосходству, что само по себе оказывается противоречивой тенденцией.

В. Райх [134] выявил, что наличие внутренних конфликтов может деструктивно повлиять на психофизиологическое состояние личности. Конфликты могут воплотиться в телесных проявлениях, такие как напряженность, раздраженность, скованность, что является остаточными проявлениями защитных процессов в прошлом. А. Лоуэн [93] рассматривал внутренний конфликт, возникающий из противоречия между принципом удовольствия и реальностью. В связи с этим у человека возникают ограничения и как следствие – психосоматические заболевания. Согласно Ф. Александеру, психосоматические заболевания возникают как следствие эмоционального напряжения, обусловленное внутриличностным противоречием с различной степенью вытеснения. Ученый указывал, что тело выступает инструментом для проявления внутренних переживаний, которые должны быть вербализованы, но они подавляются вследствие вины или стыда [7].

Согласно Э. Берн [20; 21], внутренний конфликт порождается в бессознательных тенденциях личности – стремление к созиданию (либидо) и стремление к разрушению (мортидо). Направленность личности на созидание побуждает к творчеству, созданию ценного и важного (либидо), а направленность на уничтожение ведет к агрессии (мортидо) [20]. Между двумя этими стремлениями возникает конфликт, который может приводить к блокированию способностей человека и обуславливать тревожные состояния, связанные с саморазвитием, достижением целей, установлением взаимоотношений с окружающими людьми.

Итальянский психоаналитик Р. Ассаджолли [18] считает, что незнание и непонимание себя нивелируют способность человека управлять собой, приводят к самоощущению «единого целого», но одновременно и к «внутренней разъединенности». Ученый утверждал, что, познавая свою бессознательную сферу с ее противоречиями, личность получает возможность

исследовать себя, избавиться от чувства страха, слабости, вины и получить контроль над собой. В процессе познания бессознательной сферы у человека происходит осознание собственного истинного «Я», что приводит к высвобождению психической энергии.

Возникновение внутреннего конфликта многие исследователи связывают с тревогой, обусловленной доэдипальной стадией развития личности. Так, Г.С. Салливан исследует тревогу ребенка как следствие взаимоотношений с матерью. Тревога связана с напряжением, вызванным определенными потребностями, и представляет собой то, что рассогласовывает личность, т.е. приводит к конфликту [143].

М. Кляйн [67] рассматривала выражение конфликта между любовью и ненавистью в отношении ребенка к матери через удовлетворение его потребности и возникающие при этом тревоги. Р. Мей рассматривал тревогу с позиций подавления или принятия ее личностью. Подавление тревоги побуждает к возникновению невротической тревоги. Невротическая тревога актуализирует внутреннее противоречие. Вытесненная невротическая тревога нарушает гармоничное психологическое состояние личности, тем самым образуя внутренние конфликты [108].

О. Ранк [136], при исследовании внутренних конфликтов, выявил, что в их основе положена травма рождения как источнике возникновения противоречивости личности. Выявление и решение конфликтного проявления личности ученый видел в раскрытии семантики первичной травмы и выявлении вызванных ею неосознаваемых страхов. Идеи О. Ранка развил С. Гроф [51], который раскрывает феномен тревоги как следствие реакции на то, что может угрожать жизни и целостности личности. Он исследовал травму рождения как первопричину тревоги, поскольку процесс прохождения по родовым путям содержит угрозу жизни человека [51]. В своих работах С. Гроф называет данный процесс так: «борьба смерти и рождения». По его мнению, у личности начиная с момента рождения проявляется базовое противоречие между жизнью и смертью.

Одно из первых экспериментальных исследований проблемы внутриличностного конфликта было осуществлено К. Левином [84]. Ученый указал, что конфликт представляет собой борьбу одновременно значимых и разнонаправленных потребностей. Он предложил классификацию конфликта, которая включает в себя три основных типа: конфликт «приближения – приближения» (состояние человека, при котором приходится выбирать между одинаково привлекательными альтернативами, но взаимоисключающими друг друга), конфликт «приближения – удаления» (одна и та же цель вызывает одновременно положительные и отрицательные эмоции), конфликт «удаления – удаления» (индивид вынужден выбирать одну из равнозначно непривлекательных альтернатив).

Проблема внутренних конфликтов раскрывается также в трудах отечественных ученых: А.Р. Лурия, В.Н. Мясищева (клиническое направление); Л.С. Выготского, Л.И. Божович (теория развития); А.Н. Леонтьева, В.С. Мерлина (теория деятельности) и т.д. Конфликт проявляется в виде патогенного явления при возникновении неврозов, столкновение противоречивых отношений (А.Р. Лурия В.Н. Мясищев); противоречия возникают в кризисные (поворотные) этапы развития личности, разрешение данных конфликтов обуславливают движущую силу развития личности (Л.С. Выготский); внутриличностное противоречие выявляется с помощью структурных компонентов деятельности (мотив, отношение, цели и т.д.) (А.Н. Леонтьев); конфликты возникают на пике критических и трудноразрешимых жизненных ситуаций в виде конфликта (Ф.Е. Василюк).

Вызывает интерес описание А.Р. Лурия механизма поведения человека, «выведенного из равновесия», представляющего собой социальную ситуацию, при которой от одного и того же индивида ожидаются несовместимые действия [95]. Ученый исследует конфликт как механизм дезорганизации человека. В.Н. Мясищев исследовал сущность невротического конфликта, которая обусловлена противоречивостью значимых отношений. Исследователь акцентировал внимание на внутреннем конфликте как причине

проявления неврозов. При этом он подчеркивает, что развитие внутренних конфликтов инициирует возникновение конфликтов во всей структуре личности. Это отражается на саморегуляции поведения, самопонимании и отношении к себе [109]. Таким образом, нарушение значимых отношений личности обуславливает изменения в эмоциональном, когнитивном и поведенческом уровне развития личности. В положении деятельностного подхода конфликт рассматривается как разнонаправленность и противоречивость между восприятием действительности личностью и ее ведущей деятельностью [88; 140].

В исследованиях Л.С. Выготского [40] описывается, что человек в процессе онтогенетического развития вступает во взаимодействие с окружающим миром предметов и явлений, активно влияет на них, меняется сам и становится личностью. Ученый указывал, что развитие личности обязательно сопровождается кризисами, влияющими на дальнейшую жизнь. Согласно Л.С. Выготскому, кризис определяется противоречием между потребностями человека и его окружающей средой.

Основные положения теории личности Л.С. Выготского получили продолжение в работах его последователей. Так, в теории А.Н. Леонтьева возникновение внутренних конфликтов обусловлены особенностями структуры личности [88]. Это связано с тем, что одной из характеристик личности является возникновение новых мотивов, которые вызваны разными ситуациями. Тем самым, возникновение или изменение мотивов образует мотивационную сферу, которая характеризуется конфликтностью между разнонаправленными мотивами.

Помимо этого, по мнению А.Н. Леонтьева [88], личность формируется в процессе присвоения предыдущего человеческого опыта. В деятельности формируются и перестраиваются психические процессы; от этого во многом зависят основные изменения личности: «Действия ... все больше перерастают в тот круг видов деятельности, который реализует, и вступает в противоречие с мотивами, которые породили» [88, с. 29 – 30]. Л.И. Божович рассматривала

влияние конфликтующих тенденций на гармоничное состояние личности. По мнению ученой неосознанные (бессознательные) образования определяют гармоничность человека. Мотивирующий напор бессознательных образований влияет на возникновение конфликта с сознательными стремлениями личности. Разнонаправленность таких тенденций может стать детерминантой нарушения формирования гармоничной личности. По мнению Л.И. Божович дисгармоничная личность, централизованная «на себя», находится в постоянной внутренней рассогласованности между собственными желаниями и социально одобряемыми нормами [27, 28].

Опираясь на позицию Д.Б. Эльконина [183], обнаруживаем, что ученый указывает на существование противоположно направленных, но взаимосвязанных по своей структуре элементов личности. Речь идет о изменениях личности в процессе ее преобразования (кризисов) и возникновение новой ситуации развития, что приводит к дальнейшему развитию личности через приспособление к условиям внешней среды.

В.С. Мерлин рассматривал внутриличностные конфликты как результат дезинтеграции личности, проявляющийся на основе противоречивой направленности, отношений, действий человека. В данном исследовании теория В.С. Мерлина [100] представляет интерес с точки зрения глубинно-психологического ракурса понимания рассматриваемой проблемы. Ученый указывает, что конфликты личности проявляются на основе возникновения социальных ограничений и желания реализации своих мотивов. Исследования ученого в этом аспекте совпадают с положениями о противоречивости личности, выдвинутыми З. Фрейдом и К. Хорни. Однако В.С. Мерлин не разделяет позиций фрейдистских и нефрейдистских теорий в вопросе возникновения конфликтов личности на основе детских конфликтов. Исследователь считает, что психологический конфликт определяется изменчивостью отношения личности, тем самым изменяется сама личность, а значит разрешение конфликта способствует личностному развитию.

Согласно точке зрения С.Л. Рубинштейна [141], личность определяется теми жизненными условиями и факторами, в которых она развивалась. Вступая в противоречие, данные факторы приводят к личностным изменениям и служат основой непрерывного развития личности. В этом аспекте Б.В. Зейгарник выдвинула свою идею при изучении личности с точки зрения нормы и патологии. Исследовательница соглашалась с тезисом С.Л. Рубинштейна, который гласит, что «внешние причины действуют через внутренние условия» [140, с. 269], и отмечала, что особенности личности формируются по одинаковым закономерностям как у здорового, так и у больного человека, однако, в случае патологии, обострение внутренних конфликтов приводит к изменению иерархии мотивов, становится причиной личностных нарушений. Ф.Е. Василюк [35] обосновывает возникновение конфликтов как трудность находить компромиссные решения при разнонаправленных мотивах личности. Ученый отмечает, что активность личности в данном аспекте направлена на разрешение ситуации, которая значится как трудноразрешимая по причине разновекторных побуждений.

В современных исследованиях внутренние конфликты основаны на: конфликте между различными ценностями по причине невозможности их одновременной реализации (Л.Б. Кузнецова [78]), расхождении между представлениями и стремлениями человека (А.В. Сивцова [145]), конфликте потребностей в независимости и двойственности чувств (А.П. Новгородцева [112], С.Н. Панцырь [118]).

Резюмируя анализ исследования внутренних конфликтов зарубежными и отечественными учеными, представили некоторые из них в сокращенной форме и на их основе обобщенно сформулировали основные внутренние конфликты (табл. 2.2.1).

Феномен внутренних конфликтов в психологической литературе

Концептуальные блоки	Внутренние конфликты	Обобщенные авторские конфликты
К. Хорни	Неосознанные влечения и социальные требования	Стремление к развитию ↓ Тенденция к блокированию потенциала
Э. Берн	Стремление к созиданию и стремление к разрушению	
Л.И. Божович	Бессознательные потребности и сознательные стремления	
А.Н. Леонтьев	Разнонаправленные мотивы	Стремление к достижению успеха ↓ Тенденция избегания неудач
В.С. Мерлин	Социальные ограничения и потребность реализоваться	
А. Адлер	Стремление к превосходству и чувство неполноценности	Ощущение своей значимости ↓ Чувство неполноценности
З. Фрейд	Социальная реализация и удовлетворение потребностей	Стремление к самостоятельности ↓ Зависимость от значимого Другого
Г.С. Салливан	Тревога, вызванная отношениями с родителем	
М. Кляйн	Амбивалентное отношение ребенка к родителю, вызванное зависимостью в удовлетворении потребностей	
В.Н. Мясищев	Конфликт потребностей в отношениях с другими	Потребность в отношениях ↓ Страх отношений с другими

Исследуемые внутренние конфликты, как нам представляется, можно распределить как конфликты, основанные на мотивационной сфере личности и на ценностно-смысловой сфере. Таким образом, можно предположить, что возникновение внутренних конфликтов обусловлено как сознательной, так и

бессознательной сферами личности. Разнонаправленность тенденций личности может порождать внутреннюю дисгармоничность и деструктивное поведение в ситуации взаимодействия с социумом.

Итак, позиция зарубежных исследователей в отношении к проблеме внутренних конфликтов связана с ориентацией на глубинные и неосознаваемые причины возникновения противоречивости личности, которая обусловлена травматичными переживаниями доэдипального (травма рождения) и эдипального периода развития личности, а также проявляющихся на фоне этого тревожных состояний и психосоматических проявлений. Зарубежные ученые исследовали противоречивость личности сквозь призму личностных особенностей личности, связанных с неосознаваемыми феноменами проявления бессознательной сферы. Отечественные психологи ставят во главу угла при исследовании конфликтов социальную ситуацию, деятельность и отношения личности. Эти факторы при определенных условиях имеют влияние на дальнейшее развитие личности.

2.3. Роль системы психологических защит в возникновении деструктивных тенденций личности

Внутренняя конфликтность проявляется в характеристиках объективной дезинтеграции, которая обусловлена действием защитных механизмов. В контексте данного диссертационного исследования для нас важен тот факт, что психологические защиты связаны с инфантильными ценностями, их сопротивление различным изменениям, блокирующее развитие личности.

Отдельные исследователи указывают, что защиты являются интеграционным явлением, а другие подчеркивают его дезинтеграционную функцию. В связи с этим, особого внимания заслуживает познание и понимание категории психологических защит. В психоаналитическом словаре защита определяется как «совокупность действий, направленных на уменьшение или устранение всякого изменения, угрожающего целостности и

устойчивости индивида» [83, с. 145]; «система регуляторных механизмов в психике, которые направлены на устранение или сведение к минимуму негативных, травмирующих личность переживаний, сопряженных с внутренними или внешними конфликтами, состояниями тревоги и дискомфорта» [29, с. 153]. В данном исследовании учитывается тесная взаимосвязь защитных механизмов с внутренней конфликтностью личности. Важным вопросом является рассмотрение причин внутренней конфликтности личности и причастность к этому процессу психологических защит.

Речь идет не только о защитных механизмах, презентованных З. Фрейдом (рационализация, проекция, замещение, вымещение, идентификация, интроекция), но и об их разновидностях, которые раскрыты в психодинамической парадигме: ситуативные (периферийные) и базальные защиты. В поле внимания данного исследования защиты имеют систематизированный характер. Ситуативная и базальная защиты тесно взаимосвязаны, учитывая, что без проявления ситуативной защиты не может проявить себя базальная форма защиты [166]. Базальная форма психологической защиты исследована и раскрыта в трудах Т.С. Яценко. Базальная защита содержит глубинный эмоционально значимый опыт личности. Такой опыт является ценным для личности и, в этом контексте, устремление направлено, прежде всего, на достижение глубинного удовольствия желаний и потребностей личности. В свою очередь ситуативные защиты связаны с процессом адаптации и социализации личности в социуме [193].

Защитные механизмы содержат двойную роль: с одной стороны, они обеспечивают косвенное удовлетворение бессознательных потребностей человека, а с другой стороны, – искажают в восприятии реальности личности на собственное «Я». Все это может обуславливать внутреннюю противоречивость, конфликтность собственного «Я» [195].

При глубоком изучении сущности внутренних конфликтов раскроем их глубинно-психологические факторы возникновения. Возникновение

внутренних конфликтов детерминируется последствиями влияния отношений с значимыми людьми, в частности – с родителями. Наличие трудностей в отношениях с значимыми Другими может обусловить возникновение у личности негативных импульсов, которые подкрепляются защитными механизмами. Такая вытесненная энергия сохраняет насыщенный императив, сохраняя силу и напор внутренних неосознаваемых желаний. Именно такие желания (вытесненные) проявляются в потребности определенных отношений с значимыми и близкими людьми или с замещающими их. Все это может сопровождаться не благоприятными импульсами в межличностных отношениях и взаимодействии с другими людьми.

В связи с этим, социализация и адаптация личности может носить относительный характер, поскольку основная направленность личности связана с удовлетворением инфантильных желаний прошлого опыта личности. Конфликтные тенденции возникают между стремлением личности следовать социальным установкам (требованиям) и удовлетворять неосознанные потребности и желания. Проблема состоит в том, что проявляется эмоциональное напряжение, которое порождено переживаниями определенных эмоциональных состояний. Такие состояния актуализируются в взаимодействии и межличностном общении с окружающими людьми. Неосознаваемость личностью истоков собственных состояний и проявлений обеспечивается действием защитных механизмов [193].

Таким образом, психологические защиты обуславливают порождение конфликтных тенденций личности. С одной стороны, обеспечивается защищенность и ориентация на одобрение, а с другой – происходит искажение в восприятии окружающей реальности с целью минимизации эмоционального напряжения и внутренней тревоги. Такие искажения могут привести к формированию деструктивного поведения и искаженного общения с другими людьми, а также трудностям в профессиональном взаимодействии с окружающими, адаптации к новым событиям,

оптимальным решениям различных ситуаций.

Сущность возникновения деструктивного поведения заложено с негативного влияния императивных психологических переживаний прошлого травматичного опыта личности, обусловленное отсутствием удовлетворения глубинных желаний и потребностей человека. Тем самым, проявляется внутренняя дисгармоничность человека, которая порождена внутренней конфликтностью. К. Хорни, раскрывая влияние внутренних конфликтов на развитие личности, отмечает, что проявление и наличие внутренних конфликтов порождает тревогу, апатию, закрытость от нового опыта, неумение конструктивно общаться и взаимодействовать с окружающими людьми [174].

Деструктивность трактуется в различных психологических словарях как разрушающее структуру чего-либо; нарушение функционирования и развития [166, с. 164]. Сущность феномена деструктивности исследовали и познавали многочисленные психологические направления. Первым психологический научный подход, изучающий природу деструкций являлся психоаналитический. З. Фрейд обнаружил, что деструктивность личности связана с природными инстинктами личности: жизнь и смерть. Ученый подчеркивал биологическую составляющую данного феномена. Согласно исследованиям Э. Фромма, личностная деструктивность формируется социумом и при этом человек сам принимает такой выбор для себя и, тем самым, неосознанно позволяет развиваться деструктивности в своей жизни [172]. Деструктивные тенденции трудно осознаются личностью и иногда могут не распознаваться, а также проявляются в иррациональных действиях, поведении и мыслях человека [194].

Отметим, что деструктивное поведение отличается от личностной проблемы факторами проявления. Личностная проблема является индивидуальной тенденцией человека к некоторым неблагоприятным проявлениям, связанные с прошлым травмирующим опытом. Деструктивное поведение выражается в установочном и ригидном поведении личности,

которое устремлено на неосознанном причинении психологического вреда, прежде всего себе и окружающим людям. Деструкции явно проявляются в ситуации взаимоотношений с социумом. Подобные проявления возникают в связи с бессознательным стремлением человека освободиться от тягостной напряженности и обеспечить себе состояние внутренней силы, поддерживать свое «Я-идеальное» при помощи других людей.

Одна из основных функций психологической защиты заключается в отступлениях личности от объективной реальности. Такое проявление обуславливает возникновение внутренней конфликтности личности. Отступления личности от реальности указывает на искаженность восприятия окружающей действительности, а значит является предпосылкой возникновения конфликтных тенденций, которые не осознаются личностью и искажают познание истинных ценностей личности [194].

Внутренние конфликты обусловлены искаженностью реальности в восприятии окружающей действительности и межличностных отношений с людьми. Термин «искажение» определяется в психологической научной литературе [114, 127, 132, 154] как определенное личностное отклонение (уход) от объективно существующей реальности с позиции субъективного восприятия, причиной чего является неосознанные личностные предпосылки и социальная ситуация общения с социумом. В отечественной психологической науке подтверждается наличие искажений, их характер и влияние на деятельность личности. Согласно теории личностного смысла (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев) искажения трактуются как «субъективно воспринимаемая завышенная значимость предмета, действия или события» [120, с. 74]. Отмечается, что в порождении искажений главную роль имеет значимый объект или эмоционально насыщенная ситуация, порожденная этим объектом. Соответственно, самой личности трудно осознавать наличие искажений и их истоки негативного влияния на развитие и жизнедеятельность. Искажения могут отражаться в ценностях, установках, действиях и поведении, целях и потребностях личности. Неосознанность наличия собственных

искажений, обусловленные внутренней конфликтностью, приводят к дезадаптации, незащищенности и психологической зависимости от других.

К. Роджерс в этом контексте отмечал, что человек порой проявляет искаженность восприятия с целью сохранить собственную Я-концепцию [138]. Детерминантами возникновения искаженности реальности являются действие защитных механизмов и проявляется в деструктивных тенденциях и привести к дезинтеграции и дисгармоничности личности. При этом наблюдается деструктивное влияние искажений на восприятие социально-перцептивной информации. Таким образом, искажения выступают как следствие, так и показатель личностной проблемы, порождая закрытость для получения нового опыта, которые препятствуют прогрессивным изменениям личности.

Познание и выявление внутренней конфликтности в ее проявлении психологических защитных механизмах возможно осуществить косвенно и опосредованно, с помощью использования образных метафорических средств. Благодаря проявлению спонтанности личности и применению метафорических средств в психологическом процессе выявляются истоки проявления конфликтных тенденций личности. Тем самым, нивелируется проявление психологических защит в процессе диагностико-развивающей работы.

В процессе психологической работы значимым является раскрытие тревожных неосознанных переживаний, вызванные с раннего периода личности. Тем самым, происходит выявление личностной проблемы человека, в основе которой лежит внутренние конфликтные тенденции. Замаскированность таких внутренних конфликтов обеспечивается защитными механизмами, которые являются неосознанными и не видимыми для человека. В процессе диагностико-развивающей работы возможно объективировать истоки внутренних конфликтов, которые деструктивно влияют на личностное развитие человека, приводят к дезадаптации и блокируют самореализацию.

Таким образом, учитывая неосознанность детерминации личностных проблем, обусловленных внутренними конфликтами, личность не в состоянии

охватывать обе их стороны, поскольку одна из них находится на латентном (скрытом от сознания) уровне. Именно поэтому необходимыми аспектами диагностико-развивающей работы выступают спонтанность и произвольность активности личности, благодаря визуализированной самопрезентации с использованием опредмеченных средств.

Проявление спонтанности поведения и способности непринужденности личности способствует проведению оптимального диагностико-развивающего процесса, обладая способностью объективировать наличие внутренних конфликтов личности. Для исследования был отобран метафорический материал, который бы способствовал целостному и адекватному исследованию особенностей личности и ее проблем. Метафорический материал способствует выявлению сущностного психологического содержания человека. При этом обеспечивают защищенности личности и одновременно осознанию собственных особенностей, переживаний и проблем.

Эмпирический материал, представленный в п. 3.3, показывает, что указанные тенденции часто имеют первопричину в ранних семейных взаимоотношениях. Нивелирование таких тенденций способствует свободе личности и открывает перспективы для самореализации, развития потенциала, налаживание оптимальных отношений с окружающими людьми, улучшение социальных отношений и способности успешно решать возникающие проблемы. Для личности становится возможным распознавать и нивелировать собственные деструктивные проявления, реалистично смотреть на возникающие проблемы и иметь способность благоприятно решать. Выявление собственных деструктивных проявлений дает возможность личности соизмерять свои возможности и желания, расширять и активизировать свой потенциал и быть увереннее в своих проявлениях. Поэтому данное исследование, акцентированное на использовании метафорических приемов в диагностико-развивающем процессе, нацелено

формирование более реалистичного взгляда на себя, на других людей и окружающий мир.

Защитная система личности влияет на восприятие объективного мира, себя и других людей сквозь призму собственного опыта, что, в свою очередь, порождает искажения действительности в восприятии реальности. В процессе анализа научно-психологической литературы выявлена взаимосвязь защитных механизмов и внутренних конфликтов, которые создают формирование деструктивного поведения личности. Акцентируется внимание на наличие внутренних конфликтов личности, на причастность защитной системы к их формированию. При условии не разрешения личностью своих глубинных неосознаваемых конфликтных тенденций, которые негативно воздействуют на ее отношения с социумом и на восприятие реальности, может возникать блокирование собственной активности, неудовлетворенности собой и окружающими, склонность к обвинению, раздражительности, неуверенности и закрытости в ситуации общения и взаимодействия с другими людьми. Нивелирование таких проявлений, которые деструктируют личность и взаимодействие с другими людьми, способствует реализации жизненных потребностей, личностному росту и профессиональному становлению. В процессе диагностико-развивающей работы по методу осознания внутренних конфликтов актуализируется саморефлексия человека, осознание и познание факторов и причин возникновения внутренних конфликтов личности и нивелирования деструктивных тенденций.

Выводы по Главе 2

Сущность метода осознания внутренних конфликтов заключается в реализации идеи такого психологического процесса, который зависит от адекватного понимания личности и который влияет на: организацию взаимодействия диагностики и коррекции; характер групповых принципов функционирования психологического процесса; выявление групповых и

индивидуальных изменений участников тренинговых занятий; понимание структурно-динамических аспектов личности; понимание целостности психических аспектов личности, и его психологических защит в их иллюзорности субъективно-интегративных функций, которые дезинтегрируют личность; раскрытие и осознание внутренних конфликтов, которые находят выражение в тенденциях психологических защит; адекватное восприятие индивидуальной неповторимости личности.

Метод осознания внутренних конфликтов осуществляется на основе: положительной дезинтеграции и вторичной интеграции; спонтанной активности личности во время психологического процесса; применения визуализированных способов репрезентации, что способствует ослаблению действия защитных механизмов; диалогического взаимодействия психолога и человека. Перечисленные методологические принципы способствуют самоосознанию личности. Тем самым у личности появляется перспектива для открытости новому опыту, осознанию собственных деструктурирующих ощущений, проявляющиеся в поведении и блокирующие развитие себя и взаимоотношений с другими, открываются перспективы личностной самореализации.

Определена категория «внутренний конфликт», понимаемый как разнонаправленность равных по силе тенденций, которые могут быть взаимосвязанными. Раскрываются подходы зарубежных и отечественных психологов к проблеме возникновения внутренних конфликтов. Возникновение внутреннего конфликта психоаналитически ориентированные ученые связывают с эдиповым периодом, травмой рождения, базальной тревожностью, конфликтом между либидо и мортидо, разнонаправленными тенденциями: удовлетворением бессознательных потребностей и стремлением следовать социальным правилам, чувством неполноценности и его компенсацией путем достижения превосходства над другими. Отечественные ученые раскрывали причины возникновения внутренних конфликтов в аспекте кризисных этапов развития человека, несогласованности значимых

отношений, ограниченности побуждений и т.д. Обобщены основные внутренние конфликты и составлена авторская характеристика внутренних конфликтов личности.

Исследованы факторы возникновения внутренних конфликтов личности, которые субъективируются благодаря активности психологических защит в их функции маскирования смысловых параметров. Установлена взаимосвязь психологических причин внутренних конфликтов личности с зависимостью от родителей и травматичным опытом детства. Раскрыто, что фрустрации, связанные с травматичным опытом детства, и зависимость от родителей обуславливают заострение внутренних конфликтов, а усиление деструктивных тенденций происходит за счет идентификации личности с значимым человеком. Единение с значимым Другим по параметрам травмирующих переживаний обуславливает деструктивность поведения личности. Эти травмирующие переживания определяют формирование внутренних конфликтов у личности (любовь и одновременно ненависть), а также порождает деструктивные проявления, блокирование потенциала, саморазвитие и реализацию.

Исследование доказывает, что внутренние конфликты обусловлены деструкциями личности, которые обусловлены системой психологических защит. Обнаружено, что в основе формирования внутренних конфликтных тенденций лежит психологическая защита, которая приводит к дезинтеграции личности. Данные тенденции находят выражение в блокировании чувственности, неспособности поддерживать близкие отношения, депрессивных состояниях, чувстве бесперспективности жизни и т.д. Саморефлексия инфантильных (глубинно-психологических) факторов благодаря диагностико-развивающему процессу путем расширения самосознания позволяет выявить и нивелировать деструктивные тенденции, препятствующие гармонизации личности.

Глава 3. Экспериментальное исследование проблемы личностного развития в процессе осознания внутренних конфликтов

3.1. Организация и методы исследования личностного развития в ранней взрослости

С целью проведения экспериментального исследования была сформирована выборка численностью 216 человек в возрасте от 18 до 25 лет, из которой 107 человек составили экспериментальную группу и 109 – контрольную группу. Испытуемыми выступили студенты второго, третьего и четвертого курса по направлению подготовки «Психология». Студенты экспериментальной группы проходили трениговую программу по методу осознания внутренних конфликтов. В состав контрольной группы вошли студенты, которые не проходили трениговую программу. Программа экспериментального исследования была направлена на изучение личностного развития, составляющими которого выступили рефлексивный, социальный и поведенческий.

В исследовании внимание было сосредоточено на выявлении результативности прохождения испытуемыми диагностико-развивающего процесса по методу осознания внутренних конфликтов в контексте выявления динамики личностного развития. В процессе исследования важным было определение таких показателей, которые бы свидетельствовали о динамике изменений личностного развития участников трениговых групп по методу осознания внутренних конфликтов: познание собственных личностных особенностей и проблем; способность принимать естественную природу людей и понимать их интересы, умение принимать ответственность за собственные действия; стремление к самоосознанию и самореализации в личностном и профессиональном аспекте.

Исследование выполнено в русле психодинамической теории и методологии, поэтому невозможно прямолинейно объективировать

изменения, подтверждающие ослабление деструктивных тенденций личности. Это обусловило поиск опосредованных параметров, которые засвидетельствовали бы результаты прохождения испытуемыми экспериментальной группы тренинговых групп, где осуществлялась диагностико-развивающая работа по методу осознания внутренних конфликтов. Для объективирования изменений, которые произошли у испытуемых под влиянием участия в тренинговых группах, выбраны такие параметры: исследование рефлексивных способностей, социально-коммуникативная готовность, а также направленность личности на активную деятельность.

На основе выбранных параметров разработана модель выявления и осознания внутренних конфликтов личностного развития в период ранней взрослости (рис. 3.1.1). Модель включает взаимосвязанные блоки (целевой, теоретико-методологический, диагностический и содержательно-процессуальный).

1. Целевой блок модели позволяет определить ее цель – выявление и осознание внутренних конфликтов в процессе личностного развития в ранней взрослости.

2. Теоретико-методологический блок представлен научными подходами (деятельностный, культурно-исторический, субъектный, гуманистический, психодинамический, гештальт-подход и экзистенциальный), которые обосновывают возникновение внутренних конфликтов как фактора, влияющего на личностное развитие человека. Совокупность использованных подходов обусловила создание метода осознания внутренних конфликтов как средство выявления и разрешения конфликтов личности. Сформулированы основные методологические аспекты метода, благодаря которым осуществляется психологическая работа по выявлению и помощи в осознании внутренних конфликтов личности (единство диагностики и коррекции; спонтанность и непринужденность поведения личности; диалогическое взаимодействие; визуализированные способы репрезентации).

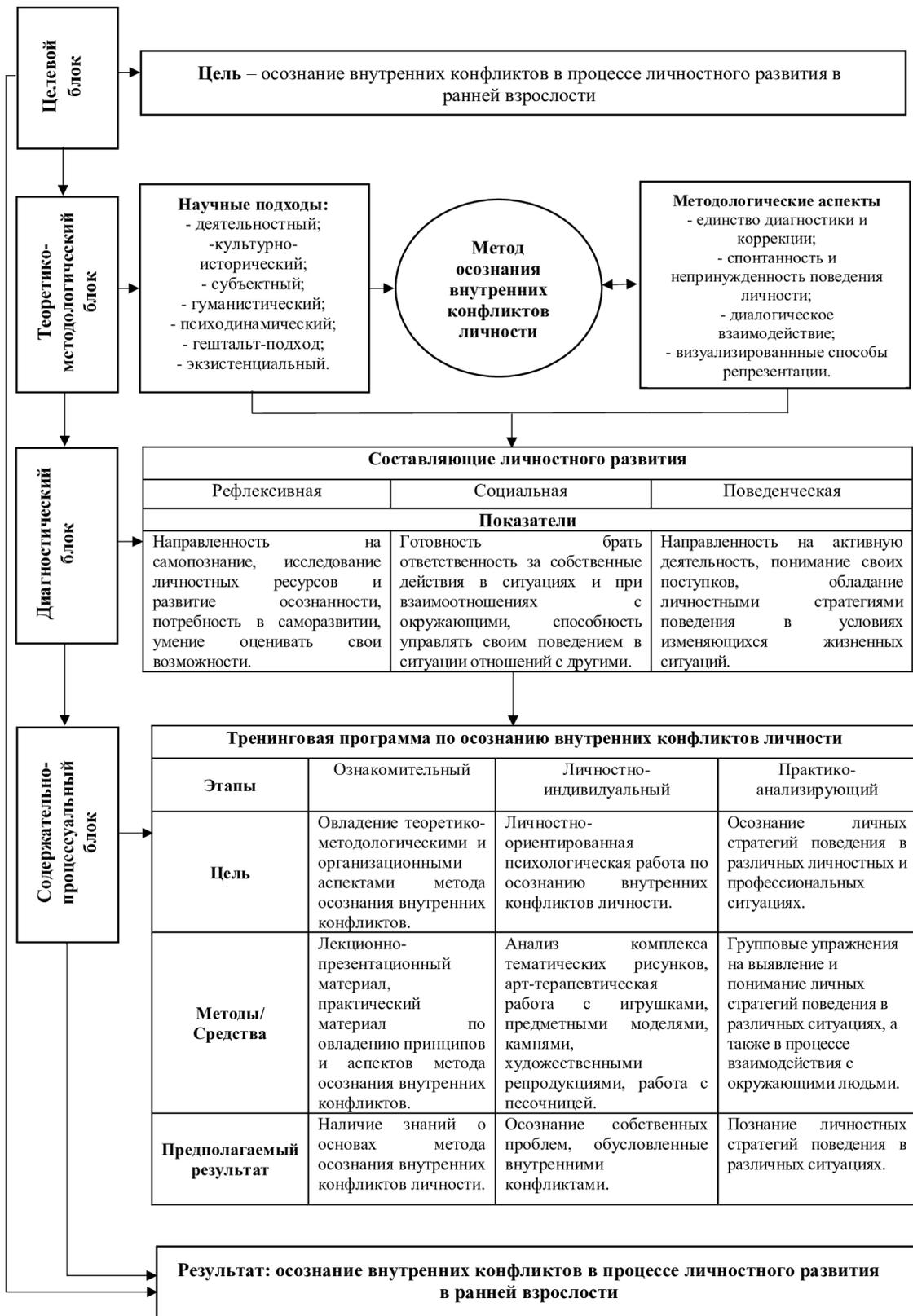


Рис. 3.1.1. Модель осознания внутренних конфликтов в процессе личностного развития в ранней взрослости

3. *Диагностический блок* предполагает осуществление мониторинга личностного развития испытуемых в рамках выделенных составляющих личностного развития. Научное обоснование теоретических аспектов личностного развития позволило исследовать составляющие личностного развития. В данном диссертационном исследовании выделены три составляющие: рефлексивная, социальная и поведенческая. Данные составляющие обусловлены тем, что в ранней взрослости у личности ярко выражается направленность на контроль и понимание себя, эмоционального состояния и возможностей, выстраиваются личные и профессиональные отношения с людьми, обозначаются профессиональные намерения, приобретает ответственность за поведение в различных ситуациях и решение жизненных задач. Для каждой составляющей разработаны соответствующие показатели.

Составляющие личностного развития:

1. Рефлексивная характеризует стремление к познанию себя и личностных ресурсов, потребность в саморазвитии.
2. Социальная отражает готовность брать ответственность за собственные действия в ситуациях и при взаимоотношениях с окружающими, способность управлять своим поведением в ситуации отношений с окружающими.
3. Поведенческая отражает направленность на активную деятельность, контроль своих действий и поступков, обладание личностными стратегиями поведения в условиях изменяющихся жизненных ситуаций.

Выделенные составляющие и соответствующие им показатели позволяют проследить особенности личностного развития испытуемых в процессе прохождения тренинговой программы по методу осознания внутренних конфликтов. По указанным выше составляющим личностного развития были определены показатели и методики, позволяющие исследовать личностное развитие участников тренинговой группы (табл. 3.1.2).

Составляющие, показатели и методики исследования личностного
развития

Составляющие	Показатели	Методики
Рефлексивный	Направленность на самопознание, исследование личностных ресурсов и развитие осознанности, потребность в саморазвитии, умение оценивать свои возможности	Опросник самоотношения (В.В. Столин, С.Р. Пантлеев)
Социальный	Готовность брать ответственность за собственные действия в ситуациях и при взаимоотношениях с окружающими, способность управлять своим поведением в ситуации отношений с окружающими	Опросник «Уровень субъективного контроля» (адаптация Е.Ф. Бажина, С.А. Голынкиной, А.М. Эткинда шкалы Дж. Роттера)
Поведенческий	Направленность на активную деятельность, понимание своих поступков, обладание личностными стратегиями поведения в условиях изменяющихся жизненных ситуаций	«Самоактуализационный тест» (Л.Я. Гозман, М.В. Кроз, М.В. Латинская) (адаптация опросника личностной ориентации Э. Шострома)

В поведенческую составляющие включены личностные стратегии поведения в условиях изменяющихся жизненных ситуаций, а также ориентация на активную деятельность в личностно-профессиональной сфере, способностью управлять собой в поведении. Социальная составляющая личностного развития содержит уровень оптимальных взаимоотношений с окружающими людьми, а также способность нести ответственность. Рефлексивная составляющая – это достигнутая способность к рефлексии и осознанности, которая способствует самопознанию и характеризует личность с точки зрения ее автономности, целостности и гармоничности.

Степень развития всех трех составляющих личностного развития

(поведенческая, социальная и рефлексивная) является показателем личностного развития человека в период ранней взрослости, а их взаимодействие можно выразить формулой: личностное развитие основывается на самопознании (рефлексивная составляющая), интегрируется с контролем социальных взаимоотношений (социальная составляющая) и влияет на поведение личности и активную позицию в процессе деятельности (поведенческая составляющая).

Диссертационное исследование осуществлялось в три этапа:

1 этап – констатирующий этап исследования.

Целью констатирующего этапа эксперимента являлось исследование степени развития самопознания и саморефлексии, готовности взаимодействовать с окружающими, способности нести ответственность за собственные действия, социальной активности, соотносящиеся с составляющими личностного развития.

Задачи констатирующего этапа эксперимента:

- 1) выявить показатели личностного развития молодых людей в соответствии с выделенными составляющими;
- 2) осуществить подбор диагностического инструментария;
- 3) определить степень выраженности показателей составляющих личностного развития;
- 4) проанализировать и систематизировать результаты констатирующего исследования.

Для решения поставленных задач и с учетом специфики исследования уровня личностного развития применены психодиагностические методы с использованием стандартизированных методик на экспериментальной и контрольной группах: Опросник самоотношения (В.В. Столин, С.Р. Пантिलеев), «Самоактуализационный тест», САТ (Л.Я. Гозман, М.В. Кроз, М.В. Латинская) (адаптация опросника личностной ориентации (РОИ) Э. Шостром), Опросник «Уровень субъективного контроля» (адаптация Е.Ф. Бажина, С.А. Голынкиной, А.М. Эткинда шкалы Дж. Роттера). Подбор

психодиагностических методик осуществлялся согласно каждому показателю составляющих личностного развития. Обоснуем применение методик в рамках исследования уровня личностного развития, согласно каждой ее составляющей:

1) Опросник самоотношения (В.В. Столин, С.Р. Пантеев) используется с целью исследования рефлексивного компонента личностного развития, поскольку позволяет определить представления и отношение к себе. С помощью опросника возможно исследовать разные уровни самоотношения: относящиеся к способности к интересу и уважению себя; уровень готовности к действиям в отношении к себе. Рефлексивный аспект обосновывается самоотношением (самоосознанием) к самому себе и к окружающим.

2) Опросник «Уровень субъективного контроля» (УСК) (адаптация Е.Ф. Бажина, С.А. Голынкиной, А.М. Эткинда шкалы Дж. Роттера) предназначен для исследования социального компонента. С помощью опросника исследуются личностные характеристики, показывающие анализ собственных ощущений быть активным и принимать ответственность за действия и взаимоотношения с другими людьми. Таким образом, исследуется интернальная и экстернальная позиция личности. Субъективный контроль измеряет уровень индивидуальных особенностей самоконтроля над жизненными ситуациями, ответственности за происходящее, практичности и уровень эмоциональной устойчивости. Данные характеристики входят в социальную составляющую личностного развития, поэтому методика позволяет выявить уровень способности брать ответственность за собственные действия и способности управлять ими в ситуациях отношений с окружающими.

3) «Самоактуализационный тест» (САТ) (Л.Я. Гозман, М.В. Кроз, М.В. Латинская) (адаптация опросника личностной ориентации (POI) Э. Шостром). Методика используется для исследования поведенческой составляющей личностного развития человека, поскольку позволяет выявить направленность личности на активную деятельность, способность человека к

руководству собственными целями и убеждениями, понимание собственных действий и быстро и гибко реагировать на изменяющуюся ситуацию, владеть личными стратегиями поведения в аспекте отношений с людьми. Методика измеряет самоактуализацию по базовым и дополнительным шкалам. В данном исследовании используется шкалы, которые непосредственно позволяют выявить показатели по поведенческой составляющей: шкала ориентации во времени; поддержки; гибкости поведения; сензитивности; контактности; познавательных потребностей.

4. *Содержательно-процессуальный блок* включает 2 этап – формирующий этап исследования, который предполагает проведение тренинговой программы по методу осознания внутренних конфликтов, а также получение результатов структурно-семантического анализа эмпирического материала участников тренинговых групп. В качестве экспертов выступили три человека, имеющие степень доктора наук (1 человек) и кандидата наук (2 человека) в области психологических наук.

Направленность тренинговой программы состоит в раскрытии методологических основ метода осознания внутренних конфликтов, закономерностей формирования психики личности; развитии навыков диагностико-развивающей работы, а также познание и нахождения путей решения различных ситуаций. Тренинговая программа носит практический личностно-ориентированный характер и способствует решению следующих основных задач: познание личностно-индивидуальных особенностей, выявление особенностей межличностного взаимодействия с окружающими людьми. В результате реализации программы осуществляется:

- овладение организационно-методическими основами метода осознания внутренних конфликтов;
- развитие саморефлексии и самопознания;
- познание своих внутренних проблем на вспомогательном материале (рисунки, модели из камней, игрушки и т.д.);
- психологический анализ личностной проблемы (внутреннего

конфликта) и нахождение путей ее решения;

- выявление и познание особенностей личностных стратегий поведения.

Цель программы включает углубление у испытуемых навыков рефлексии, саморефлексии и самоанализа с целью выявления и осознания внутренних конфликтов; развитие у личности потребности в осуществлении саморазвития и роста в деятельности, связанной с его профессиональными задачами.

Исходя из цели программы обозначены основные ее задачи:

- углубление у испытуемых навыков рефлексии, саморефлексии и самоанализа в процессе тренинговой работы;
- осуществление личностной-ориентированной психологической работы;
- выявление и нивелирование внутренних конфликтов испытуемых;
- формирование у испытуемых знаний о методе осознания внутренних конфликтов;
- содействие в выявлении и познании испытуемых личностных стратегий поведения и навыками управления ситуаций.

Раскроем организационные аспекты проведения тренинговой программы:

- группы организовались в виде факультативных занятий «Методы интерпретационной работы с психологическим рисунком», «Тренинг личностного роста» на протяжении одного года;
- численность участников в одной группе составляет от 8 до 15 человек;
- общая продолжительность работы группы составляет 72 академических часа.

Учитывая, что диссертационное исследование выполнено в психодинамической парадигме, констатирующая часть определяется методологически и методически обоснованной контекстностью, опосредованностью и метафоричностью, что делает акцент на неформализованных показателях.

Тренинговая программа включает три этапа:

1) Ознакомительный. Ориентирован на овладение теоретическими и организационно-методическими аспектами метода осознания внутренних конфликтов. Участники изучают принципы работы тренинговой группы по методу осознания внутренних конфликтов, происходит знакомство и приобщение к общей деятельности, знакомятся с особенностями диагностики, анализа и интерпретации в процессе диагностико-развивающей работы, знакомятся с психокоррекционными методиками, позволяющими выявить индивидуальные особенности личности.

2) Личностно-индивидуальный. На данном этапе работы были использованы диагностико-развивающие методики, применение которых обеспечивает познание личности и выявление ее внутренних конфликтов: анализ комплекса тематических рисунков, арт-терапевтическая работа с игрушками, предметными моделями, камнями, художественными репродукциями, работа с песочницей. Данные методики способствовали познанию собственных переживаний, личностных проблем и трудностей, возникающих в процессе взаимодействия с окружающими.

3) Практико-анализирующий. Направлен на осознание собственных личностных стратегий поведения в различных жизненных и профессиональных ситуациях, а также в ситуации взаимодействия с людьми, содействие в осознании собственных коммуникативных и эмпатийных способностей в ситуации взаимодействия с людьми.

3 этап – контрольный этап исследования. Целью данного этапа исследования являлось проведение сравнительного анализа показателей для определения изменений в рамках трех составляющих личностного развития: рефлексивной, социальной и поведенческой. В процессе контрольного этапа использовались методики, применявшиеся на констатирующем этапе исследования. Контрольный этап эксперимента был проведен через 6 недель, после окончания тренинговой программы. Этап был нацелен на изучение результативности метода осознания внутренних конфликтов и устойчивости

результатов в аспекте определения динамики личностного развития, которая подтверждается данными психодиагностических методик.

В процессе статистической обработки данных использованы следующие методы математической статистики: критерий Колмогорова-Смирнова применен с целью выявления формы распределения выборки испытуемых; t-критерий Стьюдента использован для проверки разницы средних значений в двух выборках; критерий Вилкоксона употреблен в диссертационном исследовании для оценки достоверной разницы между двумя зависимыми выборками, а также применен при ненормальном распределении переменных; факторный анализ применен с целью выявления скрытых составляющих личностного развития.

3.2. Результаты констатирующего этапа исследования личностного развития в ранней взрослости

Констатирующий этап ориентирован на исследование степени развития составляющих личностного развития испытуемых. Первый этап констатирующего эксперимента проведен на группе 216 испытуемых, из них 154 (71,3%) человек женского пола и 62 (28,7%) – мужского. В таблице 3.2.1 представлена статистика описания выборки из 216 испытуемых.

Таблица 3.2.1

Статистические показатели выборки испытуемых по возрасту

Показатели	Возраст		
	Выборка испытуемых (216 чел.)	Экспериментальная группа (107 чел.)	Контрольная группа (109 чел.)
Среднее значение	20,44	20,21	20,36
Медиана	20	20	20
Мода	20	20	20
Дисперсия	2,991	3,252	2,750

В данном диссертационном исследовании отображены результаты, согласно выявленным средним значениям, учитывая всю выборку испытуемых. После этого выборка была разделена на экспериментальную и

контрольную группы. Исследование эмпирического распределения осуществлено с помощью критерия Колмогорова-Смирнова. Результаты критерия Колмогорова-Смирнова свидетельствуют о ненормальном распределении выборки 216 испытуемых ($<0,001$).

Рассмотрим результаты исследования личностного развития испытуемых по каждой составляющей.

1. Поведенческая составляющая исследована с помощью методики «Самоактуализационный тест» (САТ). В таблице 3.2.2 показаны данные по выборке 216 испытуемых.

Таблица 3.2.2

Результаты исследования поведенческой составляющей личностного развития 216 испытуемых

Шкалы	Среднее и станд.отклон ($\mu \pm \sigma$)	Медиана	Мода	Дисперсия
ОВ	8,54 \pm 2,72	8,00	6	7,44
П	44,37 \pm 9,24	43,50	51	85,46
ГП	11,77 \pm 2,99	12,00	13	8,95
Кн	10,81 \pm 3,21	10,00	9	10,34
Сен	8,03 \pm 2,61	7,50	7	6,84
Поз	5,14 \pm 1,62	5,00	5	2,62

Примечание: «ОВ» - ограничение во времени; «П» - поддержка; «ГП» - гибкость поведения; «Кн» - контактность; «Сен» - сензитивность; «Поз» - познавательные потребности

2. Исследование социальной составляющей осуществлено с помощью методики «Уровень субъективного контроля».

Таблица 3.2.3

Результаты исследования социальной составляющей личностного развития 216 испытуемых

Шкалы	Среднее и станд.отклон ($\mu \pm \sigma$)	Медиана	Мода	Дисперсия
Ио	34,11 \pm 14,54	31,5	24	211,6
Ид	9,09 \pm 6,17	9,00	4	38,0
Ин	6,22 \pm 7,12	5,00	5	50,8
Им	2,84 \pm 2,89	3,00	0	8,37

Примечание: «Ио» - общая интернальность; «Ид» - интернальность в области достижений; «Ин» - интернальность в области неудач; «Им» - интернальность в области межличностных отношений

3. Рефлексивная составляющая исследована с помощью методики «Опросник самооотношения». Выявлено среднее значение по всем шкалам методики (табл. 3.2.4).

Таблица 3.2.4

Результаты исследования рефлексивной составляющей личностного развития 216 испытуемых

Шкалы	Среднее и станд.отклон ($\mu \pm \sigma$)	Медиана	Мода	Дисперсия
S	16,24 \pm 4,07	18,00	19	16,61
I	8,95 \pm 2,77	9,00	7	7,71
II	7,98 \pm 5,85	8,00	9	34,23
III	9,77 \pm 1,43	10,00	8	2,06
IV	6,36 \pm 1,17	6,00	6	1,38

Примечание: «S» - глобальное самооотношение; «I» - самоуважение; «II» - аутосимпатия; «III» - ожидаемое отношение от других; «IV» - самоинтерес

С целью выявления дополнительных (скрытых) составляющих личностного развития был проведен факторный анализ на всей выборке – 216 испытуемых. Для факторного анализа использовался метод вращения Varimax normalized. Рассмотрим результаты факторного анализа (табл. 3.2.5).

Таблица 3.2.5

Факторный анализ методик «Самоактуализационный тест», «Уровень субъективного контроля», «Опросник самооотношения»

Шкалы	Factor 1	Factor 2	Factor 3	Factor 4
Самоотношение (S)	0,6342*	0,5274	-0,2756	0,1774
Самоуваж-е (I)	0,3330	0,8147*	-0,1570	0,1988
Аутосимп-я (II)	0,1486	-0,0361	0,0517	0,6215*
Ожидаемое отнош. от других (III)	0,0904	-0,0375	-0,3222	0,4520
Самоинтерес (IV)	-0,0032	0,2410	0,0193	0,6832*
Ориентация во времени (ОВ)	0,6509*	0,0024	0,3365	0,2393
Поддержка (П)	0,9447*	-0,1621	0,0478	0,0156
Гибкость поведения (ГП)	0,7177*	-0,4018	0,4405	0,0946
Контактность (Кн)	0,8236*	0,2187	-0,1431	0,1249
Сензитивность (Сен)	0,7638*	0,3417	-0,1322	0,0170
Познавательные потребности (Поз)	0,8368*	-0,1408	0,0966	0,0501
Общая интер-ть (Ию)	0,0147	0,8527*	0,1047	0,0798
Интерн-ть в обл. достижений. (Ид)	-0,1606	0,5173	0,2119	-0,2417
Интерн-ть обл. неудач (Ин)	-0,2444	0,6304*	0,4743	0,3514
Интерн-ть в межличн. отношений (Им)	0,1456	0,1320	0,8027*	-0,0800
Expl. Var	4,4434	2,7844	1,4894	1,4077
Prp. Totl	0,2962	0,1856	0,0993	0,0938

Примечание: Знаком «*» выделена значимая нагрузка шкал

Факторный анализ позволил выделить четыре фактора.

Первый фактор, включающий пять шкал, определен нами как «*Самопознание*». В этом фактор вошли шкалы, которые объединяют отношение к себе, исследование человека самого себя, собственных переживаний, трудностей и особенностей.

Исходя из содержательной наполненности шкал второго фактора, он назван нами «*Самоуправление*». Данный фактор отражает личностную ответственность и контроль за собственную жизнь. Оценка своих возможностей, способность брать ответственность за свои действия и жизнь в целом.

Третий фактор обозначен как «*Отношения с людьми*». Фактор раскрывает контроль и ответственность за межличностные отношения с окружающими людьми, способность выстраивать неформальные отношения.

Четвертый фактор «*Самоинтерес*» отражает направленность на исследование себя, своих чувств, мыслей, действий и близость себе.

Таким образом, результаты исследования всех испытуемых иллюстрируют, что они преимущественно ориентированы на самопознание и взаимодействие с окружающими. Анализ позволяет утверждать, что дополнительных или альтернативных составляющих личностного развития, кроме тех, которые были выделены в данном диссертационном исследовании, не имеется.

Представим корреляционный анализ показателей методик «Самоактуализационный тест» (Л.Я. Гозман, М.В. Кроз, М.В. Латинская) (адаптация опросника личностной ориентации (РОИ) Э. Шостром), «Уровень субъективного контроля» (адаптация Е.Ф. Бажина, С.А. Голынкиной, А.М. Эткинда), «Опросник самоотношения» (В.В. Столин, С.Р. Пантеев) на всей выборке испытуемых – 216 человек (см. табл. 3.2.6). Необходимым для данного исследования является исследование наличия взаимосвязей между показателями рефлексивной, поведенческой и социальной составляющей личностного развития, поскольку они находятся в прямой зависимости и

взаимодополняют друг друга.

Таблица 3.2.6

Корреляционные связи между показателями методик
«Самоактуализационный тест», «Уровень субъективного контроля»,
«Опросник самоотношения» 216 испытуемых

Показа-Тели	I	II	III	IV	ОВ	П	ГП	Кн	Сен	Поз	Ио	Ид	Ин	Им
S	0,75	0,20	0,20	0,18	0,28	0,49	0,13	0,60	0,70	0,41	0,35	-0,05	0,14	0,05
I		0,12	0,12	0,25	0,33	0,16	-0,20*	0,42	0,46	0,18	0,66	0,16	0,41	0,05
II			0,12	0,16	0,15	0,16	0,14	0,21	0,15	0,11	0,06	-0,04	0,03	0,07
III				0,09	-0,01	0,11	0,06	0,10	0,04	0,10	0,06	-0,06	-0,06	-0,08
IV					0,11	-0,01	0,03	0,17	0,17	0,06	0,16	0,12	0,37	-0,12
ОВ						0,61	0,58	0,49	0,36	0,53	0,10	-0,21*	0,10	0,19
П							0,82	0,70	0,63	0,80	-0,07	-0,16*	-0,32*	0,11
ГП								0,44	0,34	0,68	-0,23*	-0,14	-0,17*	0,33
Кн									0,74	0,59	0,22	-0,07	-0,08	0,00
Сен										0,48	0,16	0,06	0,00	0,11
Поз											-0,05	-0,16*	-0,23*	0,15
Ио												0,44	0,58	0,10
Ид													0,19	0,16
Ин														0,34

Примечание: * - значимые отрицательные корреляционные связи

Проведен корреляционный анализ показателей для выявления связи выраженности параметров рефлексивной, поведенческой и социальной составляющей личностного развития. Корреляционный анализ позволил обнаружить отрицательные (обратные) корреляционные связи, которые противоречат друг другу. Рассмотрим данные противоречивые взаимосвязи, представленные в таблице 3.2.6.

1. Показатель интернальности в области неудач (Ин) отрицательно коррелирует с показателем поддержки (П) – $r=-0,32$. Такая корреляция указывает, что чем выше уровень контроля за собственные неудачами и личность обладает склонностью понимать свою ответственность за отрицательные ситуации, тем ниже уровень независимости в своих действиях и подверженность чужому влиянию, и наоборот. Тем самым можно предположить, что присутствует противоречие между стремлением к ответственности и самостоятельности и зависимостью от окружающих.

2. Отрицательная связь показателей интернальность в области неудач (Ин) и гибкость поведения (ГП) ($r=-0,17$) указывают на конфликт между склонностью самостоятельно решать неприятные ситуации и не обвинять

других в своих неудачах, а также неспособностью адекватно и гибко проявлять себя в различных ситуациях, и наоборот. Такая взаимосвязь может указывать на противоречие между стремлением к достижению успеха и тенденцией к избеганию неудач.

3. Взаимосвязь интернальности в области неудач (Ин) и познавательными потребностями (Поз) ($r=-0,23$) показывает: чем выше стремление к приобретению знаний, тем ниже субъективный контроль над своими неудачами. Противоречие данных показателей также предположительно может указывать на конфликт между стремлением к достижению успеха и тенденцией к избеганию неудач.

4. Показатель интернальность в области достижений (Ид) отрицательно коррелирует с показателем познавательных потребностей (Поз) – $r=-0,16$. При высоком стремлении к приобретению знаний уменьшается контроль и ответственность за ситуации и успехи, происходящие с личностью, и наоборот. Данная обратная связь показателей указывает на противоречивые стремления между направленностью к развитию и тенденцией к блокированию потенциала.

5. Показатели интернальности в области достижений (Ид) и поддержки (П) – $r=-0,16$ также дают сигнал о наличии внутренних конфликтов: при повышении уровня независимости в своих действиях, ориентации на собственные убеждения, отчего-то у личности уменьшается ответственность за собственные действия и достижения, и наоборот. Такая разнонаправленность тенденций может указывать на противоречие между стремлением к самостоятельности и зависимостью от окружающих людей.

6. Отрицательная взаимосвязь показателей интернальности в области достижений (Ид) и ориентации во времени (ОВ) – $r=-0,21$ демонстрирует конфликт между контролем за событиями и способностью ориентироваться на настоящее – происходящую реальность.

7. Показатель гибкости поведения (ГП) отрицательно коррелирует с показателем самоуважения (I) – $r=-0,20$. Такая связь показывает, что чем

сильнее выражены направленность в реализации своих ценностей в поведении с другими и способность быстро реагировать на изменяющую ситуацию, тем меньше проявляется уверенности и веры в свои силы и способности, и наоборот. Предположительно, такая корреляция указывает на противоречие между чувством неполноценности и ощущением своей значимости.

8. Отрицательная взаимосвязь прослеживается между показателями общей интернальности (Ио) и гибкости поведения (ГП) – $r=-0,23$. При высокой способности адекватно и быстро действовать в различных ситуациях, направленность нести ответственность за события и собственное поведение в жизни оказывается низкой, и наоборот.

Отметим, что отрицательные корреляционные связи, указывающие на внутренние конфликты, связаны в основном с социальной составляющей личностного развития. Выявленные связи указывают на конфликтующие тенденции личности между: уровнем независимости, а также самостоятельности в своих действиях и ответственности за эти действия в различных ситуациях («Ин» и «П» - $r=-0,32$; «Ид» и «П» - $r=-0,16$); способностью гибко проявлять себя в ситуациях и способностью нести ответственность за эмоционально отрицательные события, возникающие у человека («Ин» и «ГП» - $r=-0,17$); стремлением к познанию себя, окружающего извне и субъективным контролем над собственными успешными и неуспешными достижениями («Ид» и «Поз» - $r=-0,16$; «Ин» и «Поз» - $r=-0,23$); уровнем субъективного контроля над эмоционально значимыми ситуациями и реалистичностью восприятия происходящих событий («Ид» и «ОВ» - $r=-0,21$); направленностью на осознание, понимание себя и способностью оптимально и гибко реагировать на события («ГП» и «I» – $r=-0,20$); способностью брать ответственность за свое поведение и умением адекватно, быстро реагировать на происходящие ситуации, а также находить оптимальное их решение («Ио» и «ГП» - $r=-0,23$). Это дает основание заключить, что у испытуемых присутствуют внутренние конфликты, которые могут повлиять на их личностное развитие.

После проведенного констатирующего исследования всем 216

испытуемым было предложено участие в тренинговой программе по методу осознания внутренних конфликтов. Таким образом далее испытуемые были распределены на две группы: экспериментальную (из числа желающих принять участие в тренинговой программе) – 107 чел. и контрольную – 109 чел. Статистические результаты исследования каждой составляющей личностного развития показали отсутствие значимых различий по всем показателям у экспериментальной и контрольной групп.

Далее рассмотрим статистические результаты по каждой исследуемой группе.

В таблице 3.2.7. представлены результаты поведенческой составляющей личностного развития двух групп испытуемых с помощью методики «Самоактуализационный тест» (САТ).

Таблица 3.2.7.

Результаты исследования поведенческой составляющей личностного развития экспериментальной и контрольной группы

Шкалы	Группы	Среднее и станд.отклон ($\mu \pm \sigma$)	Медиана	Мода	Дисперсия
ОВ	К	8,57±2,36	8,00	6	5,58
	Э	8,50±3,06	10,00	10	9,40
П	К	43,58±8,17	42,00	51	66,85
	Э	45,17±10,19	44,00	51	103,93
ГП	К	11,46±2,90	11,00	13	8,45
	Э	12,09±3,05	12,00	13	9,35
Кн	К	10,50±3,14	10,00	9	9,91
	Э	11,14±3,26	11,00	14	10,66
Сен	К	7,29±2,06	7,00	7	4,26
	Э	8,78±2,90	9,00	12	8,42
Поз	К	5,16±1,57	5,00	5	2,48
	Э	5,13±1,67	5,00	5	2,79

Примечание: «ОВ» - ограничение во времени; «П» - поддержка; «ГП» - гибкость поведения; «Кн» - контактность; «Сен» - сензитивность; «Поз» - познавательные потребности

Как видно по таблице 3.2.7. показатели экспериментальной и контрольной групп существенно не отличаются. Незначительная разница у двух групп выявлена по шкалам Поддержка (П) и Сензитивность (Сен), которые характеризуют степень рефлексии и осознания собственного

поведения.

Далее проанализируем результаты социальной составляющей личностного развития экспериментальной и контрольной групп, которое осуществлено с помощью методики «Уровень субъективного контроля» (табл. 3.2.8).

Таблица 3.2.8.

Результаты исследования социальной составляющей личностного развития экспериментальной и контрольной группы

Шкалы	Группы	Среднее и станд.отклон ($\mu \pm \sigma$)	Медиана	Мода	Дисперсия
Ио	К	33,72±13,20	34,00	24	174,47
	Э	34,50±15,84	31,00	31	251,15
Ид	К	6,74±5,00	7,00	4	25,04
	Э	11,48±6,35	13,00	15	40,32
Ин	К	5,56±6,65	5,00	5	44,34
	Э	6,90±7,54	6,00	5	56,98
Им	К	2,28±2,60	3,00	4	6,76
	Э	3,41±3,07	3,00	0	9,45

Примечание: «Ио» - общая интернальность; «Ид» - интернальность в области достижений; «Ин» - интернальность в области неудач; «Им» - интернальность в области межличностных отношений

По результатам, иллюстрированные в таблице 3.2.8, можно обнаружить, что единственный показатель, который имеет отличия в экспериментальной и контрольной группах – интернальность в области достижений (Ид). Данный показатель указывает на уровень способности нести ответственность за событиями и ситуациями, которые несут положительный окрас. Все остальные показатели в двух группах испытуемых значимо не отличаются.

Рассмотрим результаты исследования рефлексивной составляющей личностного развития экспериментальной и контрольной групп, который исследован с помощью методики «Опросник самооотношения» (табл. 3.2.9).

Результаты, иллюстрированные в таблице 3.2.9 показывают, что данные в двух исследуемых группах статистически не отличаются.

Таблица 3.2.9.

Результаты исследования рефлексивной составляющей личностного развития экспериментальной и контрольной группы

Шкалы	Группы	Среднее и станд.отклон ($\mu \pm \sigma$)	Медиана	Мода	Дисперсия
S	К	16,21±4,08	18,00	19	16,66
	Э	16,26±4,08	18,00	19	16,72
I	К	8,93±2,78	9,00	7	7,77
	Э	8,98±2,78	9,00	7	7,73
II	К	8,36±7,95	8,00	10	6,27
	Э	7,60±2,40	8,00	9	5,76
III	К	9,75±1,44	10,00	8	2,07
	Э	9,79±1,44	10,00	8	2,07
IV	К	6,35±1,17	6,00	6	1,37
	Э	6,38±1,18	6,00	6	1,40

Примечание: «S» - глобальное самоотношение; «I» - самоуважение; «II» - аутосимпатия; «III» - ожидаемое отношение от других; «IV» - самоинтерес.

Представим результаты факторного анализа экспериментальной группы (107 испытуемых) в таблице 3.2.10.

Таблица 3.2.10

Факторный анализ показателей методик «Самоактуализационный тест», «Уровень субъективного контроля», «Опросник самоотношения» в экспериментальной группе

Шкалы	Factor 1	Factor 2	Factor 3	Factor 4
Самоотношение (S)	0,8981*	0,1560	0,0686	-0,0364
Самоуваж-е (I)	0,7958*	0,4114	-0,2396	-0,0993
Аутолимп-я (II)	-0,0192	0,1147	0,2111	-0,7303*
Ожидаемое отнош. от других (III)	0,0202	-0,2540	-0,3534	-0,4953
Самоинтерес (IV)	0,0202	0,0876	-0,0532	-0,6811*
Ориентация во времени (ОВ)	0,3303	0,3357	0,5991	-0,0006
Поддержка (П)	0,6022	-0,2536	0,6952*	0,0814
Гибкость поведения (ГП)	0,2022	-0,0564	0,8615*	0,0351
Контактность (Кн)	0,7550*	-0,0376	0,4299	0,0232
Сензитивность (Сен)	0,8759*	0,0177	0,2849	0,0378
Познавательные потребности (Поз)	0,4832	-0,0934	0,7164*	0,0806
Общая интер-ть (Ио)	0,3727	0,6768*	-0,4531	-0,0662
Интерн-ть в обл. достижений. (Ид)	0,0844	0,0973	-0,6632	0,0702
Интерн-ть обл. неудач (Ин)	-0,0100	0,8696*	-0,2934	-0,1595
Интерн-ть в межличн. отношений (Им)	0,0747	0,7158*	0,3113	0,0461
Expl.Var	3,6761	2,2055	3,4260	1,3069
Prp.Totl	0,2451	0,1470	0,2284	0,0871

Примечание: * - значимая нагрузка показателей.

Первый фактор включает шкалы, отражающие ориентацию личности на

познание себя, саморефлексию, отношение к собственной жизни и общение с окружающими. Данный фактор назван «*Отношение к себе и окружающим*».

Второй фактор интерпретирован как «*Контроль за ситуацией*», поскольку характеризует понимание личностью собственной ответственности за происходящие событие и действия вокруг, отношение личности к событиям, которые отрицательный характер и способность нести ответственность за данные события.

Третий фактор название нами «*Познание и взаимодействие с окружением*». Фактор характеризуется интересом личности познать окружающих, взаимодействовать с ними и действовать исходя из ситуации, а также отражает степень независимости и самостоятельности.

Четвертый фактор содержит отрицательные значимые показатели. Данный фактор интерпретирован как «*Интерес к себе*» и характеризуется степенью способности оценить себя и свои возможности, быть самопоследовательным, близость к себе и быть интересным для других.

Результаты позволяют констатировать, что у экспериментальной группы выявлены факторы, соответствующие составляющим личностного развития: рефлексивная, социальная и поведенческая, поскольку содержат показатели самопознания, саморефлексии, направленности на отношение с другими и контроль своих действий в общении и различных ситуациях.

Результаты факторного анализа контрольной группы (109 испытуемых) представлен в таблице 3.2.11.

Факторный анализ показателей методик «Самоактуализационный тест», «Уровень субъективного контроля», «Опросник самооотношения»
в контрольной группе

	Factor 1	Factor 2	Factor 3	Factor 4
Самоотношение (S)	0,4217	0,7285*	-0,0646	-0,2857
Самоуваж-е (I)	0,1141	0,9212*	0,2020	-0,1283
Аутосимп-я (II)	0,6676*	0,4271	-0,1702	-0,2497
Ожидаемое отнош. от других (III)	0,4809	0,2763	-0,3801	-0,0541
Самоинтерес (IV)	0,2172	0,0881	0,6657*	-0,5770
Ориентация во времени (ОВ)	0,7828*	0,1112	0,0963	0,0440
Поддержка (П)	0,9489*	0,1152	-0,1284	0,0377
Гибкость поведения (ГП)	0,8640*	-0,3643	0,0947	0,2073
Контактность (Кн)	0,7102*	0,3293	0,0866	-0,4013
Сензитивность (Сен)	0,5864	0,2346	0,1571	-0,5644
Познавательные потребности (Поз)	0,8085*	0,0833	-0,0318	-0,0328
Общая интер-ть (Ио)	-0,0096	0,7892*	0,3332	0,0135
Интерн-ть в обл. достижений. (Ид)	0,0039	0,1103	0,6958*	0,1404
Интерн-ть обл. неудач (Ин)	-0,0980	0,2357	0,8128*	0,0229
Интерн-ть в межличн. отношений (Им)	0,2071	-0,1224	0,2548	0,8649*
Expl.Var	4,7291	2,6801	2,0502	1,7917
Prp.Totl	0,3153	0,1787	0,1367	0,1194

Примечание: * - значимая нагрузка показателей.

Первый фактор обозначен как «*Реализация потребностей*». Данный фактор включает шкалы, которые определяют степень выраженности у человека реализации своих намерений вне зависимости от внешних условий. Второй фактор отображает оценку возможностей познать себя и ситуации, происходящие с человеком. Фактор назван «*Самоосознание*».

Следующий третий фактор интерпретирован как «*Контроль над событиями*», поскольку отображает уровень контроля над различными ситуациями и событиями, брать ответственность за них. Последний четвертый фактор включает одну шкалу и обозначен как «*Отношения с людьми*». Фактор отражает умение вести и контролировать свои межличностные отношения.

Отметим, что контрольная группа ориентирована на личностные проявления в социальном окружении, в то время как экспериментальная группа направлена, прежде всего, на самопознание, понимание собственных ценностей и, как следствие, – отражение их в поведении и в отношениях с окружающими людьми. Таким образом, факторный анализ

экспериментальной и контрольной группы не показал дополнительных или альтернативных составляющих личностного развития. Выявлены показатели, которые включают составляющие личностного развития выделенные в данном диссертационном исследовании.

Рассмотрим результаты корреляционного анализа в контрольной и экспериментальной группах.

Результаты корреляционного анализа экспериментальной группы (табл. 3.2.12) позволяют констатировать, что положительных связей между показателями незначительное количество и достаточно много отрицательных корреляционных связей.

Таблица 3.2.12

Корреляционные связи между показателями методик
«Самоактуализационный тест», «Уровень субъективного контроля»,
«Опросник самооотношения» экспериментальной группы

Показа-Тели	I	II	III	IV	ОВ	П	ГП	Кн	Сен	Поз	Ио	Ид	Ин	Им
S	0,75	0,08	-0,06	0,01	0,30	0,50	0,20	0,65	0,85	0,41	0,32	-0,06	0,14	0,24
I		0,03	0,02	0,14	0,36	0,17	-0,12	0,44	0,59	0,18	0,64	0,18	0,43	0,20
II			0,10	0,19	0,06	0,03	0,09	0,11	0,05	0,02	0,03	-0,09	0,09	0,12
III				0,10	-0,20*	-0,18	-0,19	-0,21*	-0,14	-0,18	0,05	0,16	0,04	-0,17
IV					0,01	-0,08	-0,06	-0,04	-0,03	-0,05	0,13	0,05	0,15	-0,02
ОВ						0,53	0,58	0,44	0,36	0,52	0,12	-0,31*	0,11	0,23
П							0,85	0,72	0,69	0,84	-0,17	-0,31*	-0,45*	0,06
ГП								0,44	0,36	0,75	-0,25*	-0,36*	-0,30*	0,23
Кн									0,78	0,60	0,06	-0,28*	-0,18	0,18
Сен										0,56	0,13	-0,20*	-0,07	0,25
Поз											-0,16	-0,33*	-0,32*	0,24
Ио												0,52	0,72	0,27
Ид													0,10	-0,02
Ин														0,43

Данные отрицательные корреляции в экспериментальной группе отмечаем как противоречивые связи, поскольку присутствует разнонаправленность тенденций: если один из взаимосвязанных показателей повышается, то другой уменьшается. Отрицательные корреляционные связи:

1) коммуникативное взаимодействие с окружающими (Кн) и оценка отношений с другими (III) – $r=-0,21$;

2) способность чувствовать ответственность за ситуации (Ио) и способность адекватно реагировать на различные ситуации (ГП) – $r=-0,25$;

Таким образом, представленные результаты корреляционного анализа позволяет утверждать, что на констатирующем этапе эксперимента у испытуемых обнаруживаются явные признаки внутренних конфликтов.

3.3. Материализованная репрезентация в процессе осознания внутренних конфликтов личности

Исследование сущности личностных особенностей, в частности проблем, деструктирующих и блокирующих развитие личности, актуализирует поиск методов и приемов выявления индивидуального аспекта, который возможно познать через эмоционально-поведенческие проявления человека. Такому познанию способствует психодинамический подход (М. Кляйн, К. Левин, А. Фрейд и др.). При этом есть предположение, что эффективно было бы ориентироваться на метафоричность и символичность. Поскольку неосознанность собственных внутренних проблем обусловлена бессознательной сферой, их трудно вербализовать (сознательная сфера), то необходимо «перевести» (перекодировать) эти проблемы в образ или символ (бессознательная сфера). Это обусловило использование в данном исследовании вербальных и невербальных средств познания личностных неосознанных проявлений человека.

Помимо психодинамического направления использование метафорических и образных средств осуществляется психолого-ориентированными образно-символическими практиками: кататимно-имагинативная психотерапия или символдрама (Х. Лейнер), спонтанное рисование (С. Гроф). Их отличие от психодинамического подхода в том, что они не ставили целью познания личности в ее целостности. В частности, проективные методы ориентированы на выявление эмоционально-поведенческих аспектов человека, а также обеспечивают итоговую часть тестовыми методиками, результаты которых обусловлены преимущественно сознательной сферой личности. В психодинамическом подходе (Т. С. Яценко)

используется опредмеченная репрезентация, включающая метафорически-образную способность личности.

Во многих научных словарях и энциклопедиях термин «репрезентация» трактуется как отражение объекта субъектом в виде образа: «...опосредованное, «вторичное» представление» [186, с. 826]; «представление одного в другом и посредством другого... является конститутивной функцией знака» [58, с. 828]. Данный термин отражает образное представление субъектом самого себя.

В аспекте нашего исследования диагностико-развивающая работа по методу осознания внутренних конфликтов также направлена на выявление и познание личностных характеристик и особенностей личности посредством материализованной репрезентации, диалогического взаимодействия и выявления смысловых аспектов репрезентантов через интерпретацию. В данном контексте необходимо учитывать системную упорядоченность психики личности, которая связана с остаточными фиксациями травматичного опыта в их энергетической содержательности.

Материализованная репрезентация психики личности в ее спонтанной произвольности и индивидуальной непредсказуемости способствует выявлению и познанию скрытого и неосознанного (бессознательная сфера) содержания личностных проблем и характеристик личности. Данное познание возможно в процессе объективации особенностей личности в образно-символических формах, которые являются архетипическими. Образно-символическими формами выступают: комплекс тематических психологических рисунков, предметные модели, камни, игрушки и художественные репродукции [128]. Раскрытие собственного психологического содержания невозможно без диалога. Материализация через визуализированные средства опредмеченно проявляет сущностные особенности личности, но в метафоричной, скрытой форме. Диалогическое взаимодействие психолога с человеком обуславливает процесс интерпретации, учитывая архетипность презентанта (в образе или символе).

Особое внимание уделяется учету архетипической символики в диагностико-развивающем процессе для исследования индивидуально-неповторимого содержания психики личности.

Если обратиться к термину «образ», то можно зафиксировать, что в философии это «результат отражения объекта в сознании человека» [163, с. 354]. Образ касается как чувственной, так и мыслительной сферы личности. Форма существования образа и источник образа отличаются по критерию субъективности [163]. В контексте нашего исследования важны материальные формы воплощения образа. Специфической формой образа является художественный образ (рисунок). В процессе анализа рисунков учитывается соотнесенность образа с предметом. Образ носит относительно самостоятельный характер и играет активную роль в поведении личности.

С учетом спонтанного рисования образ синтезировано отражает одновременно сознательную и бессознательную части личности. В процессе психологического анализа рисунков респондентов, при условии диалогического взаимодействия, происходит анализ и синтез сознательных и бессознательных аспектов личности. У каждого респондента процесс передачи психологического смысла в рисунках уникален и индивидуально-неповторим. Личность уже на ранних этапах своего развития способна передавать символическое психологическое содержание через рисунок. Этот процесс базируется на самоотображении, саморефлексии и самоосознании. Предполагаем, что эту способность к образной передаче содержания обеспечивает (и способствует ее развитию) архетип.

А.Н. Леонтьев [88] в теории деятельности и вопросах возрастной периодизации указывает, что основой развития ребенка является приобретенное и принятое им результатов филогенетического и исторического развития общества, в том числе приобретений исторической мысли и знания общества. Именно архетип как носитель исторического знания человечества помогает в этом процессе.

По мнению С.Л. Рубинштейна [141], субъективное выражение

потребностей и их отражение в психике личности должны стать осознанными и предметными, ведь притяжения должны перейти в желание. Определенность является необходимым условием возникновения волевой деятельности. Символ несет смысловую нагрузку предметов, которая приобретает на основе истории их применения и внутреннего состояния человека.

О. Ранк и Г. Закс утверждали, что символ является средством выражения бессознательного. Под символом понимается определенное косвенное отображение, которое содержит различные формы выражения намека, метафоры, сгущения и т.д. Символ обладает тесной связью ассоциацией в образах [135, с. 36].

По мнению Р. Ассаджоли [18], использование символа менее травматическое, чем резкое столкновение с воспоминаниями, препятствиями, конфликтами, травмирующими явлениями. Он советовал выражать внешне эти образы в виде рисунков, моделей, записей – всего, что создает образ прошлого.

В данном диссертационном исследовании в качестве механизма осознания внутренних конфликтов выступает визуализация внутренних переживаний и проблем личности с помощью следующих средств репрезентации:

- 1) рисунки – графическая визуализация;
- 2) манипуляции с камнями и предметными моделями – предметная визуализация;
- 3) работа с песком и песочницей – сюжетная визуализация.

Визуализация психологического содержания особенностей и характеристик личности познается в процессе перекодировки определенных презентантов (комплекс психологических рисунков, художественные репродукции, предметные модели, камни и т.д.) в объект репрезентации в процессе диалогического взаимодействия. В процессе работы с определенными визуализированными презентантами возможно их

систематизировать и упорядочить при помощи сравнения, обобщения и классификации.

Возможность и результативность введения в диагностико-развивающий процесс визуализированных презентантов систематизируется. Во-первых, происходит эмоциональное раскрытие, «оживление» респондентом визуализированного презентанта через диалогическое взаимодействие психолога с респондентом. Во-вторых, осуществляется анализ поведенческого материала респондента с использованием промежуточных интерпретационных обобщений. Индивидуализация выбора репрезентации основывается на спонтанной направленности личности в процессе диагностико-развивающей работы. Для выявления личностно-значимого материала не имеет существенных отличий выбор репрезентации.

Ниже мы обобщаем психологическую работу с использованием комплекса тематических психологических рисунков, художественных репродукций, топологического моделирования из камней и предметных моделей, песочницы и игрушек. Представляем глубокое описание психологических детерминант внутренней конфликтности личности на примере психоаналитического и структурно-семантического анализа стенограмм диагностико-развивающей работы. Освещается анализ фрагментов диагностико-развивающей работы с испытуемыми, участвующими в тренинговых группах по методу осознания внутренних конфликтов. Анализ материализованной репрезентации происходил на материале работы с участниками тренинговых групп, которые являются обучающимися по направлению подготовки «Психология». В анализе психологического материала респондентов использованы ссылки на текст стенограммы и анализ коммуникат (к-т) диагностико-развивающей работы, которые представлены в Приложениях 1 – 5.

3.3.1. Диагностико-развивающая работа с использованием художественных репродукций

Применение приема художественных репродукций в диагностико-развивающем процессе метода осознания внутренних конфликтов базируется на метафоричности и символичности. Это способствует самопрезентации личности с целью раскрытия причин возникновения конфликтов.

Диагностико-развивающий процесс с применением художественных репродукций учитывает, что личность:

- 1) придает собственный смысл и понимание содержания репродукции;
- 2) расставляет собственные акценты на определенных фрагментах рисунка (некоторые элементы могут быть вне внимания, указывает значимые образы и элементы рисунка);
- 3) преобразовывает некоторые элементы или наполняет личностным смыслом содержание репродукции.

В процессе психологической работы с художественными репродукциями личность может акцентировать внимание на определенных образах или символах, с которыми себя ассоциирует, а также чувствовать и высказывать отношение к другим фрагментам рисунка. Учитывая это, психолог способен выявлять и диагностировать эмоциональные проявления личности, обусловленные прошлыми значимыми событиями.

В процессе работы с художественными репродукциями наиболее эффективным и результативным также является применение нескольких художественных репродукций. Это позволяет построить между ними ассоциативно-логические взаимосвязи в процессе диалогического взаимодействия психолога с респондентом. Также в процессе работы с художественными репродукциями особенно эффективно использование психодрамы, позволяющей раскрыть в ситуации «здесь и сейчас» эмоционально значимое событие посредством проникновения респондента в отдельные образы репродукции через озвучивание их содержания. Работа с художественными репродукциями также может сочетаться с комплексом тематических психологических рисунков и психоаналитической работой с

камнями.

Обратимся к анализу стенограммы (см. Приложение 1) диагностико-развивающей работы с респондентом В. с использованием художественных репродукций. Ниже в таблице представлены обобщающие коммуникаты, согласно выявленным по стенограмме глубинно-психологическими феноменами (табл. 3.3.1.1.).

Таблица 3.3.1.1

Обобщающий анализ коммуникатов диагностико-коррекционной работы с респондентом В.

№ п/п	Содержание коммуникатов	Номера коммуникатов по стенограмме
1	Амбивалентные чувства	2, 5, 8, 17
2	Условные ценности	3, 6, 46, 47
3	Идентификация с матерью	5, 70, 22 (через тенденцию «к силе»)
4	Идентификация с отцом	22 (через тенденцию «к слабости»), 26, 48
5	Зависимость от родителей	9, 14, 21, 36, 38, 40, 45, 58, 77
6	Проявление инфантилизма и пассивности	15, 27, 56, 65
7	Ощущение бессилия, слабости	45, 50
8	Чувство неполноценности	16, 44, 50, 64
9	Потребность в защите	32
10	Притяжение к отцу	23, 54
11	Тенденция достижению успеха и самовыражения	24, 28, 69, 88
12	Ощущение дисгармонии	43, 74
13	Компенсация своих недостатков	25
14	Конкуренция с матерью	30, 31
15	Интроекты от матери	33, 49, 60, 75
16	Тенденция возврата в детскую ситуацию	37, 53, 66, 81, 86
17	Неосознанное повторение ситуации	39, 83
18	Блокирование потенциала	41, 51, 59, 60
19	Проявления внутренней противоречивости	42, 52, 58, 68, 78, 85
20	Чувство вины, самонаказание	43, 72, 73, 80
21	Страх одиночества	79, 82

Проанализированная стенограмма (см. Приложение 1) позволяет исследовать индивидуальное выражение конфликты респондента В., которое обусловлено зависимостью от родителей (к-ты 9, 14, 21, 36, 38, 40, 45, 58, 77). Внутриличностная проблема продуцирует конфликтные тенденции личности – к достижению успеха и реализации себя (к-ты 24, 28, 69, 88) и проявление пассивности, инфантильности и тревоги (к-ты 43, 53, 59, 74, 81). Следствием такого противоречия является блокирование собственного потенциала (к-ты 15, 27, 41, 42, 51, 56, 59, 60, 65).

В таблице 3.3.1.2 раскрыта семантика внутренних конфликтов респондента В. Диагностико-развивающая работа с респондентом В. позволила выявить проблему психологической зависимости от родителей, которая обусловлена внутренней конфликтностью и амбивалентностью чувств: маму – любит, нуждается в ней и одновременно – желает быть самостоятельной; тенденция к самостоятельности, свободе от мамы и одновременно – поиск партнеров, похожих на маму; тенденция к самореализации – блокировка потенциала; тенденция к независимости и самостоятельности – психологическая зависимость от значимого либидного объекта.

Таблица 3.3.1.2

Внутренние конфликты респондента В.

№ п/п	Жизнеутверждающие тенденции		Депривационные тенденции
1	Стремление к саморазвитию (к-ты 28, 42, 53, 69)	↔	Тенденция к блокированию потенциала (к-ты 15, 27, 41, 43, 42, 51, 56, 59, 60, 65)
2	Потребность в уединении (к-ты 2, 3, 78)	↔	Страх одиночества (к-ты 79, 82)
3	Стремление к самостоятельности (к-ты 57, 69)	↔	Зависимость от родителей (к-ты 57, 58, 67, 81, 82, 83)

Психологическая работа с респондентом В. отображает внутренние конфликты. Эти конфликты проявляются в стремлении В. к саморазвитию (к-

ты 28, 42, 53) и одновременно – блокирование собственного потенциала (к-ты 15, 27, 41, 42, 51, 56, 59, 60, 65). Такое противоречие притормаживает развитие В., ее самореализации (к-ты 43, 59, 74).

Нереализованные либидные чувства к родителям порождают у респондента В. чувство вины (к-ты 72, 73, 80), самокритичность (к-т 44), тенденции к саморазрушению (к-т 59, 74), чувстве неполноценности (к-ты 16, 44, 64), которое интроектировалось от ее мамы. Психологическая работа позволяет установить амбивалентное отношение респондента к матери (к-ты 2, 5, 8, 17, 67). Для респондента В. фигура мамы значима (к-ты 5, 8, 17, 47), респондент зависим от нее (к-ты 36, 40, 44, 45, 67) и одновременно проявляет скрытую конкуренцию с матерью (к-ты 30, 31). Тем самым, наблюдаем конфликтные тенденции респондента: стремление к приобретению независимости и свободы и одновременно возникающая потребность в помощи и защите со стороны родителя. Идентификация респондента с мамой обусловлена зависимостью отношений с ней и желанием улучшить взаимодействие и быть ближе к маме.

Респондент В. интроектировала материнское качество – строгость, которое позволяет ей объединиться с матерью (к-ты 6, 17, 24, 25, 41), тем самым проявляя строгость и контроль по отношению к партнеру, что мешает ей в создании личных отношений. Интроектированные качества мамы блокируют респондента в создании интимно-личностных отношений с партнерами. Обнаруживаем, благодаря анализу всего психологического материала респондента В., что амбивалентные желания в отношениях с мужчинами обусловлено идентификацией респондента с мамой.

Респондент В. проявляет строгость по отношению к себе (к-ты 37, 43, 60) и к окружающим (к-ты 21, 34, 35, 38, 49), поскольку испытывает повышенную чувствительность к тем, кто проявляет к ней строгость, подобную маминой. Таким образом, выявленные конфликты респондента В. тормозят ее саморазвитие, реализацию в профессиональной сфере, а также создают трудности в создании собственных интимно-личностных отношений.

Это может негативно отражаться на профессиональной деятельности, а поскольку респондент является студентом психологом, то выявленные деструктивные тенденции (чувство неполноценности, самокритичность, чувство вины) могут блокировать ее развитие как личности.

3.3.2. Использование комплекса тематических психологических рисунков в выявлении внутренних конфликтов личности

Одним из ведущих диагностико-развивающих методик в процессе выявления и познания психологических детерминант внутренних конфликтов испытуемых в данном диссертационном исследовании является анализ комплекса тематических психологических рисунков, который способствует объективности и адекватности процесса выявления и осознания внутренних конфликтов. Диагностико-развивающие возможности методики анализа комплекса тематических психологических рисунков раскрыты и доказаны в научных исследованиях Т.С. Яценко [128, 192 – 195], а также в работах ее последователей [24, 110, 146, 159].

Диагностико-развивающий процесс с использованием комплекса психологических рисунков предусматривает выполнение рисунков по определенным заданным темам (например, «Мое восприятие счастья и несчастья», «Драматическое прошлое моей жизни», «Я среди мужчин, и я среди женщин» и т.д.). Участники могут дать свои названия рисункам. Аналитическая работа с комплексом тематических психологических рисунков дает возможность выявить истоки внутренних конфликтов, в основу которых положена психологическая защита, скрытая путем символизации неосознаваемых тенденций личности. При этом посредством рисунка выявляются конфликтующие тенденции личности в процессе анализа психологического содержания личности через символы, способствуя познанию психологической детерминированности личностных проблем человека. Спонтанный характер выполнения психологических рисунков

способствует объективации внутренних детерминант содержания личности.

Анализ рисунков предполагает учет содержания рисунка в индивидуально-неповторимом понимании самим автором, а также осуществляется в процессе общения психолога и респондента. Все это способствует выявлению и раскрытию глубинных неосознаваемых причин деструктивного проявления человека. При анализе комплекса тематических психологических рисунков устанавливаются взаимосвязи между определенными образами и символами, изображенные на рисунках. Проецирование психологического содержания поведенческого материала личности с помощью символов способствует познанию внутренней детерминированности индивидуально-личностных проблем. Работа с комплексом тематических психологических рисунков также может сочетаться с использованием камней и художественных репродукций.

Интерпретация психологических рисунков психологом осуществляется на основе всего накопленного содержательного материала по всем рисункам и учитывает личностного толкования рисунка, символику рисунка, согласно его архетипам. В процессе анализа психологического материала респондента необходимо обращать внимание на эмоциональное восприятие собственных событий жизни самим респондентом. В связи с этим сущность психологического смысла, проявленное личностью в виде эмоциональной реакция или поведения, интерпретируется, тем самым объективируя понимание и осознание респондента собственного психологического содержания. Осознанию личности собственных внутренних конфликтов способствует психологический процесс, в котором психолог может помочь личности осознанность и разрешить собственные внутренние конфликты.

Обратимся к анализу комплекса тематических психологических рисунков респондента Е. (стенограмма представлена в Приложении 2). Ниже в таблице представлены обобщающие коммуникаты, согласно выявленным по стенограмме психологическим феноменам (табл. 3.3.2.1.).

Обобщающий анализ коммуникатов диагностико-коррекционной работы с респондентом Е.

№ п/п	Содержание коммуникатов	Номера коммуникатов по стенограмме
1	Зависимость от родителей	16 – 19, 25, 36, 37, 126, 127, 129, 130, 154 – 156, 170, 171, 176 – 178, 183, 185, 186, 193 – 196
2	Конкуренция с матерью и выражение агрессии в отношениях с ней	5 – 10, 11 – 15, 31 – 32, 42 – 44, 129, 130, 136, 137
3	Чувство неполноценности	20, 112, 113, 138
4	Чувство незащищенности и одиночества	23, 24, 34, 45 – 47, 53, 54, 67, 68, 74 – 81, 100, 101 – 106, 121, 122, 139 – 142, 200
5	Проявление агрессии	1 – 4, 13, 39, 118, 129, 130
6	Проявление агрессии со стороны родителей	31, 32, 100, 129, 130
7	Тенденция к самонаказанию	33, 38, 39, 110, 111, 159, 169
8	Родительская депривация	34, 61, 74 – 88, 92, 93, 100, 123, 124, 136 – 138, 170, 171, 181, 182, 193 – 196, 200
9	Блокирование эмоций	4, 35, 53 – 56, 66, 121, 122
10	Идеализация образа отца	36, 37, 42 – 44, 147, 183
11	Доминирование эмоционального аспекта над рациональным	48 – 52, 55, 56, 92, 93, 119, 120
12	Амбивалентное отношение к отцу	45 – 47, 145 – 147
13	Идентификация с родителями	170, 171, 176 – 178, 183, 185, 186, 192, 193 – 196
14	Тенденция к эмоциональному единению с родителями и одновременно ощущение угрозы от них	57 – 61, 147
15	Блокирование внутреннего потенциала	128, 131, 132
16	Тенденция к гармоничным отношениям с родителями	42 – 44, 65, 71, 74 – 81, 100, 131, 132, 139 – 142, 148 – 151, 157, 158, 176 – 178
17	Желание приобретения гармонии и целостности Я	138, 167, 168, 170, 171, 187 – 190, 197 – 199
18	Направленность к идеалу и достижениям	62 – 64, 73, 97, 123, 124, 138
19	Ощущение дисгармонии	67, 68, 73, 89, 100, 110, 121, 122, 143, 157, 158

20	Блокирование родителями свободы, самостоятельности, самовыражения	21 – 24, 92, 93, 126 – 130, 154 – 156
21	Тенденция психологического возврата к травматичным переживаниям детства	29, 30, 33, 110, 111, 121, 122, 184
22	Противоречивые тенденции: стремление к свободе и одновременно зависимость от родителей	72, 73, 126 – 128, 152, 153, 164, 169, 185, 186
23	Стремление к самостоятельности и независимости	82 – 89
24	Избегание отношений с окружающими	90, 91, 101 – 106, 112, 113, 116, 123, 124, 152, 153
25	Желание доминировать и манипулировать окружающими	27, 28, 97, 126, 127, 133, 134, 136 – 138
26	Проявления пассивности и зависимости	121, 122, 144, 153
27	Единение с родителями по причине стремления к идеалу, недостижимости для окружающих	133, 134, 136 – 138, 176 – 178, 183, 193 – 196
29	Амбивалентное отношение родителей к респонденту Е.	201, 202
30	Трудности в установлении партнерских отношениях	138, 147 – 153, 179, 180
31	Замещение значимого (либидного) объекта	153, 159, 172, 173, 183, 187 – 189

Анализ стенографического материала респондента Е. дает возможность выявить наличие внутренних конфликтов, вызванные особенностями отношений в семье и деструктивным воспитанием, носящий травмирующий опыт. Структурно-семантический анализ позволил раскрыть проблемы респондента Е. – зависимости от значимых близких (к-ты 16 – 19, 25, 36, 37, 126, 127, 129, 130, 154 – 156; 170, 171, 176 – 178, 183, 185, 186, 193 – 196) и одновременно желание приобрести независимость, свободу от таких отношений с родителями (к-ты 72, 73, 82 – 89; 126, 127, 128, 134 – 136, 163). Такая противоречивая тенденция обусловлена деструктивным давлением со стороны родителей, проявляющимся в виде: агрессии со стороны родителей (к-ты 31, 32; 78, 100, 129, 130), амбивалентном отношении родителей к Е. (к-ты

147, 169, 200, 201, 202), отсутствии чувственных и гармоничных отношений (к-ты 74, 75, 92, 93, 196). В связи с этим возникла обида на отца за безучастность его в ее жизни и нехватку в любви (к-ты 89, 145, 146), конкуренция с матерью (к-ты 5 – 10, 11 – 15, 31, 32, 42–44, 129, 130, 136, 137); и поскольку респондент ощущала агрессивность со стороны родителей, то у нее формируется раздражительность на других (к-ты 1 – 4, 13, 39, 118, 129, 130).

В семье у респондента Е. усекается чувственный аспект (к-ты 4, 35, 53, 56, 66, 121, 122). Из-за этого у респондента проявляется потребность в родительском внимании и теплоте (к-ты 42 – 44, 65, 71, 74 – 81, 100, 131, 132, 139 – 142, 148 – 151, 157, 158, 176 – 178), однако путь к достижению этого осуществляется деструктивными способами – через употребление сильнодействующих лекарств, которые ставят жизнь респондента Е. под угрозу: «Таблетки стали для меня объектом шантажа родителей» (к-ты 27, 28, 31, 32).

Поскольку респондент Е. испытывает повышенный контроль и строгость со стороны родителей по отношению к себе, то происходит блокирование ее самостоятельности и свободы (к-ты 21 – 24, 92, 93, 126 – 130, 154–156). В связи с этим возникла противоречивая тенденция: стремление освободиться от контроля, стать независимой (к-ты 82-89) и одновременно зависимость от родителей, потребность получить любовь и понимание от них (к-ты 72, 73, 126 – 128, 152, 153, 164, 169, 185, 186). Таким образом, происходит блокирование потенциала (к-ты 128, 131, 132) и проявление инфантильного поведения: пассивности и зависимости (к-ты 121, 122, 144, 153), при этом проявляется стремление к достижению успеха (к-ты 166).

Родители для респондента Е. были «недостигаемыми» и часто отсутствовали (к-ты 46, 47), а также проявляли контроль по отношению к ней и требовали подчинения (к-ты 154, 155, 156, 191). Это актуализирует направленность к собственному идеалу (62 – 64, 73, 97, 123, 124, 138), а также обуславливает желание Е. манипулировать и доминировать над другими людьми (к-ты 27, 28, 97, 126, 127, 133, 134, 136 – 138). Глубинная потребность

в либидных отношениях с родителями сохранила императивную силу и теперь респонденту трудно психологически отсепарироваться от таких чувств и притяжения к значимым объектам (родителям).

Подобные деструктивные конфликтные тенденции влияют на самовосприятие и восприятие окружающих, а также могут негативно нагружать его жизнь: тенденцию к избеганию отношений с окружающими (к-ты 90 – 91, 101 – 106, 112 – 113, 116, 123 – 124, 152 – 153), что обуславливает тревогу отношений с окружающими (к-ты 66, 123, 124, 126, 127, 133, 134, 136, 138, 180) и одновременно желаний в взаимодействии с другими людьми (к-ты 138, 192). Отсутствие независимости респондента от родителей тормозит его потребность в благоприятных отношениях с ними (к-ты 123, 124, 128 – 130, 162, 163, 170, 181 – 183, 192).

У респондента Е. проявляется тенденция к единению с отцом (к-ты 36, 37, 42, 44, 147, 183) и одновременно страх перед ним за его деструктивное и «холодное» отношение (к-ты 146, 151, 152, 152). Тем не менее, респондент идеализирует образ отца, поскольку есть зависимость от него. Проецирование желанных отношений с отцом происходит на отношения с партнером: через взаимоотношения с партнером неосознанно для себя респондент Е. желает решить проблему с отцом и ставит партнера в позицию психотерапевта (к-ты 152, 153, 154, 177, 180, 187). В связи с этим следующее противоречие респондента Е. состоит в ее направленности к духовной близости и потребности в любви (к-ты 83, 162, 163, 166, 168, 170 – 173, 176, 187). Одновременно заметны трудности в налаживании отношений с партнером, предъявление высоких требований к нему (к-ты 138, 147 – 153, 154, 173, 177, 179, 180, 187, 193). Таким образом, родительская депривация (к-ты 34, 61, 74 – 88, 92, 93, 100, 123, 124, 136 – 138, 170, 171, 181, 182, 193 – 196, 200) повлияла на ощущение дисгармонии и опустошенности респондента Е. (к-ты 67, 68, 73, 89, 100, 110, 121, 122, 143, 157, 158).

Таким образом, структурно-семантический анализ позволяет выделить основные внутренние конфликты респондента Е. (табл. 3.3.2.2).

Внутренние конфликты респондента Е.

№ п/п	Жизнеутверждающие проявления		Деструктивные проявления
1	Стремление к независимости и свободе (к-ты 82–89)	↔	Зависимость от родителей (к-ты 16 – 19, 25, 36, 37, 126, 127, 129, 130, 154 – 156, 170, 171, 176 – 178, 183, 185, 186, 193 – 196)
2	Тенденция к гармоничным отношениям с родителями (к-ты 42 – 44, 65, 71, 74 – 81, 100, 131, 132, 139 – 142, 148 – 151, 157, 158, 176 – 178)	↔	Проявление нежелания отношений с родителями (к-ты 57 – 61, 147)
3	Направленность на достижение успеха (к-ты 62 – 64, 73, 97, 123, 124, 138)	↔	Блокирование внутреннего потенциала (к-ты 128, 131, 132)
4	Проявление активности (к-ты 74, 75, 76 – 88)	↔	Проявление пассивности и инертности (к-ты 121, 122, 144, 153)
5	Потребность в отношениях с окружающими (к-ты 138, 192)	↔	Избегание отношений с окружающими (к-ты 90, 91, 101 – 106, 112, 113, 116, 123, 124, 152, 153)
6	Тенденция к превосходству (к-ты 27, 28, 97, 126, 127, 133, 134, 136 – 138)	↔	Чувство неполноценности (к-ты 20, 112, 113, 138)
7	Тенденция к душевной гармонии и любви с партнером (к-ты 153, 159, 172, 173, 183, 187 – 189)	↔	Тенденция подчинять и контролировать партнера (к-ты 138, 147 – 153, 154, 173, 177, 179, 180, 187, 193)

Представленный материал позволяет обнаружить влияние травмирующих переживаний на развитие деструктивных тенденций человека, в частности: чувство незащищенности и неудовлетворенности, агрессивность, чувство одиночества, чувство неполноценности, трудности самореализации, тенденция к отчуждению отношений с окружающими. Эмоциональные переживания, обусловленные негативным опытом, полученным в семье у

респондента Е., вызвали возникновение чувства неполноценности. Подобный травматичный опыт, который приобретает ребенок, может создавать не только тенденцию избежать неудачи, а также стремление ее компенсировать. Неосознаваемыми для респондента Е. также являются психологические предпосылки деструкций у личности, связанные с травмирующим опытом. Благодаря структурно-семантическому анализу исследована детерминанта внутренних конфликтов респондента Е. – зависимость от родителей, при которой пресекается (со стороны родителей) самостоятельность, обозначаются границы в проявлении эмоций и различного рода активности. Все это может мешать дальнейшему развитию личности, блокировать инициативность, ответственность человека. В процессе работы с Е. объективировались проблемы, возникновение которых связано с системой психологических защит.

Диагностико-развивающая работа на основе анализа комплекса тематических психологических рисунков позволяет выявить личностные конфликты человека, поскольку эти конфликты, будучи не представленными в сознании, могут проявляться в определенных актах поведения. Инструментарий метода осознания внутренних конфликтов позволяет познать вытесненные аспекты личности.

3.3.3. Диагностико-развивающая работа с использованием приемов топологического моделирования в песочнице

Прием топологического моделирования с использованием песочницы также является методикой, применяемой в диагностико-развивающем процессе по методу осознания внутренних конфликтов. Песочница является одной из эффективных средств в диагностико-развивающем процессе. Работа осуществляется с применением классической песочницы с заранее подготовленным и специально обработанным песком. Психолог инициирует участника создать в песочнице композицию из миниатюрных предметных

моделей и различных камней. Топологическое моделирование в песочнице осуществляется по определенным темам: воссоздание значимого события, представление самопрезентанта; моделирование актуального эмоционального состояния и т.д. Раскрытие актуального психологического материала участника происходит благодаря диалогическому взаимодействию с психологом. Обязательно принимается во внимание тема композиции, которую участник сам определяет, к тому же высказывает свое отношение и эмоциональное восприятие к моделируемой композиции. В процессе работы акцент делается на самой модели с учетом расположения предметных моделей или камней, их величины и цвета. Это позволяет интерпретировать построенную участником композицию в направлении, актуальном для самого участника. При этом благодаря произвольности и спонтанности самого участника, а также диагностическим вопросам и гипотезам психолога осуществленная композиция наполняется личным и уникальным смыслом для участника.

Прием моделирования внутренних состояний из камней, предметных моделей в песочнице опирается на архетипическую природу используемых предметов, конкретизирующуюся в диагностико-коррекционном процессе и, таким образом, материализованно-визуализированная презентация позволяет в диалогическом взаимодействии психолога с респондентом (участником) осуществить раскрытие смыслового содержания созданной композиции. Участник, выбирая для композиции камни и предметные модели, проецирует неосознанные внутренние конфликты и пережитые события, эмоционально влияющие до сих пор на личность.

В диагностико-развивающем процессе произвольность и активность участника побуждает к эмотивному проявлению, которое через материализованные презентанты и их символическое наполнение раскрывает актуальное смысловое содержание переживаний и особенностей личности.

Ниже представлен анализ стенограммы респондента М. (см. Приложение 3.), который иллюстрирует возможности топологического

моделирования на песке с целью раскрытия и осознания внутренних конфликтов респондента. Анализ диагностико-развивающей работы с использованием топологического моделирования в песочнице позволяет объективировать психологические феномены: тенденцию к саморазрушению (к-ты 2, 11, 18, 28, 38, 47, 52, 55, 56), перенос тревоги на детей (к-ты 2, 4, 9, 10, 19, 27, 46), идентификацию с матерью в деструктивных аспектах поведения (к-ты 12, 13, 16, 17, 18, 31, 64).

Структурно-сематический анализ позволил обобщить семантику коммуникатов и объективировать тенденции психики респондента М. (табл. 3.3.3.1). Таблица представляет обобщенный анализ семантики коммуникатов диалогического взаимодействия с респондентом М.

Таблица 3.3.3.1

Обобщающий анализ коммуникатов диагностико-развивающей работы с респондентом М.

№ п/п	Содержание коммуникатов	Номера коммуникатов по стенограмме
1	Амбивалентные чувства по отношению к себе и окружающим	9, 13, 17, 24, 26, 27, 45, 47, 48, 64
2	Амбивалентные чувства к матери	24, 55, 61, 62
3	Идентификация с матерью в деструктивных проявлениях	12, 13, 16, 17, 18, 31, 39, 41, 60, 64
4	Зависимость и притяжение к родителям	12, 15, 23, 24, 27, 40, 44
5	Потребность в защите и поддержке	43, 57, 59, 63, 64
6	Чувство неполноценности	5, 6, 7
7	Тенденция к саморазрушению и сохранять позицию жертвы	18, 21, 22, 35, 38, 55, 56, 63, 67
8	Чувство незащищенности и тревоги	2, 9, 10, 18, 28, 68
9	Чувство вины, самонаказание	13, 30, 61
10	Перенос тревоги на собственных детей	2, 4, 9, 10, 19, 27, 46
11	Проявление объектных отношений	17, 22, 23, 53

Диагностико-развивающая работа с респондентом М. объективирует травматичные переживания детства, обусловленные уходом отца из семьи и авторитарным отношением со стороны матери. Отношения М. с родителями нагружены амбивалентными чувствами, интроективованием черт отца и идентификацией с матерью в деструктивных аспектах, что отражается во взаимоотношениях с мужем.

Проецирование отношений с родителями на взаимоотношения с мужем: обида на маму за деструктивное воспитание, лишение присутствия отца в семье (к-ты 22, 24, 25), отсутствие проявления любви со стороны матери и отца, отсутствие отца в жизни респондента М. Таким образом, такое проективное проявляется в идентификации с матерью, проявляющейся в разрушении отношений с мужем, равнодушном отношении и проявлении недоверия к нему. Деструктивные проявления респондента М. отражаются на блокировании отношений с мужем: недоверие, трудности в проявлении чувственного аспекта (к-ты 25, 37, 48, 52, 56, 58), тем самым актуализируется чувство вины перед мужем и ребенком (к-ты 30, 59). Такие деструктивные проявления создают зону риска в семье М. – блокирование либидной энергии, дистанцирование и разрыв, что противоречит желанию респондента М. сохранить семью. В процессе работы выявлено вынуждение повторения сценария опыта матери респондента М., обусловленное идентификацией с матерью и неосознанное притяжение к ней с целью удовлетворить внутренние глубинные потребности.

Ощущение незащищенности и одиночество обусловлены тревогой, проявляющейся в зависимости от матери, отсутствии самостоятельности и свободы: «Когда я жила с мамой, она на меня выплескивала свои эмоции и проблемы, я не могла от такого защититься». Такая тенденция проецируется на отношения с ребенком. Центрация респондента на своих переживаниях детства и тревогах сказывается на невозможности приблизиться к интересам ребенка и мужа, а также на снижении способности к саморазвитию и функционированию в целом. Чувство тревоги за собственную жизнь в детстве

проявляется во всех сферах жизнедеятельности респондента М. в настоящем.

Структурно-семантический анализ стенограммы респондента М. (см. Приложение 3.1) позволяет выявить основные внутриличностные конфликты респондента М., которые представлены в табл. 3.3.3.2

Таблица 3.3.3.2

Внутренние конфликты респондента М.

№ п/п	Жизнеутверждающие проявления		Деструктивные проявления
1	Стремление к самостоятельности (к-ты 26, 29, 66)	↔	Зависимость от родителей (к-ты 6, 7, 12, 14, 15, 23, 27, 37, 38, 40, 44, 45, 49, 52, 53)
2	Идентификация с матерью (к-ты 12, 52)	↔	Обида и неприятие матери (к-ты 11, 18, 24, 53, 60, 61, 62, 65)
3	Направленность на благоприятные отношения в семье (к-ты 29, 48, 50, 51)	↔	Тенденция к разрушению отношений в семье (к-ты 8, 14, 17, 21, 22, 25, 26, 32, 35, 37, 39, 41, 43, 45, 46, 47, 48, 51, 59, 64, 65)

Таким образом, выявлены основные внутриличностные конфликты респондента М., влияющие на развитие личностного и профессионального аспекта жизнедеятельности респондента. Осознание М. детерминант деструктивных тенденций в диагностико-развивающем процессе способствовало осознанию собственных деструктивных тенденций и конфликтов.

Диагностико-развивающий процесс с использованием камней и предметных моделей в песочнице способствовало осознанию респондентом глубинной тенденции поведения: тенденции к самонаказанию и саморазрушению, с которыми связаны инфантилизм, чувство вины и неполноценности, зависимость от родителей.

Эмпирический материал диагностико-развивающей работы с респондентом и структурно-семантический анализ стенограммы, позволяют выявить и обобщить внутренние конфликты. Аналитическая работа

позволяет раскрыть конфликтные тенденции, ведущими из которых являются жизнеутверждающая и деструктивная. Жизнеутверждающая тенденция выражается в направленности личности к пониманию себя, гармонизации состояния, ответственности за собственные действия, самостоятельности. Деструктивная тенденция находит выражение в ориентированности на психологическое самоблокирование, закамуфлированное состояние и блокирование ощущений, деструктивное проявление, раздражительность и т.д. Подобная конфликтность развивает отстраненность человека от социума, самореализации, обустройстве гармоничной и благополучной жизни, закрытость в нахождении новых контактов с людьми и нового опыта.

3.3.4. Диагностико-развивающая работа с использованием предметных моделей и камней

В психологической работе с камнями обращается внимание на расположение респондентом камней в определенной композиции в счет (учитывается расстояние друг от друга), цветовую гамму, взаимосвязь образов между собой и с жизненными событиями, пространственно-временные соотношения в композиции. Методика работы с камнями может использоваться как отдельно, так и в сочетании с другими методиками: психодрамой, неавторскими рисунками, комплексом тематических психологических рисунков.

Работа с использованием камней и предметных моделей с респондентом И. иллюстрирует зависимость от родителей и возникшие конфликты. Структурно-семантический анализ выстроен на эмпирическом материале и представлен в Приложении 4.1 (стенограмма представлена в Приложении 4.). Ниже представлен обобщающий анализ коммуникатов работы с респондентом И. (табл. 3.3.4.1)

Обобщающий анализ коммуникатов диагностико-развивающей работы с респондентом И.

№ п/п	Содержание коммуникатов	Номера коммуникатов по стенограмме
1	Зависимость и притяжение к родителям	12, 15, 17, 24, 35
2	Идентификация с отцом	7, 9, 15, 41
3	Чувство неполноценности	4, 18, 28, 36, 38
4	Тенденция к саморазрушению	8, 15, 17
5	Неосознанное повторение ситуации	39, 40
6	Блокирование потенциала	11, 21, 33
7	Тенденция к самонаказанию	19, 30
8	Проявление агрессии	20
9	Блокирование чувственного аспекта	16, 17, 20, 21, 22

Построение композиции из камней позволило выявить личностную проблему респондента И.: разрушение себя и отношений с близкими людьми по причине зависимости от родителей, потребности в понимании и свободе. Деструктивное влияние на И. со стороны отца отобразилось в виде саморазрушения (к-ты 8, 15, 17), осложнения отношений с мужем (к-ты 22, 23, 31, 34, 41) и переноса деструктивного поведения с другими людьми (к-ты 13, 14, 16, 19, 26).

Диагностико-развивающая работа объективировала значимость отца для респондента и психологическое единение с ним, но через деструктивное проявление – саморазрушение, проявляющееся по причине непринятия родителями И.: «они хотели из меня что-то сделать», «этим они меня съедают». Тем самым респондент И. не может проявить свой потенциал, его блокировали, поэтому И. теперь блокирует («съедаю себя») свою самореализацию, чтобы объединиться вместе с родителями (к-ты 6, 12). Таким образом возникают неосознанные внутренние конфликты респондента И.: желание освободиться от деструктивного чувства и одновременно – нежелание, в связи с зависимостью от прошлых переживаний с родителем. У

респондента И. это проявляется в виде агрессии и раздражения (к-т 5) по отношению к себе, к свекрови (к-ты 26, 27, 28, 32, 33), тем самым неосознанно возмещается обида на отца. Из-за центрации внимания на отношения со свекровью (что порождено деструктивными чувствами к отцу) в зоне риска могут оказаться взаимоотношения с мужем. Такие деструктивные проявления респондента И. указывают на наличие психологической зависимости от родителей, в частности от отца. Для респондента отец является значимой фигурой в ее жизни, однако из-за невозможности оптимального взаимодействия с ним, респондент склонна к неосознанному психологическому притяжению через деструктивные формы поведения.

Идентификация с отцом выражается в вынуждении повторения значимой ситуации в своей семье: отец пытался контролировать и «лепить» из респондента И. то, что он хотел, тем самым травмируя ее. Повзрослев, респондент И. контролирует дочь (к-т 39, 40), усложняет отношения со свекровью и мужем (к-ты 22, 28, 30, 32, 41). Респондент И. стремится воздать отцу в лице своей свекрови деструктивным, разрушающим путем, проявляя инфантильный стиль поведения, что подтверждает приведенный фрагмент психодрамы (к-т 35).

Нереализованное желание любви, нежности, доброты (через заблокированность либидного потенциала) замещается конкурентными и конфликтными отношениями с мужем и свекровью (к-ты 22, 28, 30, 32, 39, 41). Чувство вины сочетается с самонаказанием, которое проявляется в беззащитности в позиции психологической зависимости от отца (к-т 27, 33, 36) и желанием неосознанно для себя решить незавершенные импульсы, вызванные взаимоотношениями с отцом. Тем самым, респондент не осознанно для себя блокирует возможность налаживания оптимальных отношений с мужем и детьми, развиваться как личности, полноценно проявлять либидные чувства к своей семье.

Таким образом, анализ стенограммы и обобщающий анализ коммуникатов позволили выявить основные внутренние конфликты респондента И., представленные в табл. 3.3.4.2.

Таблица 3.3.4.2

Внутренние конфликты респондента И.

№ п/п	Жизнеутверждающие проявления		Деструктивные проявления
1	Стремление к саморазвитию (к-ты 9, 12)	↔	Блокирование самореализации и собственного потенциала (к-ты 10, 12, 18, 19, 30)
2	Тенденция к самостоятельности и ответственности (к-ты 32, 38, 40)	↔	Проявление инфантилизма (к-ты 25, 27, 30, 31, 35, 36)
3	Стремление освободиться от зависимости и деструктивного состояния (к-ты 5, 37, 38, 39)	↔	Зависимость от родителей (к-ты 14, 17, 25, 26, 28, 29, 31, 33)

Диагностико-развивающая работа показывает чувство неполноценности, обусловленная зависимостью от родителей (в частности, от отца) респондента И., что одновременно порождает отчуждение от себя и самоагрессию, капсулирование в позиции зависимости и инфантильности, нечувствительность к себе, к собственным потребностям и интересам другого. Психологическая работа раскрыла конфликтные тенденции респондента и поспособствовала респонденту И. осознать сущность собственных внутренних конфликтов, в результате чего возникло осознание и катарсис (к-ты 42, 43).

Итак, данный прием диагностико-развивающей работы поспособствовал объективированию внутренних конфликтов личности, которое обусловлено зависимостью от родителей. Установлено, что зависимость от родителей играет ведущую роль в возникновении чувства неполноценности, амбивалентности чувств к себе и к другим.

Отметим, что использование приемов топологического моделирования, позволяет человеку осознать истоки проявления собственного

деструктивного поведения или действия, которые ведут к нелогичным и необоснованным проявлениям и поступкам. Благодаря этому, личность способна к переосознанию собственных действий и проявлений, а также на общение и взаимодействие с окружающими людьми.

3.3.5. Особенности использования игрушки в диагностико-развивающем процессе

Методика работы с игрушкой, как и вышеописанные методики, может применяться как самостоятельный прием диагностико-развивающей работы, так и в сочетании с комплексом тематических психологических рисунков и художественными репродукциями. Посредством диалогического взаимодействия психолога и респондента раскрывается личностно-индивидуальный материал, эмотивно значимый для личности. При этом игрушка выступает катализатором рефлексии, позволяющим выявить личностный переживания и конфликтные тенденции, возникающие у респондента. Одним из ключевых моментов является то, что при помощи игрушки возможно познавать межличностные взаимоотношения респондента.

Применение игрушки способствует проецированию значимых переживаний и личностных трудностей, которые вербализируются респондентом не в полной мере. Также выявляются переносы инфантильного проявления отношений со значимыми людьми на ситуации профессионального и социального взаимодействия.

Диагностико-развивающая работа начинается с того, что участнику представляется набор игрушек и предлагается выбрать одну или несколько с ориентацией на собственное актуальное состояние и спонтанную эмоциональную реакцию на игрушку. Далее респонденту необходимо «одушевить» игрушку и высказать свои чувства и переживания, которые он испытывает. Тем самым, осуществляется самопрезентация участника с помощью игрушки (игрушек) и пробуждаются переживания, его актуальные

чувства. В диагностико-развивающем процессе психолог обращается к респонденту через игрушку.

В процессе психологической работы раскрываются детерминанты внутренних конфликтов, индивидуально-неповторимые особенности личности, ее глубинные детерминанты деструктивных проявлений поведения, разрушающие отношение к себе и другим людям. Работа с игрушками способствует выявлению особенностей объектных отношений личности. Использование в психологическом процессе игрушек содействует выявлению эмоционально-чувственного аспекта отношений личности с значимыми людьми и тенденцию переноса на актуальную ситуацию.

Диагностико-развивающая работа с респондентом Д. позволила обьективировать зависимые отношения с либидными объектами и перенос данных отношений на окружающих. Структурно-семантический анализ стенограммы (см. Приложение 5), работы с использованием предметной модели и игрушкой позволил обобщить полученный психологический материал респондента и обьективировать глубинно-психологические причины внутренних конфликтов, деструктирующие респондента Д. Представим обобщающий анализ коммуникатов работы (табл. 3.3.5.1).

Таблица 3.3.5.1

Обобщающий анализ коммуникатов диагностико-развивающей работы с респондентом Д.

№ п/п	Содержание коммуникатов	Номера коммуникатов по стенограмме
1	Зависимость и притяжение к родителям	4, 5, 11, 12, 14, 15, 16, 18
2	Идентификация с отцом	2, 7, 10
3	Потребность в защите	5, 12, 16, 18
4	Требования от окружающих	6, 7, 10, 11
5	Стремление к саморазвитию и свободе	2, 22
6	Интроекты от отца	10, 11
7	Обида на отца	8, 10
8	Проявление агрессии	7
9	Потребность в любви и понимании со стороны родителей	12, 13

Анализ стенографического материала диагностико-развивающей работы с помощью предметной модели с респондентом Д. позволяет объективировать следующие проявления личностных проблем: отчуждение родителей (в частности, отца), невозможность проявления либидных чувств к ним, недоверие к окружающим, пассивность, равнодушие.

Анализ стенограммы позволяет объективировать фиксацию респондента на травмирующем опыте ухода отца из семьи (к-т 7, 8), тем самым у респондента актуализировалось стремление наказать отца и нежелание его прощать. Фиксация на травме агрессивного проявления со стороны отца и его ухода из семьи обуславливает возникновение деструктивных тенденций у респондента Д: агрессия (к-ты 7), повышенные требования к окружающим (к-ты 6, 7, 10, 11), обида (к-ты 8, 10). Такие тенденции проявляются во взаимодействии и отношениях с другими людьми, которые приводят к искаженному восприятию реальности, а также к социальной дезадаптированности. Блокирование чувственного аспекта со стороны отца, нереализованные инфантильные потребности объективировали у респондента Д. потребность в защищенности (к-ты 5, 12, 16, 18), любви и принятии со стороны родителей (к-ты 12, 13). Это обосновывается зависимостью от родителей и притяжением к ним (к-ты 4, 5, 11, 12, 14, 15, 16, 18). Такие переживания обусловили у респондента Д. возникновение тревоги перед социальной жизнью, пассивность, инертность, недоверие окружающим и страх проявления чувств к другим. В процессе анализа стенограммы объективированы недоверие к окружающим и отчуждение респондентом детскости в себе, которые свидетельствуют о травмирующем влиянии инфантильного периода на психику респондента. Такие тенденции свидетельствует о влиянии родительского воспитания на развитие личности респондента, его благоприятной адаптации к окружающей действительности, открытости в взаимодействии с окружающими, самостоятельности и ответственности за свою жизнь. Влияние подобного деструктивного влияния

значимых объектов обуславливают искаженное восприятие реальности, трудности в налаживании оптимальных межличностных отношений с другими людьми, блокирование потенциала и личностной реализации.

Анализ стенограммы респондента и обобщающий анализ коммуникатов стенограммы позволили выявить основные внутренние конфликты респондента Д., представленные в табл. 3.3.5.2.

Таблица 3.3.5.2

Внутренние конфликты респондента Д.

№ п/п	Жизнеутверждающие проявления		Деструктивные проявления
1	Идентификация с отцом (к-ты 2, 11, 18)	↔	Обида, отчуждение отца (к-ты 8, 10)
2	Тенденция к саморазвитию и самостоятельности (к-ты 2, 6, 7, 22)	↔	Зависимость от родителей (к-ты 4, 5, 11, 12, 14, 15, 16, 18)
3	Стремление к взаимодействию с окружающими (к-ты 4, 16, 17, 18, 22)	↔	Агрессия и отчуждение окружающих (к-ты 6, 7)

Представленная таблица объективирует основные внутренние конфликты респондента Д.:

1. Стремление к саморазвитию, самостоятельности, и одновременно выявлены зависимость от родителей, потребность в их внимании, защите.

2. Идентификация с отцом обусловлена неосознанной потребностью «быть с отцом», и одновременно – отчуждение от отца по причине равнодушного и агрессивного его проявления по отношению к респонденту и в связи с последующим уходом из семьи; это актуализировало значимость отца.

3. Стремление к взаимодействию с окружающими, и одновременно – проявление агрессии и требований к ним, что обусловлено идентификацией с отцом, потребностью приблизиться к нему через подобное (как у отца) поведение. Тем самым происходит неосознанное наказание отца, проецированное на других людей, и единение с ним в таком деструктивном поведении.

Таким образом, проанализированный эмпирический психологический материал респондентов представил особенности применения приемов метода осознания внутренних конфликтов в выявлении и разрешении конфликтных тенденций личности. Использование приемов художественных репродукций, применение комплекса тематических психологических рисунков, игрушек, топологического моделирования из камней способствуют целостному выявлению личностных проблем человека в его неосознанных переживаниях прошлого травмированного опыта, что является предпосылкой изменений личности в диагностико-развивающем процессе тренинговых занятий. Самопознание с использованием представленных методик влияет на осознание собственных внутренних конфликтов, а также их глубинных причин, благодаря анализу и саморефлексии собственного психологического содержания (жизненного опыта). Выявление и разрешение внутренних конфликтов актуализирует готовность к самопознанию, саморазвитию и реализации собственного потенциала, установлению взаимодействия с социумом и личной стратегии поведения в различных ситуациях.

3.4. Результативность личностного развития в процессе осознания внутренних конфликтов

В основу показателей результативности диагностико-развивающего процесса по методу осознания внутренних конфликтов положены критерии изменений личности, сформулированные в работах А. Маслоу [97, 98], Э. Фромма [171, 172], Т.С. Яценко [128; 192 – 195]:

- самопознание личных особенностей, осознание и понимание собственных потребностей, понимание собственного Я;
- принятие функционирования социальных и нравственных основ социума,
- способность принимать естественную природу других людей и способность приближаться к интересам других;

- оптимальная адаптированность и стремление к творческой и профессиональной реализации в социуме;
- достижение состояния психологической зрелости;
- открытость к приобретению нового опыта;
- приближение к объективной действительности, нивелирование отступлений от реальности;
- способность абстрагироваться от подавляющих эмоций и чувств, способность и готовность исследовать себя;
- осознании личностной ответственности за социальные отношения с другими людьми.

Отметим, что индивидуально-личностные преобразования человека не является завершенным процессом. Идет речь о таких преобразованиях, где личность способна и готова к самоанализу и рефлексировать все события и ситуации, происходящие с ней, налаживать отношения с любыми людьми и обеспечивать адекватное восприятие на окружающую действительность. К тому же в данном исследовании под личностными преобразованиями предполагается осознание собственных конфликтных тенденций и выявление причин их возникновения. Положительная динамика личностных изменений, следствием которой становятся социальная адаптация человека, его эмоциональное благополучие, является показателем гармонизации личности.

Отсутствие стремления и возможностей личностных изменений характеризуется следующими дисфункциональными свойствами личности [128]:

- трудности в адекватном восприятии различных ситуаций и событий, а также оптимально принимать решения;
- тревога невозможности благоприятно взаимодействовать с окружающими людьми;
- несоответствие своих ценностей и взглядов, поведения личности;
- противоречивость действий и своих жизненных позиций;
- нестабильности эмоционального проявления;

- раздражительность и недовольство собой.

Диагностико-развивающая работа в тренинговых группах по методу осознания внутренних конфликтов направлена на углубление и расширение социализации и адаптации участников тренинговых групп. Основные изменения, которые происходят в процессе познания себя на основе метода осознания внутренних конфликтов, являются индивидуализированными для каждого участника тренинговой программы.

Динамика личностных изменений участников групп по методу осознания внутренних конфликтов соотнесена с перечисленными показателями личностных изменений. Это является результатом личностного развития испытуемых: способность и стремление понимать себя, анализировать свое состояние, благоприятно взаимодействовать с людьми, умение строить оптимальные взаимоотношения с ними; реализация собственного потенциала и стремление к активной профессиональной деятельности.

В исследовании представлены обобщенные результаты, которые способствуют личностному развитию участников тренинговых групп по методу осознания внутренних конфликтов независимо от индивидуализированных мотивов (снижение тревожности, расширение возможностей сензитивности, открытости социально-перцептивного опыта, развитие рефлексивных возможностей и т.д.). Психологическая работа в рамках указанного метода направлена на оказание помощи каждому участнику тренинговых групп в решении личностной проблемы, которая неизменно связана с его внутренними конфликтами. Таким образом, на основе теоретического и подтвержденного эмпирического материала выявлены основные внутренние конфликты, характерные для лиц в период ранней взрослости. Структурно-семантический анализ и обобщающий анализ стенограмм участников тренинговых групп позволили выявить наличие основных внутренних конфликтов испытуемых, которые мы распределили на жизнеутверждающие (направленные на рост и развитие личности) и

деструктивные (блокирующие потенциал личности) проявления (табл. 3.4.1).

Таблица 3.4.1

Основные характеристики внутренних конфликтов испытуемых				
№ п/п	Жизнеутверждающие проявления		Деструктивные проявления	%
1	Стремление к саморазвитию	↔	Тенденция к блокированию потенциала	31,7
2	Стремление к достижению успеха	↔	Тенденция избегания неудачи	18,6
3	Ощущение собственной значимости	↔	Чувство неполноценности	26,1
4	Стремление к самостоятельности	↔	Зависимость от значимого Другого и помощи от окружающих	42,9
5	Потребность в отношениях с окружающими	↔	Избегание отношений с окружающими	24,2

Согласно результатам обобщающего и структурно-семантического анализа, мы установили частоту обнаруженных конфликтных тенденций у испытуемых. Из наиболее часто выявляемых конфликтов у испытуемых можно назвать следующие: стремление к самостоятельности и одновременно зависимость от родителей и окружающих – 42,9 %, стремление к саморазвитию и одновременно тенденция к блокированию потенциала – 31,7 %, ощущение собственной значимости и одновременно – чувство неполноценности – 26,1 %.

Таким образом, основными показателями результативности метода осознания внутренних конфликтов выступают:

- 1) способность личности к познанию своих особенностей;
- 2) осознание собственного «Я», результатом чего выступает, в частности, снижение уровня тревожности;
- 3) децентрировать внимание с собственного «Я» и приближаться к интересам других;
- 4) понимание своей индивидуальной неповторимости и собственной

личности;

5) развитие возможности саморефлексии и познание собственных эмоциональных состояний и поведения;

6) овладение навыками оптимального взаимодействия и общения с окружающими;

7) принятие и понимание других людей с учетом их особенностей;

8) способность оценивать реальную ситуацию и умение управлять ею;

9) формирование навыков принимать ответственность за свое поведение;

10) развитие и стремление к реализации и профессиональному росту.

Итак, полученные практические результаты диагностико-развивающего процесса приближены к критериям личностных изменений личности, сформулированным А. Маслоу, Э. Фроммом и Т.С. Яценко. Эмпирический материал, полученный в результате применения метода осознания внутренних конфликтов подтверждает, что внутренние конфликты порождают социально-перцептивные искажения и трудности в восприятии людей и различных ситуаций. Диагностико-развивающий процесс в тренинговых группах способствует повышению адаптивности испытуемых к окружающей действительности и социуму. На тренинговых занятиях становятся возможными объективация и познание конфликта между инфантильными желаниями «Я» и требованиями социума, которые предъявляются к зрелой личности, способной брать ответственность за себя и собственные действия, а также принимать конструктивные решения в различных ситуациях.

Таким образом, предполагаем, что метод осознания внутренних конфликтов способствовал положительным личностным изменениям за счет переосмысления личностной позиции по отношению к себе, высвобождения внутреннего напряжения, что влияет на повышение показателей психического здоровья. Результативность работы отображает изменения личности в контексте развития способности к самопознанию, реалистичности в

самовосприятия, принятия других людей, эмоционального комфорта, стремления занимать активную позицию в деятельности, не ущемляя интересы других, повышения адаптации к жизненным трудностям, нивелирования избегания в решении проблем.

3.5. Сравнительный анализ констатирующего и контрольного этапа исследования личностного развития в ранней взрослости

Целью контрольного исследования выступило выявление различий по интегральным показателям изменения личностного развития испытуемых экспериментальной группы. Оценка статистической достоверности различий в результатах экспериментальной группы до и после прохождения занятий в тренинговых группах проведена с помощью непараметрического статистического критерия Вилкоксона и t-критерия Стьюдента. Для контрольного этапа использовались методики, примененные на констатирующем этапе экспериментального исследования.

В процессе контрольного этапа экспериментального исследования осуществлена диагностика личностного развития испытуемых согласно показателям *поведенческой составляющей*. Показатели проверялись с помощью методики «Самоактуализационный тест» (САТ). Полученные результаты динамики показателей представлены в табл. 3.5.1

**Описательная статистика поведенческой составляющей по
контрольной и экспериментальной группам до и после прохождения
тренинговых занятий**

Шкалы	Группа	Среднее и станд.отклон ($\mu \pm \sigma$) до	Среднее и станд.отклон ($\mu \pm \sigma$) после	Разница сред. значений (баллы)	Критерий Вилкоксона
<i>ОВ</i>	Э	8,50±3,07	10,45±2,27	1,94	<0,001*
	К	8,57±2,36	8,86±2,54	0,29	<0,003*
<i>П</i>	Э	45,17±10,19	48,55±8,07	3,38	<0,001*
	К	43,58±8,18	43,34±8,48	-0,23	0,481
<i>ГП</i>	Э	12,09±3,09	12,11±3,03	0,01	0,695
	К	11,46±2,91	11,15±2,92	-0,31	<0,001*
<i>Кн</i>	Э	11,14±3,27	11,18±3,18	0,03	0,543
	К	10,50±3,15	10,48±3,22	-0,01	0,564
<i>Сен</i>	Э	8,78±2,90	10,18±2,00	1,40	<0,001*
	К	7,29±2,07	7,32±2,03	0,02	0,405
<i>Поз</i>	Э	5,13±1,67	6,16±1,57	1,02	<0,001*
	К	5,16±1,58	5,19±1,57	0,03	0,248

Примечание: * - высокий уровень статистической значимости. Шкалы: «ОВ» - ограничение во времени; «П» - поддержка; «ГП» - гибкость поведения; «Кн» - контактность; «Сен» - сензитивность; «Поз» - познавательные потребности

Как свидетельствуют результаты исследования (табл. 3.5.1.), экспериментальная и контрольная группа до прохождения тренинговых занятий по методу осознания внутренних конфликтов обладали приблизительно одинаковыми показателями. Показатели результатов экспериментальной группы после прохождения тренинговых занятий значительно возросли по следующим шкалам: ориентация во времени (ОВ) – $\mu \pm \sigma = 10,45 \pm 2,27$ ($p < 0,001$); поддержка (П) $\mu \pm \sigma = 48,55 \pm 8,07$ ($p < 0,001$); сензитивность (Сен) – $\mu \pm \sigma = 10,18 \pm 2,00$ ($p < 0,001$); познавательные потребности (Поз) – $\mu \pm \sigma = 6,16 \pm 1,57$ ($p < 0,001$). Значимые показатели по данным шкалам указывает на способность к ответственности и самостоятельности в собственных действиях, умение руководствоваться целями и установками, способность адекватно оценивать ситуацию и рефлексировать свои поступки и потребности, направленность на стремление к активной позиции в собственной деятельности и приобретению

познавательных целей. Показатели по другим шкалам не отмечены значимостью результатов: шкала гибкости поведения (ГП) и контактности (К). Предположительно это может указывать на то, что участники экспериментальной группы испытывают трудности в поведении, неготовности быстро и оптимально действовать в изменяющейся ситуации и не обладают высокими навыками быстрого установления контакта с людьми. Средние значения результатов не отражают значительные изменения в контрольной группе, однако по шкалам ориентация во времени (ОВ) и гибкости поведения (ГП) обнаружены значимые изменения. Результат по шкале гибкости поведения (ГП) является значимым, однако в отрицательную сторону, что говорит о том, что показатель уменьшился. Результаты констатирующего и контрольного этапа экспериментального исследования наиболее наглядно представлены на рисунке 3.5.1.

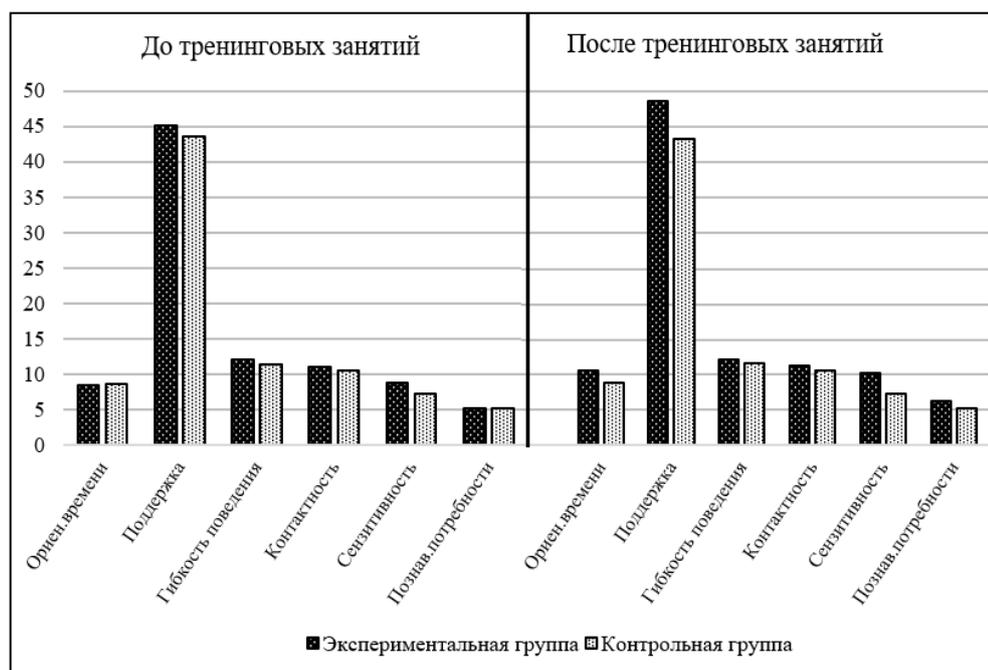


Рис. 3.5.1 Динамика показателей поведенческого компонента по методике «Самоактуализационный тест»

На рис. 3.5.1. видно, что показатели поведенческой составляющей в экспериментальной группе увеличились в сравнении с контрольной группой, что свидетельствует о положительной динамике.

Сравнительная статистическая разница между экспериментальной и

контрольной группой на констатирующем и контрольном этапах эксперимента представлена в таблице 3.5.2.

Таблица 3.5.2

Сравнительная статистика поведенческой составляющей экспериментальной группы относительно контрольной группы

Шкалы	Этапы	Группы		t-критерий Стьюдента (t; P)
		Э	К	
		Среднее и станд. отклонение ($\mu \pm \sigma$)	Среднее и станд. отклонение ($\mu \pm \sigma$)	
ОВ	До	8,50±3,07	8,57±2,36	t=-0,17; P<0,863302
	После	10,45±2,27	8,86±2,54	t=4,83; P<0,000003*
П	До	45,17±10,19	43,58±8,18	t=1,26; P<0,206961
	После	48,55±8,07	43,34±8,48	t=4,62; P<0,000006*
ГП	До	12,09±3,09	11,46±2,91	t=1,56; P<0,119382
	После	12,11±3,03	11,15±2,92	t=2,39; P<0,017868*
Кн	До	11,14±3,27	10,50±3,15	t= 1,47; P<0,141155
	После	11,18±3,18	10,48±3,22	t=1,60; P<0,109141
Сен	До	8,78±2,90	7,29±2,07	t=4,33; P<0,000023*
	После	10,18±2,00	7,32±2,03	t=10,40; P<0,000000*
Поз	До	5,13±1,67	5,16±1,58	t=-0,11; P<0,909615
	После	6,16±1,57	5,19±1,57	t=4,53; P<0,000010*

Примечание: * - высокий уровень статистической значимости.

В таблице 3.5.2 представлена разница показателей экспериментальной группы относительно контрольной до и после проведения тренинговой программы. До проведения тренинговой программы результаты экспериментальной и контрольной группы по многим показателям значимо не отличались. Однако стоит отметить, что показатель сензитивности (Сен) – $t[P<0,000023]=4,33$ выделяется статистической значимостью. Это может указывать на направленность испытуемых экспериментальной группы к познанию своих чувств и потребностей. Достоверная разница значений свидетельствует о том, что формирующий этап эксперимента повлиял на изменение показателей поведенческой составляющей личностного развития испытуемых.

Далее представим гистограммы динамики показателей отдельно по экспериментальной (рис. 3.5.2.) и контрольной группе (рис. 3.5.3.).

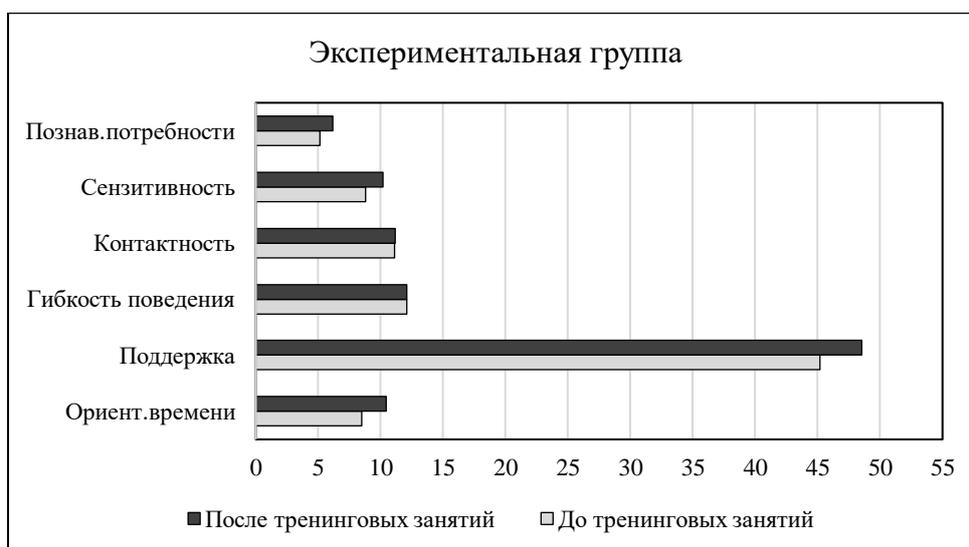


Рис. 3.5.2. Динамика показателей экспериментальной группы на констатирующем и контрольном этапах исследования

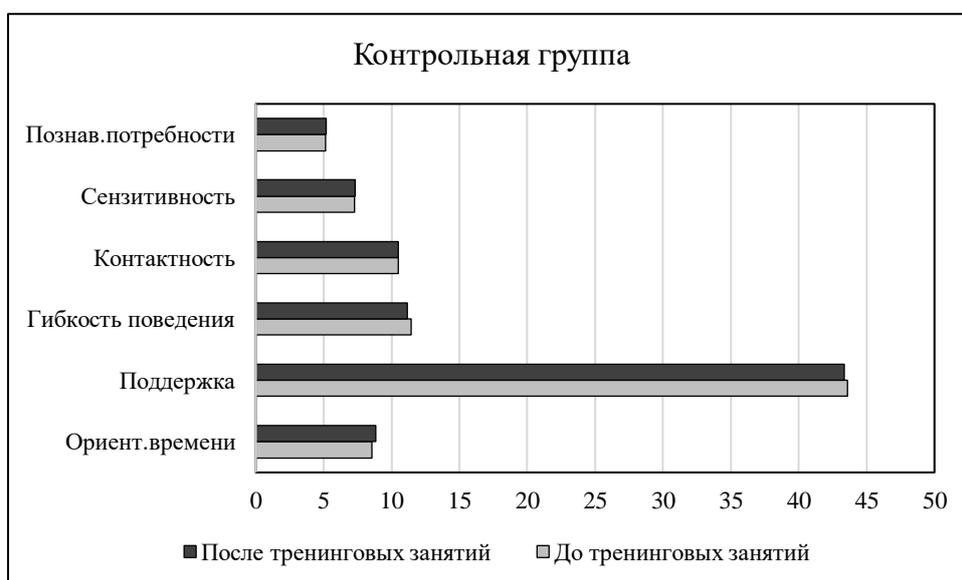


Рис. 3.5.3. Динамика показателей контрольной группы на констатирующем и контрольном этапах исследования

Из рис. 3.5.2. наглядно представлены существенные изменения по всем шкалам, кроме шкалы контактность и гибкость поведения. В контрольной группе (рис. 3.5.3.) значимых изменений не обнаружено, более того, некоторые показатели уменьшились.

Социальный компонент исследован с помощью методики «Уровень субъективного контроля». В таблице 3.5.3 наглядно представлена статистика изменений средних значений (μ) в экспериментальной группе по каждой шкале методики.

Таблица 3.5.3

Описательная статистика социальной составляющей в экспериментальной и контрольной группах до и после прохождения тренинговых занятий

Шкалы	Группа	Среднее и станд.отклон ($\mu \pm \sigma$) до	Среднее и станд.отклон ($\mu \pm \sigma$) после	Разница сред. значений (баллы)	Критерий Вилкоксона
<i>Ио</i>	Э	34,5±15,85	40,07±12,79	5,56	<0,001*
	К	33,72±13,21	33,33±13,52	-0,39	0,112
<i>Ид</i>	Э	11,48±6,35	13,74±5,53	2,26	<0,001*
	К	6,74±5,00	5,94±4,17	-0,81	<0,003*
<i>Ин</i>	Э	6,90±7,55	10,68±5,72	3,79	<0,001*
	К	5,56±6,66	5,53±6,00	-0,03	0,862
<i>Им</i>	Э	3,41±3,07	4,68±2,17	1,27	<0,001*
	К	2,28±2,60	2,10±2,49	-0,18	0,204

Примечание: * - высокий уровень статистической значимости. Шкалы: «Ио» - общая интернальность; «Ид» - интернальность в области достижений; «Ин» - интернальность в области неудач; «Им» - интернальность в области межличностных отношений.

В экспериментальной группе выявлены следующие показатели значимых изменений по каждой шкале: «Ио» – $\mu \pm \sigma = 40,07 \pm 12,79$ ($p < 0,001$); «Ид» – $\mu \pm \sigma = 13,74 \pm 5,53$ ($p < 0,001$); «Ин» – $\mu \pm \sigma = 10,68 \pm 5,72$ ($p < 0,001$); «Им» – $\mu \pm \sigma = 4,68 \pm 2,17$ ($p < 0,001$). В контрольной группе значимых изменений не выявлено, за исключением одного показателя (Ид), который отмечен уменьшением разницы значений до и после формирующего этапа.

Значимая результативность показателей в экспериментальной группе свидетельствует об обладании ответственности за собственные действия, управление ими, способности к рациональной оценке своих достижений и успехов, а также готовности к развитию оптимальных отношений с другими людьми. Представленные результаты экспериментальной и контрольной групп наглядно отражены на рисунке 3.5.4.

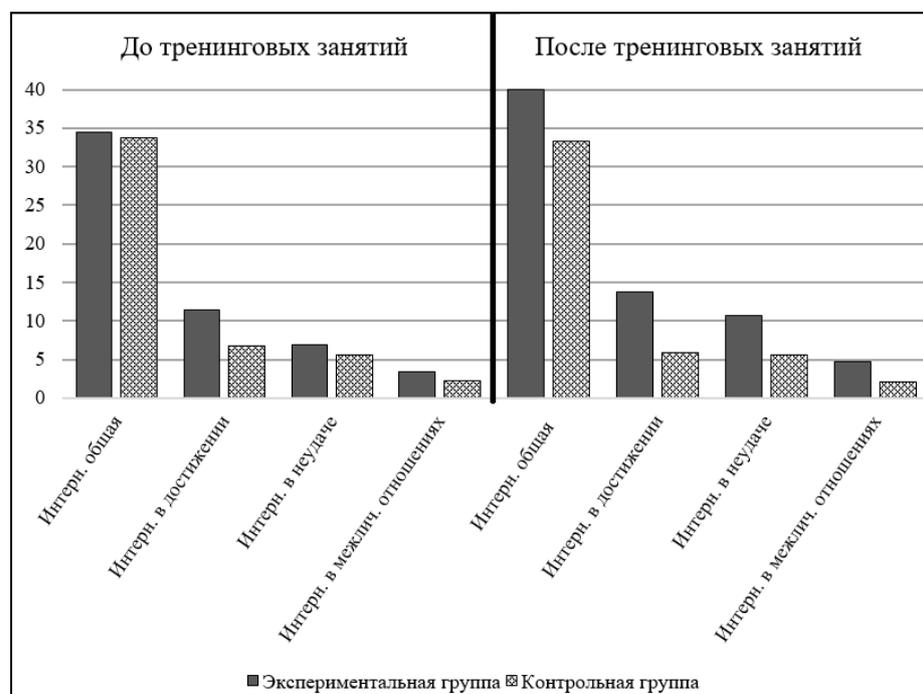


Рис. 3.5.4. Динамика показателей социального компонента по методике «Уровень субъективного контроля»

Отметим, что в экспериментальной группе выявлены показатели, которые значительно повысились, в сравнении с другими: интернальность общая и интернальность в области неудачи. Это свидетельствует о готовности к контролю своего поведения и способности нести ответственность за различные неприятные события, которые произошли с личностью.

В таблице 3.5.4. указаны результаты сравнительной статистики по социальной составляющей развития личности. По всем показателям социальной составляющей развития представлена достоверная значимость различий между экспериментальной и контрольной группой. Также выявлен высокий уровень значимости различий по следующим показателям: интернальность в области достижений (Ид) – $t[P<0,000000]=6,09$ и интернальность в межличностных отношениях (Им) – $t[P<0,003991]=2,91$. Предположительно, это может указывать, что уже на констатирующем этапе исследования испытуемые (позже вошедшие в экспериментальную группу) имели повышенный уровень желания самостоятельно добиваться успехов, а также желание вызывать уважение со стороны других людей, чем контрольная группа. Контрольный этап подтверждает, что тренинговая программа поспособствовала более высоким

результатам по данным показателям у экспериментальной группы.

Таблица 3.5.4

Сравнительная статистика социальной составляющей личностного развития экспериментальной группы относительно контрольной группы

Шкалы	Этапы	Группы		t-критерий Стьюдента (t; P)
		Э	К	
		Среднее и станд. отклонение ($\mu \pm \sigma$)	Среднее и станд. отклонение ($\mu \pm \sigma$)	
<i>Ио</i>	До	34,5±15,85	33,72±13,21	t=0,39; P<0,694586
	После	40,07±12,79	33,33±13,52	t=3,76; P<0,000220*
<i>Ид</i>	До	11,48±6,35	6,74±5,00	t=6,09; P<0,000000*
	После	13,74±5,53	5,94±4,17	t=11,73; P<0,000000*
<i>Ин</i>	До	6,90±7,55	5,56±6,66	t=1,38; P<0,168508
	После	10,68±5,72	5,53±6,00	t=6,45; P<0,000000*
<i>Им</i>	До	3,41±3,07	2,28±2,60	t=2,91; P<0,003991*
	После	4,68±2,17	2,10±2,49	t=8,11; P<0,000000*

Примечание: * - высокий уровень статистической значимости.

Представим сравнительные результаты по методике «Уровень субъективного контроля» отдельно в экспериментальной (рис. 3.5.5) и контрольной группе (рис. 3.5.6).

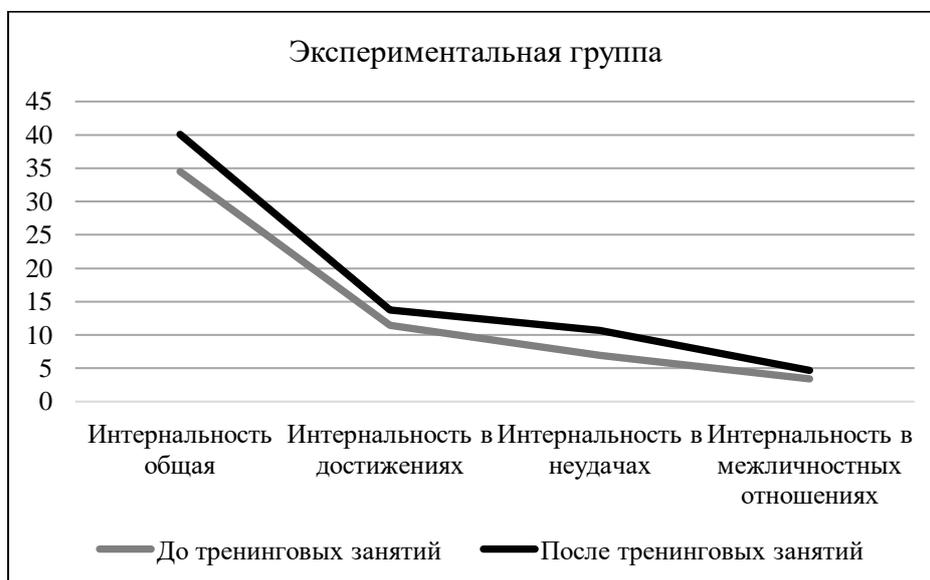


Рис. 3.5.5. Динамика показателей экспериментальной группы на констатирующем и контрольном этапах исследования

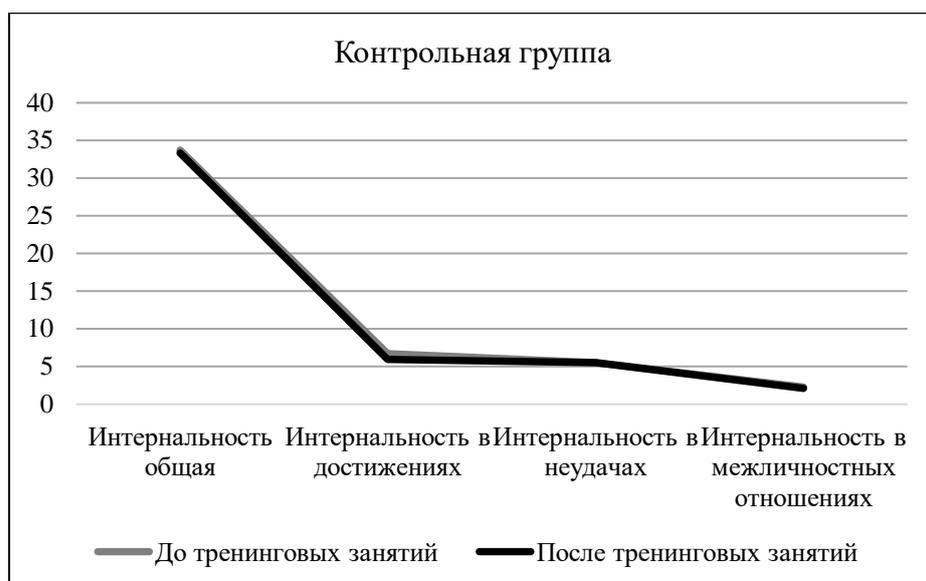


Рис. 3.5.6. Динамика показателей контрольной группы на констатирующем и контрольном этапах исследования

Согласно представленным результатам обнаружена динамика показателей социального компонента в экспериментальной группе. Это свидетельствует о готовности к взаимоотношениям с другими людьми и способности управлять собой в различных ситуациях. Отметим, что в контрольной группе показатели не изменились.

Исследование *рефлексивного компонента* осуществлено с помощью методики «Опросник самоотношения» (табл. 3.5.5), позволяющей определить представление и отношение к себе.

Таблица 3.5.5

Описательная статистика рефлексивной составляющей в экспериментальной и контрольной группах до и после прохождения тренинговых групп

Шкалы	Группа	Среднее и станд.отклон ($\mu \pm \sigma$) До	Среднее и станд.отклон ($\mu \pm \sigma$) После	Разница сред. значений (баллы)	Критерий Вилкоксона
S	Э	16,26±4,09	17,62±4,63	1,36	<0,001*
	К	16,21±4,08	16,10±3,92	-0,11	0,047
I	Э	8,98±2,78	9,69±2,74	0,71	<0,001*
	К	8,93±2,79	8,92±2,83	-0,01	0,782
II	Э	8,36±7,95	8,53±2,34	0,17	<0,001*
	К	7,60±2,40	7,60±2,41	0,00	1,000
III	Э	9,75±1,44	10,54±1,43	0,79	<0,001*
	К	9,79±1,44	9,84±1,47	0,06	0,134
IV	Э	6,35±1,17	6,79±1,08	0,44	<0,001*
	К	6,38±1,18	6,36±1,18	-0,02	0,564

Примечание * - высокий уровень статистической значимости. Шкалы: «S» - глобальное самоотношение; «I» - самоуважение; «II» - аутосимпатия; «III» - ожидаемое отношение от других; «IV» - самоинтерес.

Как свидетельствуют результаты, представленные в таблице 3.5.5, в экспериментальной группе после прохождения тренинговых групп зафиксированы положительные изменения по следующим шкалам: глобальное самоотношение (S) – $\mu \pm \sigma = 17,62 \pm 4,63$ ($p < 0,001$); самоуважение (I) – $\mu \pm \sigma = 9,69 \pm 2,74$ ($p < 0,001$); аутосимпатия (II) – $\mu \pm \sigma = 8,53 \pm 2,34$ ($p < 0,001$); ожидаемое отношение от других (III) – $\mu \pm \sigma = 10,54 \pm 1,43$ ($p < 0,001$); самоинтерес (IV) – $\mu \pm \sigma = 6,79 \pm 1,08$ ($p < 0,001$). По критерию Вилкоксона различия показателей по всем шкалам являются значимыми для данной выборки ($p < 0,001$). Данные свидетельствуют о существенных изменениях у испытуемых экспериментальной группы по показателям самопознание, способности оценить свои возможности и ресурсы для самореализации в личностном и профессиональном аспекте, направленности на развитие себя, своего потенциала. Ситуация в контрольной группе значимо не изменилась, а некоторые из показателей уменьшились по сравнению с констатирующим этапом. Результаты методики наглядно отражены на рисунке 3.5.7.

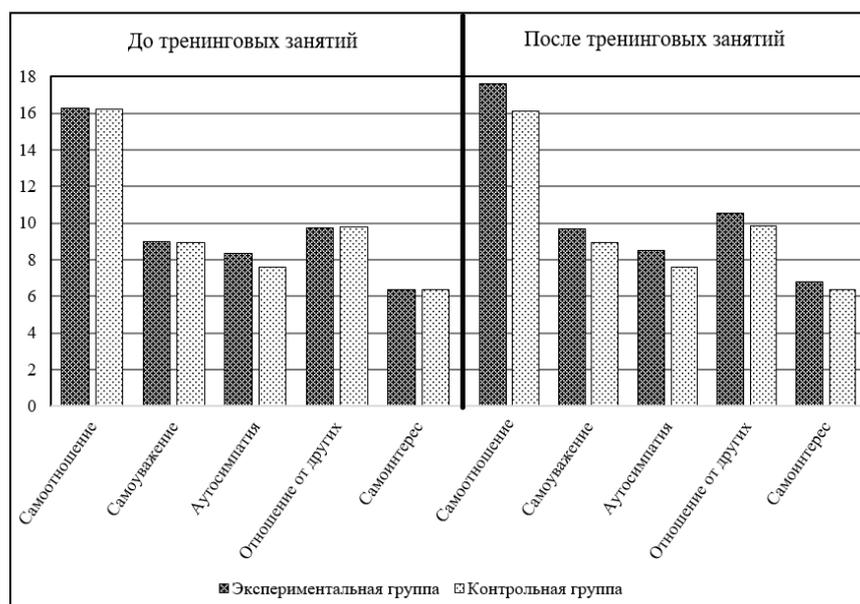


Рис. 3.5.7. Динамика показателей рефлексивного компонента по методике «Опросник самоотношения»

На рисунке 3.5.7 наглядно видно, что показатели констатирующего этапа у экспериментальной и контрольной группы выровнены. На контрольном этапе показатели экспериментальной группы возросли в сравнении с контрольной группой.

Далее представим результаты сравнительной статистики между показателями экспериментальной и контрольной группы, используя критерий Стьюдента (табл. 3.5.6).

Таблица 3.5.6

Сравнительная статистика рефлексивной составляющей экспериментальной группы относительно контрольной группы

Шкалы	Этапы	Группы		t-критерий Стьюдента (t; P)
		Э	К	
		Среднее и станд.отклон ($\mu \pm \sigma$)	Среднее и станд.отклон ($\mu \pm \sigma$)	
S	До	16,26 \pm 4,09	16,21 \pm 4,08	t=0,09; P<0,927475
	После	17,62 \pm 4,63	16,10 \pm 3,92	t=2,90; P<0,010002*
I	До	8,98 \pm 2,78	8,93 \pm 2,79	t=0,14; P<0,885358
	После	9,69 \pm 2,74	8,92 \pm 2,83	t=2,04; P<0,042149*
II	До	8,36 \pm 7,95	7,60 \pm 2,40	t=0,96; P<0,335874
	После	8,53 \pm 2,34	7,60 \pm 2,41	t=2,90; P<0,004154*
III	До	9,75 \pm 1,44	9,79 \pm 1,44	t=-0,21; P<0,833283
	После	10,54 \pm 1,43	9,84 \pm 1,47	t=3,54; P<0,000488*
IV	До	6,35 \pm 1,17	6,38 \pm 1,18	t=-0,18; P<0,850215
	После	6,79 \pm 1,08	6,36 \pm 1,18	t=2,77; P<0,006117*

Примечание: * - высокий уровень статистической значимости.

Согласно результатам, представленным в таблице 3.5.6, все показатели рефлексивной составляющей личностного развития экспериментальной группы относительно контрольной после тренинговой работы являются статистически значимыми. Такие результаты могут свидетельствовать о том, что у экспериментальной группы изменилось отношение к себе и своим возможностям, четко оформилась ориентация на понимание себя и окружающих людей. Можем предполагать, что тренинговая программа по осознанию внутренних конфликтов личности оказала благоприятное воздействие на самоотношение и самопознание экспериментальной группы.

Представим сравнительные результаты показателей отдельно в

экспериментальной (рис. 3.5.7.) и контрольной (рис. 3.5.8.) группах.

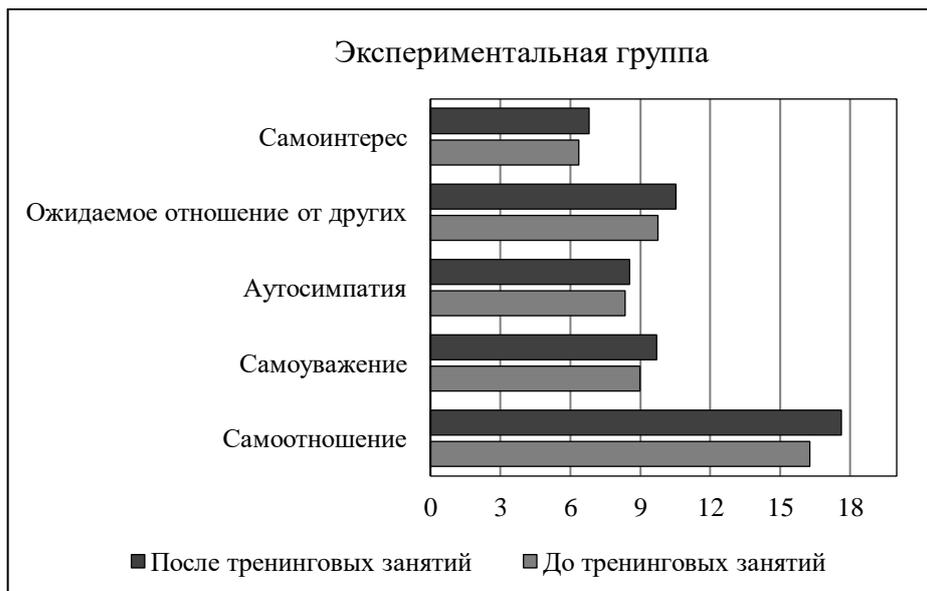


Рис. 3.5.8. Динамика показателей экспериментальной группы на констатирующем и контрольном этапах исследования

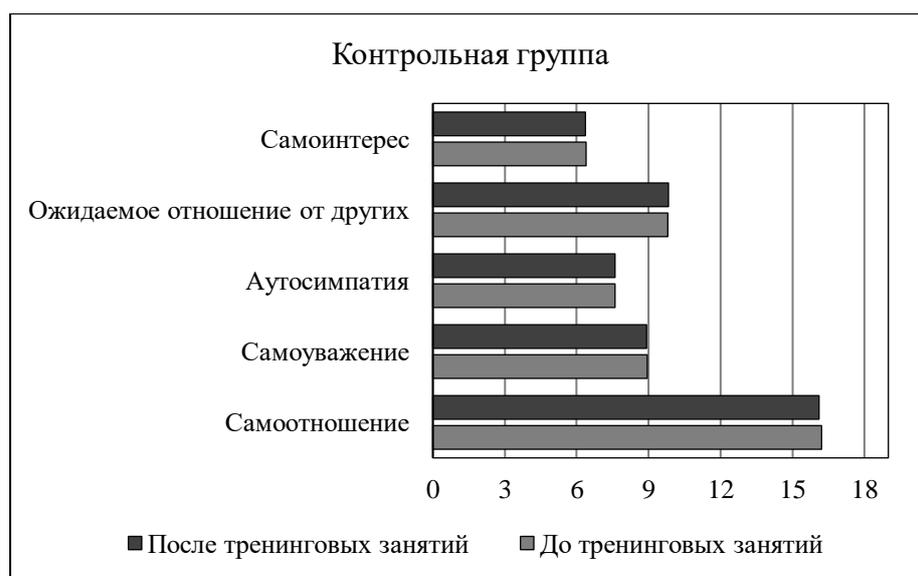


Рис. 3.5.9. Динамика показателей контрольной группы на констатирующем и контрольном этапах исследования

Представим разницу значений в процентном соотношении контрольного этапа исследования относительно констатирующего (после тренинговых занятий относительно до тренинговых занятий) в экспериментальной и контрольной группе. На рис. 3.5.10. представлены результаты разницы значений у экспериментальной группы контрольного этапа относительно констатирующего (в табл. – «разница после относительно до»).

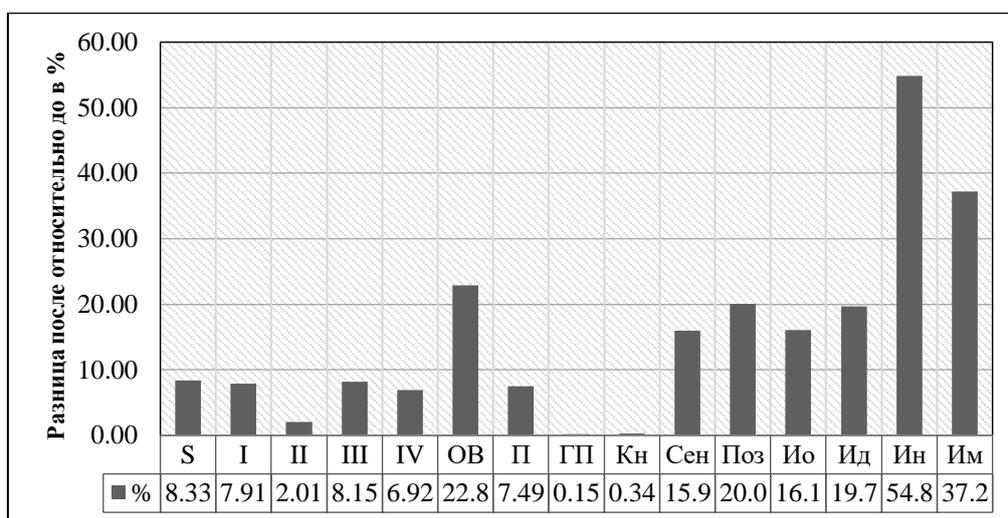


Рис. 3.5.10. Разница значений контрольного этапа относительно констатирующего в экспериментальной группе

Иллюстративно представлены значимые изменения у экспериментальной группы после формирующего этапа исследования. Показатели по всем шкалам заметно повысились, за исключением двух показателей гибкости поведения (ГП) и контактности (Кн).

Далее представим результаты разницы значений у контрольной группы (рис. 3.5.11).

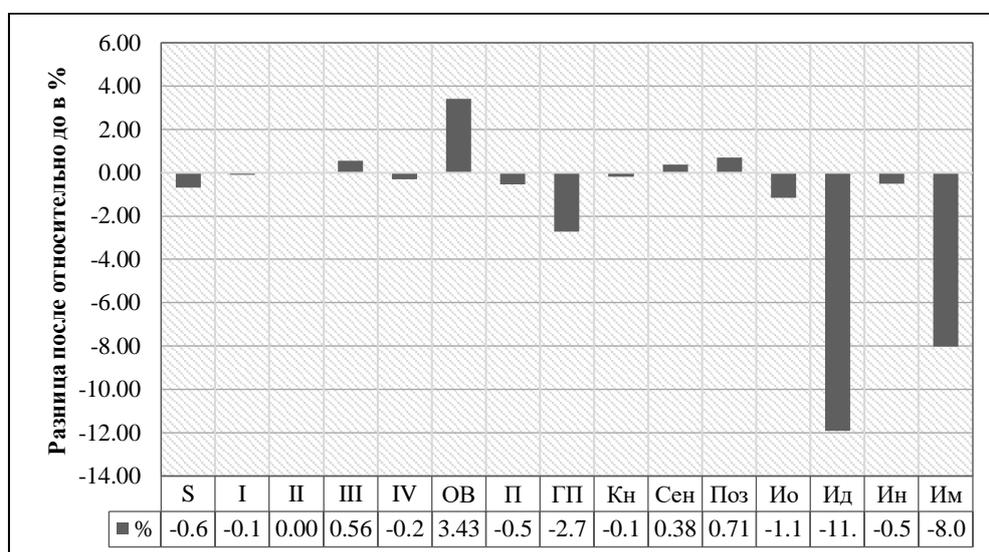


Рис. 3.5.11. Разница значений контрольного этапа относительно констатирующего в контрольной группе

В контрольной группе заметно понижение показателей либо не значительное повышение. В основном заметно статичное положение показателей личностного развития. Единственный показатель, который

значимо возросла ориентация во времени (ОВ), что указывает на реалистичное восприятие действительности и соответствующее реагирование и ориентацию на происходящие события.

Полученные данные контрольного этапа исследования позволили проверить эффективность проведения групп по методу осознания внутренних конфликтов, проведенные на формирующем этапе эксперимента. Прослеживается очевидная динамика всех составляющих личностного развития: поведенческой, социальной и рефлексивной, которые являются взаимосвязанными между собой и взаимодополняемыми, что важно для данного диссертационного исследования.

Экспериментальные данные доказывают результативность занятий по методу осознания внутренних конфликтов, что подтверждает сравнение показателей экспериментальной и контрольной групп. Результаты экспериментального исследования позволяют констатировать повышение уровня личностного развития испытуемых, которые проходили тренинговые занятия по методу осознания внутренних конфликтов. Испытуемые приобретают большую эмоциональную стабильность, увеличивается тенденция к достижению успеха, повышается уровень понимания и принятия себя и окружающих, они становятся более открытыми, активными в общении, повышается чувство внутреннего комфорта, социальная адаптация. Это подтверждает результативность диагностико-развивающего процесса с целью выявления и разрешения внутренних конфликтов и связанных с ними деструкций поведения у испытуемых. Таким образом, происходят положительные изменения при осознании истоков личностной проблемы: осознание внутренних конфликтов, ослабление деструктивных проявлений, налаживание контактов с другими людьми, проявление активности и т.д. Данные изменения способствуют повышению показателей устойчивости мотивационной направленности и системы ценностей личности, готовности к взаимодействию с людьми с учетом понимания их интересов, способности к самопознанию и самоанализу, стремления к личностному развитию и росту.

Выводы по Главе 3

Выделены составляющие личностного развития в период ранней взрослости: рефлексивный (стремление к познанию себя и своих личностных ресурсов, развитие рефлексивного потенциала, потребность в саморазвитии), социальный (готовность к взаимодействию с окружающими, управление собой в различных жизненных ситуациях), поведенческий (направленность на активную деятельность, понимание своих поступков, обладание личностными стратегиями поведения). Выделены основные показатели личностного развития. Осуществлен подбор психодиагностических методик, которые позволяют проследить динамику показателей личностного развития испытуемых.

Представлены результаты экспериментального исследования личностного развития испытуемых. На констатирующем этапе исследования показатели экспериментальной и контрольной группы значимо не отличаются. С помощью корреляционного анализа выявлены корреляционные связи между показателями, которые указывают на наличие противоречивых тенденций у испытуемых.

Описаны возможности диагностико-развивающих методик и средств, применение которых позволяет изучить специфику внутренних конфликтов испытуемых и оказать психологическую помощь в их нивелировании: комплекс тематических психологических рисунков, художественные репродукции, предметные модели, камни и игрушки, топологическое моделирование в песочнице и др. Анализ особенностей применения методик позволяет выявить и объективировать внутренние конфликты личности.

Представлены результаты формирующего этапа исследования, доказывающие наличие внутренних конфликтов у участников исследования. Полученный экспериментальный материал позволил установить основные противоречивые тенденции личности испытуемых: жизнеутверждающие

(стремление к саморазвитию) и деструктивные (стремление к саморазрушению). Результаты исследования свидетельствуют о наличии следующих внутренних конфликтов у испытуемых: стремление к саморазвитию и одновременно тенденция к блокированию потенциала; стремление к самостоятельности и одновременно зависимость от родителей и помощи от окружающих; стремление к достижению успеха и одновременно тенденция избегания неудачи; ощущение собственной значимости и одновременно чувство неполноценности; потребность в отношениях с окружающими людьми и избегание отношений. Эти внутренние конфликты часто обусловлены зависимостью от значимых людей и травматическими переживаниями детства. Результаты аналитического обобщения диагностико-развивающего процесса с использованием различных методик доказывают возможность самопознания личностью своих неосознанных причин внутренних конфликтов, что способствует ее самопознанию, развитию творческого потенциала, принятию интересов и пониманию других людей, направленности на самореализацию.

Экспериментальное исследование позволило осуществить количественный и качественный анализ личностных изменений у испытуемых с помощью блока методик по составляющим личностного развития: поведенческая, социальная и рефлексивная. Анализ достоверности различий по каждому показателю методики в экспериментальной группе осуществлен с помощью критерия Вилкоксона и t-критерия Стьюдента. Выявлена динамика в каждой составляющей личностного развития в экспериментальной группе испытуемых. При этом обнаружено, что определенные показатели поведенческой составляющей оказались неизменными, а именно по параметру преобразование личностных стратегий поведения. Предположительно это может быть связано с трудностями изменения привычного навыка поведения личности и недостаточной внутренней готовностью. Определена разница средних значений показателей контрольного этапа относительно констатирующего в экспериментальной и контрольной группах. Средние

значения показателей экспериментальной группы значительно увеличились по сравнению с контрольной группой, где по определенным шкалам средние значения пошли на спад. Осуществлен корреляционный и факторный анализ двух групп испытуемых. С помощью корреляционного анализа исследовали и выявили конфликтные корреляционные взаимосвязи между показателями личностного развития.

Заключение

В диссертационном исследовании осуществлено теоретическое обобщение проблемы внутренних конфликтов в процессе личностного развития в ранней взрослости, проявляющееся в раскрытии сущности данного феномена, определении составляющих личностного развития, разработке метода осознания внутренних конфликтов и его апробации в тренинговой программе.

1. В ранней взрослости отмечаются конфликтные тенденции между стремлением к независимости и одновременно возникающими трудностями вхождения в самостоятельную жизнь, направленность на взаимоотношения с окружающими и одновременно избегание взаимодействия с другими, стремлением к профессиональному самоутверждению и трудностями в выборе пути реализации в профессии.

2. При изучении особенностей развития личности в ранней взрослости определены составляющие и показатели личностного развития. Данные особенности включают достаточно высокий уровень осознания себя, своих способностей и потенциала (рефлексивная составляющая), направленность на взаимодействие с социумом и стремление к выстраиванию личных отношений (социальная составляющая), активность и самостоятельность в своих действиях, принятие ответственности за собственную жизнь (поведенческая составляющая).

3. В экспериментальном исследовании составляющих личностного развития молодых людей выявлены конфликтующие тенденции между: уровнем независимости, а также самостоятельности в своих действиях и ответственности за эти действия в различных ситуациях; способностью гибко проявлять себя в ситуациях и способностью оценивать свои действия; направленностью на осознание, понимание себя и способностью оптимально и гибко реагировать на события. Обнаружена взаимосвязь внутренних конфликтов с рефлексивной, социальной и поведенческой составляющими личностного развития у молодых людей.

4. В формирующем эксперименте, проведенном с целью выявления и разрешения внутренних конфликтов, использован метод осознания внутренних конфликтов и разработанная на его основе тренинговая программа. Программа включала три этапа, направленных на самопознание молодых людей с целью осознания собственных внутренних конфликтов, а также на выявление и познание личностной стратегии поведения.

4.1. Анализ результатов эмпирического материала, полученного в тренинговых группах, позволил установить характеристики внутренних конфликтов у молодых людей. Данные характеристики объективируются в двух разнонаправленных тенденциях: жизнеутверждающих (стремление к саморазвитию, достижению успеха, самостоятельности, ощущение своей значимости, потребность в отношениях с окружающими) и деструктивных (блокирование потенциала, избегание неудач, ощущение неполноценности, зависимость от значимых людей, избегание отношений с людьми).

4.2. Наиболее часто проявляются следующие такие характеристики внутренних конфликтов, как стремление к самостоятельности и одновременно зависимость от родителей и окружающих (42,9%), стремление к саморазвитию и одновременно тенденция к блокированию потенциала (31,7%), ощущение своей значимости и одновременно чувство неполноценности (26,1%), потребность в отношениях с окружающими и одновременно избегание отношений с другими людьми (24,2%).

5. Сравнительный анализ показателей экспериментальной и контрольной групп демонстрирует положительную динамику показателей личностного развития у молодых людей из экспериментальной группы в результате выявления и разрешения внутренних конфликтов при отсутствии изменений в контрольной группе.

5.1. Достоверно значимые изменения зафиксированы в рефлексивной и социальной составляющих личностного развития в экспериментальной группе. Значимо возросшие показатели данных составляющих личностного развития у участников экспериментальной группы свидетельствуют о

повышении их уровня самопознания, понимания своего поведения, готовности к взаимоотношениям с другими, а также умения контролировать ситуацию при взаимодействии с окружающими.

5.2. Поведенческая составляющая личностного развития характеризуется значимыми изменениями по всем показателям, за исключением двух – гибкости поведения и контактности. Отсутствие достоверной значимости различий данных показателей у участников экспериментальной группы могут указывать на наличие неготовности быстро и оптимально действовать в изменяющейся ситуации. Значимые изменения по остальным показателям свидетельствуют о повышении у молодых людей уровня активности и готовности брать ответственность за свое поведение. Показатели личностного развития их сверстников из контрольной группы в положительную сторону значимо не изменились.

Таким образом, можно утверждать, что гипотеза исследования о том, что осознание собственных внутренних конфликтов способствует личностному развитию в ранней взрослости, подтвердилась.

Диссертационное исследование не исчерпывает всех аспектов обозначенной проблемы. Перспективы дальнейших исследований мы видим в изучении психологических деструкций, проявляющихся в профессиональном выгорании и деформациях личности в ранней взрослости.

Библиографический список

1. Абрамова, Г. А. Психологическое консультирование: Теория и опыт [Текст] / Г. А. Абрамова. – М.: Изд-во Центр «Академия», 2000. – 240 с.
2. Абульханова-Славская, К. А. Деятельность и психология личности [Текст] / К. А. Абульханова-Славская. – М.: Наука, 1980. – 334 с.
3. Абульханова-Славская, К. А. Проблема соотношения личности, индивидуальности, субъекта [Текст] / К. А. Абульханова-Славская // Современная личность: Психологические исследования. – М.: ИП РАН, 2012. – С. 17 – 35.
4. Аверин, В. А. Психология среднего возраста, старения, смерти [Текст] / В. А. Аверин, А. А. Деркач, В. Г. Зазыкин и др.; под. ред. А. А. Реана. – СПб.: Прайм-еврознак; М.: ОЛМА-пресс, 2003. – 384 с.
5. Адлер, А. Лекции по аналитической психологии [Текст] / А. Адлер. – М.: «Рефл-бук», 1996. – 278 с.
6. Адлер, А. Практика и теория индивидуальной психологии [Текст] / А. Адлер. – М.: Ардис, 2008. – 268 с.
7. Александер Ф. Психосоматическая медицина. Принципы и применение [Текст] / Ф. Александер. – М.: Институт общегуманитарные исследования, 2015. – 250 с.
8. Амяга, Н. В. Самораскрытие педагога в общении со старшеклассниками: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05 «Социальная психология» [Текст] / Н. В. Амяга. – М.: МГУ, 1989. – 21 с.
9. Аналитическая психология и психотерапия. Хрестоматия [Текст] / Сост. В. М. Лейбин. – СПб.: Питер, 2001. – 512 с.
10. Ананьев, Б. Г. Человек как предмет познания [Текст] / Б. Г. Ананьев. – СПб.: Питер, 2001. – 282 с.
11. Анохин, П. К. Избранные труды. Кибернетика функциональных систем [Текст] / П. К. Анохин; ред.-сост. К. В. Судакова. – М.: Медицина. – 1998. – 290 с.

12. Анцыферова, Л. И. К психологии личности как развивающейся системе [Текст] / Л. И. Анцыферова // Психология формирования и развития личности. – 1981. – С. 3 – 19.
13. Анцыферова, Л. И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита [Текст] / Л. И. Анцыферова // Психологический журнал. – 1994. – №1. – С. 3 – 19.
14. Аристотель. О душе [Текст] / Аристотель. – М.: Государственное социально-экономическое, 1937. – С. 36 – 37.
15. Асеев, А. Г. О диалектике детерминации психического развития [Текст] / А. Г. Асеев // Принцип развития в психологии. – М.: Наука, 1978. – С. 21 – 38.
16. Асмолов, А. Г. По ту сторону сознания: методологические проблемы неклассической психологии [Текст] / А. Г. Асмолов. – М.: Смысл, 2002. – 480 с.
17. Асмолов, А. Г. Психология личности: Принципы общепсихологического анализа [Текст] / А. Г. Асмолов. – М.: «Смысл», 2001. – 416 с.
18. Ассаджиоли Р. Психосинтез. Принципы и техники [Текст] / Р. Ассаджиоли. – М.: Институт общегуманитарные исследования, 2017. – 204 с.
19. Бахтин, М. М. Эстетика словесного творчества [Текст] / М. М. Бахтин. – М.: Искусство, 1986. – 444 с.
20. Берн, Э. Введение в психиатрию и психоанализ для непосвященных [Текст] / Э. Берна; пер. с англ., предисл. и примеч. А. И. Фета. – М.: Изд-во Бомбора, 2017. – 496 с.
21. Берн, Э. Игры, в которые играют люди; Люди, которые в игры [Текст] / Э. Берн; пер. с англ. А. Грузберга. – М.: Эксмо, 2018. – 592 с.
22. Бернс, Р. Развитие Я-концепции и воспитание [Текст] / Р. Бернс; общ. ред. и вступительная статья В. Я. Пилиповского. – М.: «Прогресс», 2009 – 422 с.

23. Блинникова, С. Л. Стратегии разрешения противоречий как фактор успешности обучения в вузе [Текст]: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 «Общая психология, психология личности, история психологии» / С. Л. Блинникова. – М.: Современная гуманитарная академия, 2013. – 23 с.
24. Богдан, Т. В. Діагностика і корекція внутрішніх суперечностей особистості засобами психодрами у процесі активного соціально-психологічного навчання [Текст]: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» / Т. В. Богдан. – Харків, 2012. – 224 с.
25. Бодалев, А. А. Личность и общение [Текст] / А. А. Бодалев. – М.: Высш. шк., 1983. – 272 с.
26. Бодалев, А. А. Акмеология. Настоящий человек. Каков он и как им становятся? [Текст] / А. А. Бодалев, Н. В. Васина. СПб.: Речь, 2010. – 223 с.
27. Божович, Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте [Текст] / Л. И. Божович. СПб.: Питер, 2008. – 398 с.
28. Божович, Л. И. Проблемы формирования личности: Избранные психологические труды [Текст] / Л. И. Божович; под ред. Д. И. Фельдштейна – 3-е изд. – М.: Московский психолого-социальный институт, Воронеж: НПО «МОДЭК», 2001. – 352 с.
29. Большой психологический словарь [Текст] / сост. и общ. ред. Б. Г. Мещеряков, В. П. Зинченко. 4-е изд., расшир. – М.: АСТ МОСКВА; СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2009. – 811 с.
30. Бороздина, Л. В. Возрастные изменения временной трансспективы субъекта [Текст] / Л. В. Бороздина, И. А. Спиридонова // Психологический журнал. – 1998. – № 3. – С. 34 – 47.
31. Братусь, Б. С. К проблеме развития личности в зрелом возрасте [Текст] / Б. С. Братусь // Вестник МГУ. – 1980. – № 2. – С. 3 – 13.
32. Брушлинский, А. В. Психология субъекта: некоторые итоги и перспективы [Текст] / А. В. Брушлинский // Известия РАО. – 1999. – С. 30 – 41.

33. Букина, А. А. Динамика внутриличностных конфликтов студентов-психологов в процессе обучения в вузе [Текст]: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 «Педагогическая психология» / А. А. Букина. – Ставрополь. 2005. – 20 с.
34. Василюк, Ф. Е. Личность и переживание в контексте экспириентальной психотерапии [Текст] / Ф. Е. Василюк, Т. Д. Карягина // Консультативная психология и психотерапия. – 2017. – Т. 25. – № 3. – С. 11 – 32. doi:10.17759/cpp.2017250302
35. Василюк, Ф. Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций) [Текст] / Ф. Е. Василюк. – М.: Издательство Московского университета, 1984. – 200 с.
36. Вачков, И. В. Развитие самосознания учителей и учащихся в полисубъектном взаимодействии [Текст]: дис. ... доктора психол. наук: 19.00.13 «Психология развития, акмеология» / И. В. Вачков. – М., 2002. – 374 с.
37. Вачков, И. В. Метафора профессионального самоопределения: взаимосвязь индивидуально-личностных характеристик и выбора профессии [Текст] / И. В. Вачков, Д. В. Молчанова // Психология и право. – 2018. – Т. 8. – № 2. – С. 77 – 88. doi:10.17759/psylaw.2018080206
38. Волченко, В. С. Гетерохронность социального и личностного развития в ранней взрослости [Текст] / В. С. Волченко, В. И. Слепкова // Изв. Саратовского университета. Новая серия. Акмеология образования. Психология развития. – 2013. – Т. 2. – Вып. 4 (8) – С. 341 – 348.
39. Выготский, Л. С. Мышление и речь [Текст] / Л. С. Выготский. – М.: Изд-во «Лабиринт», 1999. – 352 с.
40. Выготский, Л. С. Собрание сочинений: В 6 т. Т. 1. Вопросы теории и истории психологии [Текст] / Л. С. Выготский; под ред. А. Р. Лурия, М. Г. Ярошевского. – М.: Педагогика, 1982. – 448 с.

41. Выготский, Л. С. Собрание сочинений: В 6 т. Т. 3.: Проблемы развития психики [Текст] / Л. С. Выготский; под ред. А. М. Матюшкина. – М.: Педагогика, 1983. – 368 с.
42. Ганзен, В. А. К системному описанию онтогенеза человека [Текст] / В. А. Ганзен, Л. А. Головей // Психология развития. – СПб.: Питер, 2001. – 96 с.
43. Гегель, Г. В. Ф. Собрание сочинений [Текст] / Г. В. Ф. Гегель. – М.: Мысль, 1980. – 59. – Т. 4. – С. 270 – 364.
44. Глозман, Ж. М. Общение и здоровье личности: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений [Текст] / Ж. М. Глозман. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 208 с.
45. Глуханюк, Л. С. Психологические основы развития педагога как субъекта профессионализации [Текст]: дис. ... д-ра психол. наук / Л. С. Глуханюк. – Екатеринбург, 2001. – 313 с.
46. Глуханюк, Н. С. Практикум по психодиагностике: учебн. пособие [Текст] / Н. С. Глуханюк. – 2-е изд. М.: Изд-во Московского психолого-социального института, 2005. – 216 с.
47. Гозман, Л. Я. Самоактуализационный тест [Текст] / Л. Я. Гозман, М. В. Кроз. М.: Изд-во Ганга, 1995. – 58 с.
48. Голованова, Н. Ф. Направленность самоосуществления и личностное развитие подростка [Текст] / Н. Ф. Голованова, И. Б. Дерманова // Психолого-педагогические исследования. – 2018. – Том 10. – № 3. – С. 126 – 134. doi:10.17759/psyedu.2018100311
49. Головей, Л. А. Профессиональное развитие личности: начало пути (эмпирическое исследование) [Текст] / Л. А. Головей, М. В. Данилова, Л. В. Рыкман, М. Д. Петраш, В. Р. Манукян, М. Ю. Леонтьева, Н. А. Александрова. – СПб.: Нестор-История, 2015. – 336 с.
50. Гришина, Н. В. Психология конфликта [Текст] / Н. В. Гришина. – СПб.: Питер, 2018. – 576 с.

51. Гроф, С. За пределами мозга. Рождение, смерть и трансценденция в психотерапии [Текст] / С. Гроф; пер. с англ. А. Киселев. – М.: Изд-во Ганга, 2018. – 528 с.
52. Губина, Е. В. Личностное развитие будущих педагогов в ходе их профессиональной подготовки [Электронный ресурс] / Е. В. Губина // Вестник практической психологии образования. – 2009. – № 4. – С. – 74 – 78. URL: https://psyjournals.ru/vestnik_psyobr/2009/n4/27750.shtml (дата обращения: 31.03.2020)
53. Гуревич, П. С. Человек в аванюре саморазвития [Текст] / Сост. П. С. Гуревич, С. Я. Левит // Э. Фромм. Психоанализ и этика. – М.: Республика, 1993. – С. 5 – 16.
54. Доценко, Е. Л. Психология личности: учебное пособие [Текст] / Е. Л. Доценко. – Тюмень: Издательство Тюменского государственного университета, 2009. – 512 с.
55. Емельянов, Ю. Н. Активное социально-психологическое обучение [Текст] / Ю. Н. Емельянов. – Л.: Изд-во ЛГУ, 1985. – 168 с.
56. Желябин, А. В. Проблема диалогической личности в контексте современной психотехники [Текст] / А. В. Желябин // Социальная психология и общество. – 2015. – Том 6. – № 3. – С. 134 – 149. doi:10.17759/sps.2015060310
57. Забродин, Ю. М. Концепция и организационно-структурные модели психологической службы образования [Текст] / Ю. М. Забродин, Е. И. Метелькова, В. В. Рубцов // Психологическая наука и образование psyedu.ru. – 2016. – Том 8. – № 3. – С. 1 – 15. doi:10.17759/psyedu.2016080301
58. Зеленский, В. В. Словарь аналитической психологии [Текст] / В. В. Зеленский. – М.: Высш. шк., 2000. – 120 с.
59. Иванников, В. А. Психология в поисках понятия личности [Электронный ресурс] / В. А. Иванников // Московский общепсихологический семинар. – Режим доступа: <http://www.psy.msu.ru/science/seminars/genpsy/30-ivannikov/index.html>. – (дата обращения: 12.11.2017).

60. Иванова, Е. М. Основы психологического изучения профессиональной деятельности [Текст] / Е. М. Иванова. – М.: Изд-во МГУ, 1987. – 207 с.
61. Иванова, Е. М. Психология профессиональной деятельности [Текст] / Е. М. Иванова. – М.: ПЕР СЭ, 2006. – 382 с.
62. История философии: Энциклопедия [Текст] / Сост.–ред. А. А. Грицанов – Мн.: Интерпрессервис; Книжный Дом, 2002. – 1376 с.
63. Ишанов, С. А. Личностное развитие и качество уединения [Текст] / С. А. Ишанов, Е. Н. Осин, В. Ю. Костенко // Культурно-историческая психология. – 2018. – Том 14. – № 1. – С. 30 – 40. doi:10.17759/chr.2018140104
64. Казанцева, Т. А. Особенности личностного развития и профессионального становления студентов-психологов [Текст]: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.11. / Т. А. Казанцева – М., 2000. – 216 с.
65. Каткова, А. С. Проблема личностного развития субъекта с позиции зарубежной персонологии [Электронный ресурс] / А. С. Каткова // Интернет-журнал «Мир науки». – 2018. – № 5. – URL: <https://mir-nauki.com/PDF/41PSMN518.pdf>
66. Каткова, А. С. Психологические детерминанты возникновения внутриличностных противоречий студентов [Текст] / А. С. Каткова, И. В. Вачков // Клиническая и специальная психология. – 2020. – Том 9. – № 2. – С. – 246 – 265. doi:10.17759/cpse.2020090213
67. Кляйн, М. О наблюдении за поведением младенцев [Текст] / М. Кляйн, С. Айзенк, Дж. Райвери, П. Хайманн // Развитие в психоанализе. – М.: Академический проспект, 2001. – 512 с.
68. Князева, О. В. Саморазвитие социалистической личности [Текст]: автореф. дис. ... канд. филос. наук / О. В. Князева. Свердловск, 1986. – 19 с.
69. Ковалев, Г. А. Три парадигмы в психологии – три стратегии психологического воздействия [Текст] / Г. А. Ковалев // Вопросы психологии, 1987. – № 3. – С. 41 – 49.

70. Колонтаевская, Т. В. Педагогическая поддержка личностного саморазвития студентов в процессе изучения иностранного языка [Текст]: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01. / Т. В. Колонтаевская. – Хабаровск, 2002. – 202 с.

71. Копьев, А. Ф. Диалогический подход в консультировании и вопросы психологической клиники [Текст] / А. Ф. Копьев; под ред. А. Б. Фенько, Н. С. Игнатъевой, М. Ю. Локтаева // Психологическое консультирование и психотерапия. Хрестоматия. – М., – 1999. – С. 52 – 66.

72. Кохут, Х. Анализ самости: Систематический подход к лечению нарциссических нарушениям личности [Текст] / Х. Кохут. – М.: «Когито-Центр», 2003. – 308 с.

73. Кравцов, Г. Г. Проблема личности в культурно-исторической психологии [Текст] / Г. Г. Кравцов // Культурно- историческая психология. – 2006. – №1. – С. 18 – 25

74. Краснова-Гольева, В. В. Социальная тревожность и студенческая дезадаптация [Электронный ресурс] / В. В. Краснова-Гольева, А. Б. Холмогорова // Психологическая наука и образование psyedu.ru. – 2011. – Том 3. – № 1. – URL: https://psyjournals.ru/psyedu_ru/2011/n1/39944.shtml (дата обращения: 05.06.2020)

75. Краснощеченко, И. П. Акмеологическая концепция становления и развития профессиональной субъектности будущих психологов [Текст]: автореф. дис. ... доктора психол. наук: 19.00.13 / И. П. Краснощеченко. – Калуга, 2012. – 47 с.

76. Кудрявцев, В. Т. Субъект деятельности в онтогенезе [Текст] / В. Т. Кудрявцев, Г. К. Уразалиева // Вопросы психологии. – 2001. – № 4. – С. 14 – 30.

77. Кудрявцев, Т. В. Исследование психологических особенностей профессионального становления личности [Текст] / Т. В. Кудрявцев // Методологические проблемы повышения эффективности психолого-педагогических исследований. – М., 1985. – С. 132 – 143.

78. Кузнецова, Л. Б. Особенности проявления внутриличностных противоречий в процессе профессионального становления студентов вуза: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 [Текст] / Л. Б. Кузнецова. – Курск, 2005. – 22 с.
79. Кулагина, И. Ю. Возрастная психология. Полный жизненный цикл развития человека. Учебное пособие [Текст] / И. Ю. Кулагина, В. Н. Колюцкий. – М.: Академический проект, 2018. – 420 с.
80. Кулагина, И. Ю. Развитие личности при обучении в вузе (сравнительное исследование) [Текст] / И. Ю. Кулагина, Е. В. Апасова // Культурно-историческая психология. – 2018. – Том 14. – № 2. – С. 12 – 23. doi:10.17759/chr.2018140202
81. Куликова, Л. Н. Саморазвитие личности: психолого-педагогические основы: Учеб. пособие [Текст] / Л. Н. Куликова. – Хабаровск: Изд-во ХГПУ, 2005. – 265 с.
82. Лакан, Ж. Функция и поле речи и языка в психоанализе [Текст] / Ж. Лакан. – М.: «ГНОЗИС», 1995. – 99 с.
83. Лапланш, Ж. Словарь по психоанализу [Текст] / Ж. Лапланш, Ж. Б. Понталис; пер с франц. и науч. ред. Н. С. Автономовой. – СПб.: Центр гуманитарных инициатив, 2010. – 751 с.
84. Левин, К. Теория поля в социальных науках [Текст] / К. Левин. – М.: Изд-во: Академический проект, 2019. – 313 с.
85. Леденцова, С. Л. Психологические особенности профессионально-личностного развития студентов-психологов в процессе освоения консультативной деятельности [Текст]: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / С. Л. Леденцова. – Екатеринбург, 2014. – 22 с.
86. Лейбин, В. М. Словарь-справочник по психоанализу [Текст] / В. М. Лейбин. – М.: АСТ, 2010. – 956 с.
87. Леонтьев, А. А. Психическое как «островки безопасности в гераклитовом потоке» [Текст] / А. А. Леонтьев // Мир психологии. – 2009. – № 4. – С. 11 – 21.

88. Леонтьев, А. Н. Деятельность. Сознание. Личность: учебное пособие / А. Н. Леонтьев. – М.: Смысл, Академия, 2004. – 352 с.
89. Леонтьев, Д. А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности [Текст] / Д. А. Леонтьев. – М.: Смысл, 2003. – 487 с.
90. Леонтьев, Д. А. Человечность как проблема [Текст] / Д. А. Леонтьев; отв. Ред. А. А. Гусейнов // Человек – наука – гуманизм: К 80-летию со дня рождения академика И. Т. Фролова. – М.: Наука, 2009. – С. 69 – 85.
91. Ложкин, Г. В. Практическая психология конфликта [Текст] / Г. В. Ложкин, Н. И. Повьякель. – К.: МАУП, 2000. – 256 с.
92. Ломов, Б. Ф. Об исследовании законов психики [Текст] / Б. Ф. Ломов // Психологический журнал. – 1982. – Т. 3. – № 1. – С. 18 – 30.
93. Лоуэн, А. Физическая динамика структуры характера [Текст] / А. Лоуэн. – М.: «Компания Пани», 2006. – 320 с.
94. Лурия, А. Р. Лекция по общей психологии [Текст] / А. Р. Лурия. СПб.: Питер, 2018. – 384 с.
95. Лурия, А. Р. Язык и сознание [Текст] / А.Р. Лурия. СПб.: Питер, 2019. – 336 с.
96. Мамардашвили, М. К. Философия и личность: Выступление на Методологическом семинаре сектора философских проблем психологии Института психологии РАН 3 марта 1977 г. [Текст] / М. К. Мамардашвили // Человек. – 1994. – № 5. – С. 5 – 19.
97. Маслоу, А. Мотивация и личность [Текст] / А. Маслоу. – СПб.: Питер, 2017. – 400 с.
98. Маслоу, А. Дальние перспективы человеческой психики [Текст] / А. Маслоу. – СПб.: Речь, 2016. – 390 с.
99. Материалистическая диалектика как общая теория развития [Текст] / под ред. В. Г. Иванова. – Л.: Изд-во Ленинградского университета, 1982. – 183 с.

100. Мерлин, В. С. Психология индивидуальности: избранные психологические труды [Текст] / В. С. Мерлин. – М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Изд-во НПО «МОДЭК», 2009. – 544 с.
101. Метафизика [Текст] // Философский энциклопедический словарь. – М.: Советская энциклопедия, 1983. – 840 с.
102. Минюрова, С. А. Психологические основания выбора стратегий саморазвития в профессии: дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.13 [Текст] / С. А. Минюрова. – Екатеринбург, 2009. – 360 с.
103. Митина, Л. М. Психология профессионально-карьерного развития личности [Текст] / Л. М. Митина. – М.; СПб.: Нестор-История, 2019. – 400 с.
104. Монтессори, М. Помоги мне сделать это самому [Текст] / М. Монтессори; сост., вступ. статья М. В. Богуславский, Г. Б. Корнетов. – М.: Издат. дом «Карапуз», 2000. – 272 с.
105. Моргун, В. Ф. Концепция многомерного развития личности как основа типологии учителей [Текст] / В. Ф. Моргун // Вопросы психологии. – 1987. – № 6. – С. 61 – 62.
106. Московская психологическая школа: История и современность: В 3 т. [Текст] / Под ред. В. В. Рубцова. – Т. 3.: Психологическая наука, образование, практика. – М.: ПИ РАО, МГППУ, 2004. – 448 с.
107. Московская психологическая школа: История и современность: В 3 т. [Текст] / Под ред. В. В. Рубцова. Т. 1.: Фундаментальные проблемы общей психологии. – М.: ПИ РАО, МГППУ, 2004. – 464 с.
108. Мэй, Р. Смысл тревоги [Текст] / Р. Мей; пер. с англ. М. И. Завалова, А. И. Сибуриной. – М.: Независимая фирма «Класс», 2001. – 384 с.
109. Мясищев, В. Н. Основные проблемы и современное состояние отношений человека [Текст] / В. Н. Мясищев // Психологическая наука в СССР. – М.: Изд-во АПН РСФСР, 1960. – Т. 2. – С. 110 – 125.

110. Некрут, Т. В. Глубинное познание внутренних противоречий обучающихся с ограниченными возможностями здоровья [Текст] / Т. В. Некрут. – Симферополь: ИТ «АРИАЛ», 2017. – 436 с.

111. Низовских, Н. А. Жизненные принципы в личностном саморазвитии человека: автореф. дис. ... д-ра психол. наук / Н. А. Низовских. – М. 2010. – 29 с.

112. Новгородцева, А. П. Внутренние конфликты подросткового возраста [Текст] / А. П. Новгородцева // Культурно-историческая психология. – 2006. – Том 2. – № 3. – С. 38 – 50.

113. Обухова, Л. Ф. Развитие классического психоанализа в работах А. Фрейд [Текст] / Л. Ф. Обухова // Детская (возрастная) психология. – М.: Институт общегуманитарных исследований, 1999. – 344 с.

114. Ожегов, С. И. Толковый словарь русского языка [Текст] / под. ред. С. И. Ожегова, Н. Ю. Шведовой. – М.: ООО «ИТИ Технологии», 2003. – 821 с.

115. Олпорт, Г. Становление личности [Текст] / Г. Олпорт. – М.: Смысл, 2016. – 376 с.

116. Оруджев, З. А. Психологический анализ динамики профессионального становления студентов педагогического вуза: дис. ... канд. психол. наук [Текст] / З. А. Оруджев. – Баку, 1985. – 212 с.

117. Осипова, А. А. Общая психокоррекция: учеб. пособие для студ. вузов [Текст] / А. А. Осипова. – М.: ТЦ Сфера, 2004. – 512 с.

118. Панцырь, С. Н. Внутрличностные конфликты подростков с девиантным поведением: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.13 [Текст] / С. Н. Панцырь. – Москва, 2012. – 26 с.

119. Парфенов, Е. А. Проблема саморазвития личности в философской и психолого-педагогической науке [Электронный ресурс] / Е. А. Парфенов, И. Т. Артемьев // Scientific research and their practical application. Modern state and ways of development. – 2013. – URL: <http://www.sworld.com.ua/index.php/ru/conference/the-content-of->

conferences/archives-of-individual-conferences/oct-2013 (дата обращения 04.01.2019).

120. Перлз, Ф. С. Эго, голод и агрессия [Текст] / Ф. С. Перлз. – М.: Смысл, 2000. – 358 с

121. Петровский, А. В. Категориальный строй психологии сегодня [Текст] / А. В. Петровский // Развитие личности. – 2014. – № 2. – С. 92 – 124.

122. Петровский, В. А. Феномен субъектности в психологии личности: автореф. дис... д-ра психол. наук: 19.00.11 [Текст] / В. А. Петровский. – М., 1993. – 76 с.

123. Поваренков, Ю. П. Психологическое содержание профессионального становления человека [Текст] / Ю. П. Поваренков. – М.: Издательство УРАО, 2002. – 160 с.

124. Порхачева, Л. В. Особенности развития личности в период ранней взрослости [Текст] / Л. В. Порхачева, К. Я. Джус // Современные проблемы психологии личности: теория и практика. – 2008. – № 3. – С. 51 – 53.

125. Пряжникова, Е. Ю. Психологические основы развития профессионального самосознания профконсультанта: дис. ... доктора психол. наук: спец. 19.00.13 [Текст] / Е. Ю. Пряжникова – Тверь, 2001. – 407 с.

126. Психоанализ. Популярная энциклопедия [Текст] / Сост., науч. ред. П. С. Гуревич. – М.: Олимп; ООО Фирма «Издательство АСТ», 1998. – 592 с.

127. Психоаналитические термины и понятия: Словарь [Текст] / под ред. Б. Э. Мура, Б. Д. Файна; перев. с англ. А. М. Боковой, И. Б. Гриншпуна, А. Фильца. – М.: Независимая фирма «Класс», 2000. – 304 с

128. Психоаналіз репродукцій художніх творів у підготовці психологів: Навчальний посібник [Текст] / Т. С. Яценко, В. І. Бондар, Л. Я. Галушко, А. М. Камінська, О. В. Педченко. – Дніпро, Київ: Інновація, 2018. – 300 с.

129. Психологическая зрелость личности [Текст] / Под общ. ред. Л. А. Головей. – СПб.: Скифия-принт, СПбГУ, 2014. – 240 с.

130. Психологический словарь [Текст] / под. ред. В. В. Давыдова, А. В. Запорожца, Б. Ф. Ломова и др. – М.: Педагогика, 1983. – 448 с.

131. Психология личности. Учебное пособие [Текст] / Под ред. П. Н. Ермаков, В. А. Лабунская. – М.: Эксмо, 2007. – 653 с.
132. Психологічна енциклопедія [Текст] / Автор-упорядник О. М. Степанов. – К.: Академвидав, 2006. – 424 с.
133. Райкрофт, Ч. Критический словарь психоанализа [Текст] / Ч. Райкрофт; пер. с англ. Л. В. Топоровой, С. В. Воронина и И. Н. Гвоздева; под ред. С. М. Черкасова. – СПб.: Восточно-Европейский Институт психоанализа, 1995. – 288 с.
134. Райх, В. Характероанализ. Техника и основные положения для обучающихся и практикующих аналитиков [Текст] / В. Райх. – М.: «Когито-Центр», 2015. – 450 с.
135. Ранк, О., Захс Х. Значение психоанализа в науке о духе [Текст] / О. Ранк, Х. Захс // О. Ранк Миф о рождении героя. – М.: Рефл-бук; К.: Ваклер, 1997. – С. 21 – 154.
136. Ранк, О. Травма рождения и ее значение для психоанализа [Текст] / О. Ранк. – М.: «Когито-Центр», 2009. – 239 с.
137. Реан, А. А. Психология личности [Текст] / А. А. Реан. – СПб.: Изд-во Питер, 2016. – 288 с.
138. Роджерс, К. Р. Взгляд на психотерапию. Становление человека [Текст] / К. Р. Роджерс; общ. ред. и предисл. Е. И. Исениной. – М.: Издательская группа «Прогресс», 1998. – 480 с.
139. Романова, М. В. Личностные факторы развития профессиональной рефлексии студентов, будущих педагогов-психологов, в процессе обучения в вузе: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 [Текст] / М. В. Романова. – Курск, 2014. – 23 с.
140. Рубинштейн, С. Л. Избранные философско-психологические труды [Текст] / С. Л. Рубинштейн. – М.: Смысл, 2009. – 520 с.
141. Рубинштейн, С. Л. Принцип творческой самодеятельности. К философским основам современной педагогики [Текст] / С. Л. Рубинштейн // Вопросы философии. – 1989. – № 4. – С. 89 – 95.

142. Рубцова, О. В. Преодоление внутреннего ролевого конфликта у старших подростков посредством сюжетно-ролевой игры: автореф. дис. ...канд. психол. наук: спец. 19.00.13 «Психология развития, акмеология» [Текст] / О. В. Рубцова. – М., 2012. – 23 с.

143. Салливан, Г. Теория межличностных отношений и когнитивные теории личности [Текст] / Г. Салливан, Дж. Роттер, У. Мишел. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2007. – 128 с.

144. Сапогова, Е. Е. Культурно-историческая концепция Л. С. Выготского и нарративная психология [Текст] / Е. Е. Сапогова // Вестник образования». – 2006. – № 3. – С. 21 – 30.

145. Сивцова, А. В. Внутренние конфликты в системе ценностных ориентаций как психологические основания развития личности: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 [Текст] / А. В. Сивцова. – Барнаул, 2007. – 24 с.

146. Сірик, І. В. Едіпова залежність та її вплив на формування психіки суб'єкта: дис. ... канд. психол. наук: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» [Текст] / І. В. Сірик. – К., 2013. – 224 с.

147. Слободчиков, В. И. Категория возраста в психологии и педагогике развития [Текст] / В. И. Слободчиков // Вопросы психологии. – 1991. – № 2. – С. 37 – 49.

148. Слободчиков, В. И. Антропологический принцип в психологии развития [Текст] / В. И. Слободчиков, Е. И. Исаев // Вопросы психологии. – 1998. – № 8. – С. 3 – 17.

149. Слободчиков, В. И. Интегральная периодизация общего психического развития [Текст] / В. И. Слободчиков, Г. А. Цукерман // Вопросы психологии. – 1996. – № 5. – С. 38 – 50.

150. Словарь практического психолога [Текст] / Под. ред. С. Ю. Головин. – М.: АСТ, Харвест. 1998. – 800 с.

151. Социальная психология развития в 2 ч. Часть 2.: учебник для вузов [Текст] / Н. Н. Толстых [и др.]; под ред. Н. Н. Толстых. – М.: Издательство Юрайт, 2020. – 395 с.

152. Справочник по психологии и психиатрии детского и подросткового возраста: 2-е изд., перераб. и доп. [Текст] / Под ред. С. Ю. Циркина. – СПб.: Питер, 2004. – 896 с.

153. Степанова, В. Е. Философско-методологические основания саморазвития личности: автореф. дис. канд. филос. наук. [Текст] / В. Е. Степанова. – Якутск, 2003. – 25 с.

154. Толковый словарь Ушакова [Текст] / Д. Н. Ушаков. – М.: Просвещение, 1999. – 162 с.

155. Толстых, А. В. Возрасты жизни [Текст] / А. В. Толстых. – М.: Молодая гвардия, 1988. – 223 с.

156. Толстых, Н. Н. Теория Л. И. Божович: личность, психика, индивидуальность [Текст] / Н. Н. Толстых // Культурно-историческая психология. – 2019. – Том 15. – № 2. – С. 85 – 90. doi:10.17759/chp.2019150210

157. Толстых, Н. Н. Формирование личности как становление субъекта развития [Текст] / Н. Н. Толстых // Вопросы психологии. – 2008. – № 5. – С. 134 – 140.

158. Торкаченко, Ю. В. Иррациональные установки педагога как фактор, препятствующий профессионально-личностному развитию (акме) [Текст] / Ю. В. Торкаченко // Вестник практической психологии образования. – 2019. – Том 16. – № 2. – С. 56 – 61. doi:10.17759/bppe.2019160208

159. Усатенко, О. Н. Методология саморефлексии профессиональной подготовки практического психолога [Текст] / О. Н. Усатенко. – Симферополь: ИТ «АРИАЛ», 2012. – 290 с.

160. Ушатиков, А. И. Основы пенитенциарной психологии [Текст] / А. И. Ушатиков, Б. Б. Казак; под ред. С. Н. Пономарева. – Рязань: Академия права и управления Минюста России, 2001. – 536 с.

161. Фенихель, О. Психоаналитическая теория неврозов [Текст] / О. Фенихель. – М.: Академический проект, 2015. – 620 с.

162. Философский словарь [Текст] / под ред. И. Т. Фролова. – 5-е изд. – М.: Политиздат, 1987. – 590 с.

163. Философский энциклопедический словарь [Текст] / гл. ред.: Л. Ф. Ильичев, П. Н. Федосеев, С. М. Ковалев и др. – М.: Сов. Энциклопедия, 1983. – 840 с.
164. Франкл, В. Воля к смыслу [Текст] / В. Франкл. – М.: Апрель-Пресс, ЭКСМО-Пресс, 2000. – 368 с.
165. Фрейд, А. Эго и механизмы защиты [Текст] / А. Фрейд; пер. с англ. М. Гинзбурга. – М.: Эскмо, 2003. – 256 с.
166. Фрейд, З. Малое собрание сочинений [Текст] / З. Фрейд; пер. с нем. Г. Барышниковой и др. – СПб.: Азбука, Азбука-Аттикус, 2013. – 992 с.
167. Фрейд, З. Я и Оно [Текст] / З. Фрейд // Тотем и табу: сб.; пер. с нем. – М.: АСТ: Астрель, 2012. – С. 251 – 275.
168. Фрейд, З. Психология бессознательного [Текст] / Фрейд З. – СПб.: Питер, 2010. – 400 с.
169. Фрейджер, Р. Теории личности и личностный рост [Текст] / Р. Фрейджер, Дж. Фейдимен. – М.: ОЛМА ПРЕСС, 2004. – 657 с.
170. Фролов, И. Т. Социальная сущность человека и его природно-биологическое существование, индивидуальное и историческое развитие [Электронный ресурс] / Академик Фролов Иван Тимофеевич. – URL: <http://www.frolov-it.ru/mem7.html> (дата обращения: 19.02.2019).
171. Фромм, Э. Бегство от свободы [Текст] / Э. Фромм. – М.: АСТ, 2017. – 288 с.
172. Фромм, Э. Ревизия психоанализа [Текст] / Э. Фромм. – М.: АСТ, 2019. – 224 с.
173. Холмогорова, А. Б. Значение культурно-исторической теории развития психики Л. С. Выготского для разработки современных моделей социального познания и методов психотерапии [Текст] / А. Б. Холмогорова // Культурно-историческая психология. – 2016. – Том 12. – № 3. – С. 58 – 92. doi:10.17759/chp.2016120305
174. Хорни, К. Наши внутренние конфликты [Текст] / К. Хорни // Конструктивная теория неврозов. – СПб.: Питер, 2019. – 240 с.

175. Хорни, К. Невротическая личность нашего времени [Текст] / К. Хорни // Невротическая личность нашего времени. Новые пути в психоанализе. – СПб.: Питер, 2014. – С. 6 – 138.

176. Хржановский, Г. Психоаналитические теории Карен Хорни, Гарри Стека Салливана и Эриха Фромма [Текст] / Г. Хржановский // Энциклопедия глубинной психологии. Т. 3. Последователи Фрейда. – М., «Когито-Центр», МГМ, 2002. – 410 с.

177. Хьелл, Л. Теории личности [Текст] / Л. Хьелл, Д. Зиглер. – СПб.: Питер, 2017. – 608 с.

178. Цукерман, Г. А. Психология саморазвития [Текст] / Г. А. Цукерман, Б. М. Мастеров. М.: Фирма «Интерпракс», 1995. – 540 с.

179. Шаршов, И. А. Педагогические условия профессионально-творческого саморазвития личности студента: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01 [Текст] / И. А. Шаршов. – Белгород, 2000. – 212 с.

180. Шемякина, О. О. Исследование внутриличностных конфликтов юношеского этапа развития [Электронный ресурс] / О. О. Шемякин // Психологическая наука и образование psyedu.ru. – 2012. – Том 4. – № 2. – URL: https://psyjournals.ru/psyedu_ru/2012/n2/53529.shtml (дата обращения: 27.01.2020)

181. Щукина, М. А. Психология саморазвития личности: субъектный подход: дис ... док. психол. наук: спец. 19.00.13 «Психология развития, акмеология» [Текст] / М. А. Щукина. – СПб, 2015. – 355 с.

182. Щукина, М. А. Саморазвитие как компонент личностной зрелости [Текст] / М. А. Щукина // Акмеология. – 2007. – № 3 (23). – С. 137 – 141.

183. Эльконин, Б. Д. Психология развития: Учеб. пособие [Текст] / Б. Д. Эльконин. М.: Академия, 2008. – 141 с.

184. Энциклопедия глубинной психологии. В 3-х т. Новые направления в психоанализе. Психоанализ общества [Текст] / ред. и пер. А. М. Боковиков. – М.: «Когито-Центр», МГМ, 2001. – Т. 2. – 752 с.

185. Энциклопедия глубинной психологии. В 3-х т. 3. Фрейд: жизнь, работа, наследие [Текст]. – М.: ЗАО МГ Менеджмент, 1998. – Т. 1. – 800 с.
186. Энциклопедия эпистемологии и философии науки [Текст] / под ред. И. Т. Касавин. – М.: Канон +, РООИ «Реабилитация», 2009. – 1248 с.
187. Эриксон, Э. Г. Детство и общество [Текст] / Э. Г. Эриксон. – СПб.: Ленато, АСТ, Фонд «Университетская книга», 1996. – 592 с.
188. Эриксон, Э. Идентичность: юность и кризис [Текст] / Э. Эриксон. – М.: Флинта: МПСИ: Прогресс, 2006. – 352 с.
189. Юнг, К. Г. Очерки о современных событиях [Текст] / К. Г. Юнг // В. Одайник. Психология политики. – СПб., 1996. – С. 266 – 290.
190. Юнг, К. Г. Отношение между Эго и бессознательным [Текст] / К. Г. Юнг // Психология бессознательного. – М.: «Когито-Центр», 2010. – С. 143 – 256.
191. Юнг, К. Г. Понятие коллективного бессознательного [Текст] / К. Г. Юнг, Э. Сэмюэлс, В. Одайник, Дж. Хаббэк; сост. В. В. Зеленский, А. М. Руткевич // Аналитическая психология: Прошлое и настоящее. – М.: Март ис, 1995. – 320 с.
192. Яценко, Т. С. Глубинная психология. Тенденция к психологической смерти: диагностика и коррекция [Текст] / Т. С. Яценко, А. В. Глузман, И. В. Калашник; под ред. Т. С. Яценко. – К.: Вища школа – XXI, 2010. – 231 с.
193. Яценко, Т. С. Методология глубинно-коррекционной подготовки психолога [Текст] / Т. С. Яценко, А. В. Глузман. – Днепропетровск: Инновация, 2015. – 394 с.
194. Яценко, Т. С. Динамика развития глубинной психокоррекции: теория и практика [Текст] / Т. С. Яценко. – Днепропетровск: «Инновация», 2015. – 567 с.
195. Яценко, Т. С. Проблема глубинного познания психики субъекта в визуализированной самопрезентации [Текст] / Т. С. Яценко // Ежемесячный научно-практический журнал Общероссийской Профессиональной

Психотерапевтической Лиги. – М.: ООО «Гениус Медиа», 2012. – № 10 (118). – С. 22 – 31.

196. Adler, A. Social interest [Text] / A. Adler. – New York: Putnam, 1989. – 214 p.

197. Anglim, J. Predicting psychological and subjective well-being from personality: A meta-analysis [Text] / J. Anglim, S. Horwood, L. D. Smillie, R. J. Marrero, J. K. Wood // Psychological Bulletin. – 2020. – V.146(4). – P. 279 – 323. <https://doi.org/10.1037/bul0000226>

198. Arkin, R. M. Self-presentation [Text] / R. M. Arkin; ed.by R. R. Vallacher, D. M. Wegner // The self in social psychology. – L.&N.Y.: Oxford Univ. Press. – 1986. – P. 135 – 142.

199. Baley, S. Drogi samopoznanie [Text] / S. Baley. – Kraków: Wyd. Wiedza: Zawód. Kultura, 1947. – 178 p.

200. Balint, M. Primary love and psycho-analytic technique [Text] / M. Balint. – London: Hogarth, 1952. – 217 p.

201. Bandura, A. Psychotherapy as a learning process [Text] / A. Bandura // Psychological Bulletin. – 1961. – N 58. – P. 143 – 159.

202. Borghuis, J. Longitudinal associations between trait neuroticism and negative daily experiences in adolescence [Text] / J. Borghuis, W. Bleidorn, K. Sijtsma, S. Branje, W. H. J. Meeus, J. J. A. Denissen // Journal of Personality and Social Psychology. – 2020. – V. 118 (2). – P. 348 – 363. <https://doi.org/10.1037/pspp0000233>

203. Boss, M., Benedetti G. Psychoanalysis of a Sadist [Text] / M. Boss, G. Benedetti // Samiska. – 1953. – Vol. 7. – № 1. – P. – 18 – 38.

204. Butera, F. Sociocognitive Conflict Regulation: How to Make Sense of Diverging Ideas [Text] / F. Butera, N. Sommet, C. Darnon // Current Directions in Psychological Science. – 2019. – 28 (2). – P. 145 – 151. <https://doi.org/10.1177/0963721418813986>

205. Chessick, R. D. Great ideas in psychotherapy [Text] / R. D. Chessick // Northvale, NJ: Jason Aronson, 1987. – 267 p.

206. Christian, C. Intersubjectivity and modern conflict theory. *Psychoanalytic Psychology* [Text] / C. Christian. – 2015. – 32 (4). – P. 608 – 625. <https://doi.org/10.1037/pap0000011>
207. Conaway, J. Quantum change: When personal transformation happens overnight [Text] / J. Conaway // *Albuquerque Journal*. – 1991. – N. 3. – P. 1 – 30.
208. Converse, B. A. Self-control and the reasons behind our goals [Text] / B. A. Converse, L. Juarez, M. Hennecke // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 2019. – 116 (5). – P. 860 – 883. <https://doi.org/10.1037/pspp0000188>
209. Dryden, W. *Individual therapy: a handbook* [Text] / W. Dryden. – London: Open University Press, 1990. – 344 p.
210. Fenigstein, A. On nature of public and private self-consciousness [Text] / Fenigstein A. // *Journal of personality*. – 1987. – № 55 (3). – P. 46 – 57.
211. French, K. A. A meta-analysis of work–family conflict and social support [Text] / K. A. French, S. Dumani, T. D. Allen, K. M. Shockley // *Psychological Bulletin*. – 2018. – 144 (3). – P. 284 – 314. <https://doi.org/10.1037/bul0000120>
212. Freud, S. «Psychoanalyse» und «Libidotheorie» [Text] / S. Freud. – GW, 1982. – 220 p.
213. Freud, S. New introductory lectures on psycho-analysis. In *Standard edition* [Text] / S. Freud. London: Hogarth Press, 1964. – Vol. 22. – 129 p.
214. Fromm, E. *Escape from Freedom* [Text] / E. Fromm. – Holt Paperbacks, 1994. – 310 p.
215. Frye, N. *Anatomy of Criticism* [Text] / N. Frye. – Princeton: Oxford University Press, 1990. – 637 p.
216. Gamsakhurdia, V. L. Constructive Urge for Self-Presentation-Mediating between the Past and the Future [Electronic resource] / V. L. Gamsakhurdia // *International Journal of Behavioral Development*. – 2019. – Vol. 53. – P. 238 – 257. – URL: <https://doi.org/10.1007/s12124-018-9466-2>

217. Gignac, G. E. Effect size guidelines for individual differences researchers [Text] / G. E. Gignac, E. T. Szodorai // *Personality and Individual Differences*. – 2016. – Vol. 102. P. 74 – 78. doi: 10.1016/j.paid.2016.06. 069

218. Straker, G. Counter-Transference Conflicts as Emergent Relational Properties and «Symptoms» of the Analyst [Text] / *Psychoanalytic Dialogues*. – 2016. – Vol. 26. – P. 82 – 86. doi: 10.1080/10481885.2016.1123521

219. Gorlova, N. Meaning-in-life orientations and values in Youth: cross-cultural comparison [Text] / N. Gorlova, L. Romanyuk, L. Vanbrabant, R. Schoot // *European Journal of Developmental Psychology*. – 2012. – № 9 (6). – P. 744 – 750. doi: 10.1080/17405629.2012.689823

220. Hill, P. L. Propositions for the Study of Moral Personality Development [Electronic resource] / P. L. Hill, B. W. Roberts // *Current Directions in Psychological Science*. – 2010. – V. 19(6). – P. 380 – 383. – URL: <https://doi.org/10.1177/0963721410389168>

221. Hofmann, W. Everyday temptations: An experience sampling study of desire, conflict, and self-control [Electronic resource] / W. Hofmann, R. F. Baumeister, G. Förster, K. D. Vohs // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 2012. – V. 102(6). – P. 1318–1335. – URL: <https://doi.org/10.1037/a0026545>

222. Holland, Y. L. Explorations of a theory of vocational choice [Text] / Y. L. Holland. – *J. Appl. Psychol.*, 1968. – 178 p.

223. Horowitz, M. J. Stress response syndromes [Text] / M. J. Horowitz. – Northvale N J Aronson 2 nd-ed, 1986. – 132 p.

224. Garrett, J. R. Bioethics: Concepts, Conflicts, and Controversies [Electronic resource] / J. R. Garrett // *The Journal of Medicine and Philosophy: A Forum for Bioethics and Philosophy of Medicine*. – 2005. – V. 30 (3). – P. 227 – 230. – URL: <https://doi.org/10.1080/03605310590960111>

225. Jones, E. E. Toward a general theory of strategic self-presentation [Text] / E. E. Jones, T. S. Pittman // *Psychological Perspectives on the Self*. – Vol. 1. Hillsdale. – N.Y.: Lawrence Erlbaum, 1982. – P. 57 – 65.

226. Jung, T. Once upon a time [Text] / T. Jung. – N.Y.: Dell Publishing Co, 1964. – 415 p.
227. Klempe, S. H. Psychology: tensions between objectivity and subjectivity [Electronic resource] / S. H. Klempe // Integrative Psychological and Behavioral Science. – 2012. – V. 46. – P. 373 – 379. – URL: <https://doi.org/10.1007/s12124-012-9200-4>
228. Kohlberg, L. Stage and Sequence: The Cognitive – developmental Approach to Socialization [Text] / L. Kohlberg // Handbook of Socialization: Theory and Research. – Chicago. – 1969. – P. 347 – 480.
229. Korner, A. F. Theoretic consideration concerning the Scope and limitation of projective technique [Text] / A. F. Korner // Handbook of projective techniques. – London, 1965. – P. 23 – 34.
230. Leary, M. R. Impression management: a literature review and two-component model [Text] / M. R. Leary, R. M. Kovalsky // Psychological bulletin. – 1990. – V. 107. – No. 1. – P. 34 – 47.
231. Lindzey, Y. Projective techniques and cross-culture research [Text] / Y. Lindzey // New York: Appleton, 1961. – 45 p.
232. Liu, W. The Formation of Teachers' Intrinsic Motivation in Professional Development [Electronic resource] / W. Liu, X. Li, Y. Zou // Integrative Psychological and Behavioral Science. – 2019. – V. 53. – P. 418 – 430. – URL: <https://doi.org/10.1007/s12124-018-9465-3>
233. Marmor, J. The nature of the psychotherapeutic process [Text] / J. Marmor // In Psychiatry in transition: Selected papers of Judd Marmor. – N.Y.: Brunner/Mazel. – 1974. – P. 296 – 309.
234. Maslow, A. Self-actualizing and Beyond Challenges of Humanistic Psychology [Text] / A. Maslow. – N.Y.: Mac Millan Corp., 1967. – 234 p.
235. Mata, A. Social metacognition in moral judgment: Decisional conflict promotes perspective taking [Electronic resource] / A. Mata // Journal of Personality and Social Psychology. – 2019. – V. 117(6). – 1061 – 1082. – URL: <https://doi.org/10.1037/pspa0000170>

236. Mihalits, D. S. The Conceptual Tragedy in Studying Defense Mechanisms [Electronic resource] / D. S. Mihalits, M. Codenotti // Integrative Psychological and Behavioral Science. – 2020. – V. 54. – P. 354 – 369. – URL: <https://doi.org/10.1007/s12124-020-09515-6>

237. Moñivas, J. R. Is the Ambivalence a Sign of the Multiple-Self Nature of the Human Being? Interdisciplinary Remarks [Electronic resource] / J. R. Moñivas // Integrative Psychological and Behavioral Science. – 2018. – V. 52. – P. 523 – 545. – URL: <https://doi.org/10.1007/s12124-018-9440-z>

238. Mueller, C. The effects of humorindueed arousal upon aggressive behavior [Text] / C. Mueller, E. Donnerstein // J. Of Research in Personality. – N.Y., 1977. – 187 p.

239. Murstein, B. J. Assumptions, adaptation Loved and projective technique [Text] / B. J. Murstein // Handbook of projective techniques. – London, 1965. – P. 49 – 68.

240. Naumburg, M. Dynamically oriented art therapy: Its principles and practices [Text] / M. Naumburg. – New York: Grune & Stratton, 1966. – 205 p.

241. Nehrig, N. Understanding the Selfobject Needs Inventory: Its relationship to narcissism, attachment, and childhood maltreatment [Electronic resource] / N. Nehrig, S. S. M. Ho, P. S. Wong // Psychoanalytic Psychology. – 2019. – V. 36(1). – P. 53 – 63. – URL: <https://doi.org/10.1037/pap0000182>

242. O’Hanlon, B. Shifting contexts: the generation of effective psychotherapy [Text] / B. O’Hanlon, J. Wilk. – N. Y.: Guilford Press, 1998. – 408 p.

243. Overton, W. The arrow of time and the cycle of time: concepts of change, cognition, and embodiment [Text] / W. Overton // Psychological Inquiry. – 1994. – V. 5. – № 3. – P. 215 – 237.

244. Parsons, T. Some Problems Confronting Sociology as a Profession [Text] / T. Parsons // American Sociological Review, 1959. – V. 24. – 547 p.

245. Patterson, G. R. The aggressive child: victim and architect of a coercive system [Text] / G. R. Patterson // Behavior modification and families. – N.Y., 1976. – 193 p.
246. Perls, F. S. Das Ich, der Hunger und die Aggression. Die Anfaenge der Gestalttherapie [Text] / F. S. Perls. – Stuttgart: Klett-Cptta, 1978. – 154 p.
247. Pontes, V. V. Disquieting Experiences of Ruptures in the Life Trajectory: Challenges to Dynamic Self-Repair [Electronic resource] / V. V. Pontes // Integrative Psychological and Behavioral Science. – 2019. – 53. – P. 450 – 462. – URL: <https://doi.org/10.1007/s12124-019-09492-5>
248. Rank, O. The Trauma of Birth. Harcourt, Brace [Text] / O. Rank. – New York, 1922. – 254 p.
249. Rogers, C. The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change [Text] / C. Rogers // Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training. – 2007. – V. 44 (3). – P. 118 – 125.
250. Rogers, N. Creative Connection. Polo Alto Science & Behavior Books [Text] / N. Rogers. – 1993. – 298 p.
251. Rovenpor, D. R. Intergroup conflict self-perpetuates via meaning: Exposure to intergroup conflict increases meaning and fuels a desire for further conflict [Electronic resource] / D. R. Rovenpor, T. C. O'Brien, A. Roblain, L. De Guissmé, P. Chekroun, B. Leidner // Journal of Personality and Social Psychology. – 2019. – V. 116 (1). – P. 119 – 140. – URL: <https://doi.org/10.1037/pspp0000169>
252. Scanlon, T. M. Preference and Urgency [Text] / T. M. Scanlon // Journal of Philosophy. – 1975. – V. 72. – P. 66 – 80.
253. Scanlon, T. M. The Moral Basis of Interpersonal Comparisons [Text] / T. M. Scanlon // Conference on interpersonal comparison. – Californian university in Devise. – 1987. – P. 235 – 241.
254. Scanlon, T. M. A theory of Freedom of Expression [Text] / T. M. Scanlon // Philosophy and Public Affairs. 1972. – V. 1. – № 2. – P. 204 – 226.

255. Schlenker, B. R. Self-presentation. In. M. Leary, J. Tangney (Ed.) Handbook of self and identity [Text] / B. R. Schlenker. – N.Y., London: The Guilford Press, 2003. – 423 p.
256. Scholer, A. A. New Directions in Self-Regulation: The Role of Metamotivational Beliefs [Electronic resource] / A. A. Scholer, D. B. Miele, K. Murayama, K. Fujita // Current Directions in Psychological Science. – 2018. – V. 27(6). – P. 437 – 442. – URL: <https://doi.org/10.1177/0963721418790549>
257. Schutz, W. The Ego, fire – theory and Leader as Completer [Text] / W. Schutz // Leadership and Interpersonal Behavior. – N.Y., 1961. – P. 48 – 65.
258. Schutz, A. Assertive, offensive, protective, and defensive styles of self-presentation: a taxonomy [Text] / A. Schutz // The Journal of psychology. – 1998. – № 132 (6). – P. 78 – 86.
259. Siefert, K. H. Theorien der Berufswahle und der beruflichen Entwicklung [Text] / K. H. Seifert, H. H. Eckhardt, W. Jaide // Handbuch der Berufspsychologie. – Göttingen, 1977. – P. 173 – 279.
260. Skinner, B. F. The origins of cognitive thought [Text] / B. F. Skinner // American Psychologist. – 1989. – 217 p.
261. Snyder, M. Public appearances, private realities: The psychology of self-monitoring [Text] / M. Snyder. – N.Y.: W.H. Freeman, 1987. – 324 p.
262. Sullivan, H. S. Conception of Modern Pshychiatry [Text] / H. S. Sullivan // Selected Works. – N.Y., 1964. – Vol. 1. – P. 3 – 30.
263. Super, D. E. A Theory of vocational development [Text] / D. E. Super // Amer. Psychology. 1953. – V. 8. – N 5. – P. 185 – 186.
264. Szalanski, J. Resocjalizacja w zakladzie poprawczym [Text] / J. Szalanski. – Poland, Warszawa: Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, 1978. – 200 p.
265. Tedeschi, R. G., Calhoun L. G. Trauma and transformation: growing in the aftermath of suffering [Text] / R. G. Tedeschi, L. G. Calhoun. – University of North Carolina: Charlotte, 1995. – 170 p.

266. The Handbook of Solitude. Psychological Perspectives on Social Isolation, Social Withdrawal, and Being Alone [Text] / Eds.: J. Robert, J. C. Bowker. – UK: Blackwell Publishing Ltd, 2014. – 608 p.

267. Thielmann, I. Personality and prosocial behavior: A theoretical framework and meta-analysis [Electronic resource] / I. Thielmann, G. Spadaro, D. Balliet // Psychological Bulletin. 2020. – V. 146(1). – P. 30 – 90. – URL: <https://doi.org/10.1037/bul0000217>

268. Wagner, J. Personality trait development at the end of life: Antecedents and correlates of mean-level trajectories [Electronic resource] / J. Wagner, N. Ram, J. Smith, D. Gerstorf // Journal of Personality and Social Psychology. – 2016. – V. 111(3). – P. 411 – 429. – URL: <https://doi.org/10.1037/pspp0000071>

269. Weinstein, L. Review of Psychoanalytic perspectives on conflict [Electronic resource] / Review of the book Psychoanalytic perspectives on conflict, by C. Christian, M. N. Eagle & D. L. Wolitzky, Eds // Psychoanalytic Psychology. – 2020. – V. 37 (1). – P. 82 – 85. – URL: <https://doi.org/10.1037/pap0000270>

270. Zlatev, J. J. Being «good» or «good enough»: Prosocial risk and the structure of moral self-regard [Electronic resource] / J. J. Zlatev, D. M. Kupor, K. Laurin, D. T. Miller // Journal of Personality and Social Psychology. – 2020. – V. 118 (2). – P. 242 – 253. – URL: <https://doi.org/10.1037/pspa0000175>

Приложения

Приложение 1

Диагностико-коррекционная работа с использованием художественных репродукций в сочетании с рисунком «Мое тату» и моделирования из камней (респондент В)

1_П.: Какие чувства у тебя вызывает этот рисунок (рис. 1.1)?

2_В.: Чувствую тепло и уют, спокойствие, единение с природой, но при этом, чувствую одиночество.

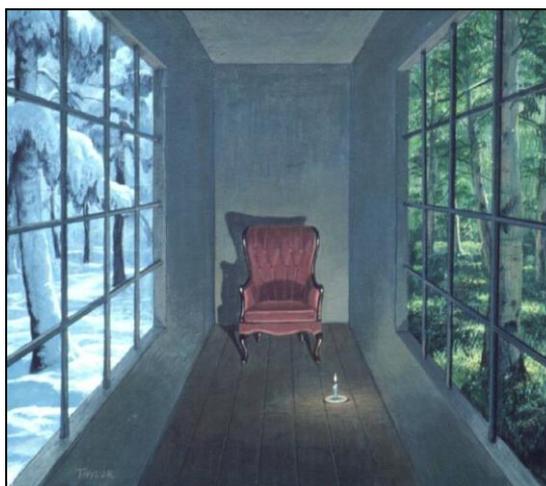


Рис. 1.1. Автор Э. Тейлор «Уголок между мирами»

2_П.: Ты ощущаешь эти чувства, когда представляешь, что сидишь в кресле?

2_В.: Да, так и есть!

3_П.: Что означает свеча?

3_В.: Свеча придает уют.

3_П.: В своей жизни ты ценишь уединение?

3_В.: Да.

4_П.: Кого из близких ты хотела бы видеть вместо свечи?

4_В.: Хотела бы видеть маму.

5_П.: К какому времени года ты бы отнесла маму – к зиме или лету (рис. 1.1, слева – зима, справа – лето)?

5_В.: К зиме.

5_П.: Почему тебе ближе зима?

6_В.: Для меня это символизирует строгость.

7_П.: Тебе приходится подчиняться маме?

8_В.: Да, мама заботливая и любящая, но в то же время строгая.

9_П.: Она хочет из тебя что-то «вылепить»?

9_В.: Возможно да.

10_П.: Нарисуй символично как ты это представляешь?

11_В.: Мама мне предопределяет извилистую дорогу (рис. 1.2), которая ведет к вершинам.



Рис. 1.2 Психорисунок респондента В. «Дорога»

12_П.: Если бы мама увидела эту дорогу, то что бы она ощутила?

13_В.: Чувство гордости.

14_П.: Она бы испытывала чувство гордости за то, что ты выбираешь тот путь, к которому она тебе подвижку дает?

15_В.: Я не уверена в своем выборе, а мама знает, что это тот путь, который мне необходим.

16_П.: Ты с большим доверием относишься к маме, чем сама к себе?

17_В.: С одной стороны – да, а с другой – я испытываю раздражение, что не могу ей противостоять и получается, что за меня все решают.

18_П.: В вашей семье еще кто-то противостоит?

19_В.: Папа придерживается нейтральной позиции.

19_П.: У него такая позиция, потому что он не хочет портить отношения с мамой или его не настолько тревожит твой жизненный путь?

19_В.: Он подчиняется и не хочет портить отношения.

20_П.: Что бы ты сказала папе по этому поводу?

Фрагмент психодрамы

21_В.: *Обращение В. к отцу:* Папа, я тебя понимаю, но надо быть строже, чтобы я ощущала твою защиту, заботу и присутствие.

22_П.: На рис. 1.1 с каким элементом ассоциируешь папу?

22_В.: Он относится к противоположной поре года – к лету. Он более чувствителен и мягок, а мама берет ответственность за решение каких-то проблем.

23_П.: Ты себя ассоциируешь с летом или зимой?

23_В.: Ассоциирую с летом.

24_П.: Может маме не хватает в семье «мужской строгости» и она пытается искоренять в тебе мягкость?

24_В.: Да, все верно. Она считает, что если она такая по своей сущности, то и все должны быть такими.

25_П.: То, чего ей не хватает в муже – она хочет сформировать у тебя, чтобы ты была «достойным мужчиной»?

25_В.: Скорее всего!

26_П.: На твоей дороге мог бы оказаться отец (рис. 1.2)?

26_В.: Да, вполне.

27_П.: Мама тоже дает отцу подобные стимулы и подвижки, как и тебе, чтобы он имел достижения?

27_В.: Она уже оставила надежду. По-видимому, вся надежда на меня...

27_П.: Ты была не свободна в своем профессиональном выборе?

27_В.: Да, к сожалению...

28_П.: Сидя в кресле (рис. 1.1) что бы ты сказала маме?

Фрагмент психодрамы

28_В.: *Обращение к маме:* Спасибо тебе за все, что ты мне дала. Сейчас я хочу свободы и дальше идти сама по своему пути.

29_П.: Маму бы не смутило то, что ты не с ней сидишь в таком кресле?

29_В.: Да, ее бы это возмутило.

30_П.: А что бы ты сказала папе?

30_В.: Папу хотелось бы видеть рядом с собой в кресле, но мама хотела бы находиться между нами. Она ревнует, когда мы с ним вместе.

31_П.: Особенность ваших отношений в семье в том, что ты несвободна с папой, когда присутствует мама?

31_В.: У меня обида за папу, потому что он не может за себя постоять. У нас с ним противоборство против мамы.

32_П.: Ты хотела бы видеть папу таким мужчиной, который тебя и себя сможет защитить?

32_В.: Да, именно так!

33_П.: Ощущаешь ли ты, что такие взаимоотношения с родителями влияют на твои отношения с парнями? Ты ощущаешь раздражение, когда видишь «не мужское» поведение парня?

34_В.: Да, возможно из-за этого я сейчас одна. Я устала разочаровываться!

35_П.: Выбираешь партнеров, похожих на твоего отца?

35_В.: Да, потому что они такие же мягкие и добрые, но хотелось бы ощутить мужественность и силу.

35_П.: Ты внимательно следишь и оцениваешь есть ли такие качества у других мужчин?

35_В.: Если я вижу, что такие качества отсутствуют, то я дистанцируюсь от парня. Я больше близка с отцом.

36_П.: Если папа настолько значим для тебя, то почему ты на рис. 1 первую обозначила фигуру мамы?

36_В.: Она всегда рядом и помогает принять важные решения. Без нее я ощущаю себя как в изолированной комнате, где у меня не будет проблем и ошибок.

37_П.: Тебе самой трудно выходить в социум, потому что тебе необходим кто-то руководящий?

37_В.: Так и есть. Когда я увидела эту уединенную комнату (рис. 1.1), то сразу почувствовала комфорт и спокойствие, где меня не потревожат

38_П.: В партнерах ищешь строгость, какая есть у мамы?

38_В.: Возможно да! Мужчина должен быть строгим.

39_П.: Таким образом, образуется «порочный круг». Теперь, когда тебе это известно, то можно себя приостановить и осознать – не разрушаешь ли ты свою судьбу, обрекая себя на одиночество. Существует противоречие между двумя образами (матери и отца) и в своей психике ты хочешь их соединить в один образ. **40_Рисунок «Мое тату»** (рис. 1.3) похож на порочный круг или на детородный символ (зарождение ребенка), который указывает на зависимость от матери.

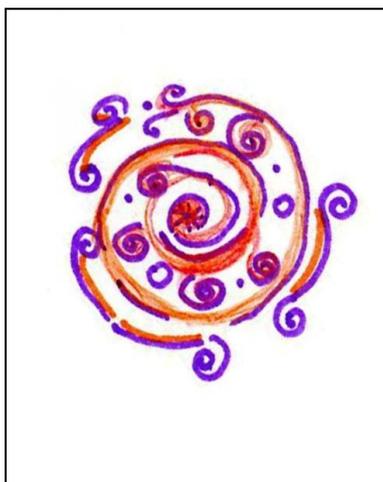


Рис. 1.3. «Мое тату» респондента В.

41_В.: Меня пугает сильное материнское влияние. В случае моего не послушания мама дает намек, что я могу не реализоваться.

41_П.: Мама контекстно говорит тебе, что таким зародышем ты можешь остаться (рис. 1.3)?

41_В.: Да. Когда все хорошо, то у нее чувство уверенности, а когда все плохо, то она начинает гневаться.

41_П.: Мама тебе иногда показывает «лето» (перспективы), но потом снова погружает в «зиму»?

41_В.: Да

42_П.: Дорога (рис. 1.2) показывает рванную разметку, тем самым указывая, что ты периодами идешь и не идешь?

42_В.: Действительно так и есть. Иногда я чувствую прилив энергии и готова идти вперед, а бывает ощущение апатии.

43_П.: Ощущаешь ли ты, что таким образом себя «омертвляешь»?

44_В.: Возможно. Я считаю, что многого не заслужила.

44_П.: Собственное обесценивание из-за большой зависимости от матери. Ты смотришь на себя глазами матери?

45_В.: Да, я не могу без нее.

46_П.: Выбери камень, который символизирует маму.
(респондент выкладывает модель из камней)



Рис. 1.4. Модель В. «Символическая презентация мамы»

46_В.: Я решила показать маму с двух сторон.

46_П.: Чем отличается одна фигура от другой?

46_В.: Когда мама в виде звездочки – это состояние доброты, освещение пути. Это занимает важное значение в жизни.

47_П.: Где бы находилась звезда на твоей дороге жизни?



Рис. 1.5. Модель респондента В.

48_В.: Звезда не будет на моей дороге, а рядом (рис. 1.5, камень в форме звезды).

48_П.: Ты хотела бы быть другой, чем мама?

48_В.: Да, более нежной и доброй (*респондент выкладывает камень, символизирующий ее*) (рис. 1.6).

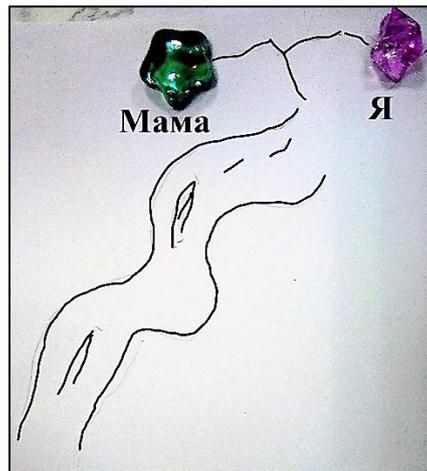


Рис. 1.6. Модель респондента В.

49_П.: Ты привлекаешь парней, потому что ты очень нежная и добрая. Когда они приближаются ближе к тебе, то с чем они сталкиваются?

49_В.: Сталкиваются с замкнутостью.

50_П.: Чего ты опасешься? Что они такого могут узнать?

50_В.: Опасаюсь, что заметят мою излишнюю беспомощность.

51_П.: Это издержки, которые мама «подарила» своей авторитарностью?

51_В.: Да, человек во взаимоотношениях с партнерами должен быть психологически зрелым, а у меня этого нет.

52_П.: Ты недостаточно зрелая, чтобы строить отношения и ожидаешь, чтобы они в тебе увидели мамины черты (рис. 1.6, камень в форме звезды)?

52_В.: Может да, но не такую звездочку, а другую (рис. 1.7, камень «Я другая»)

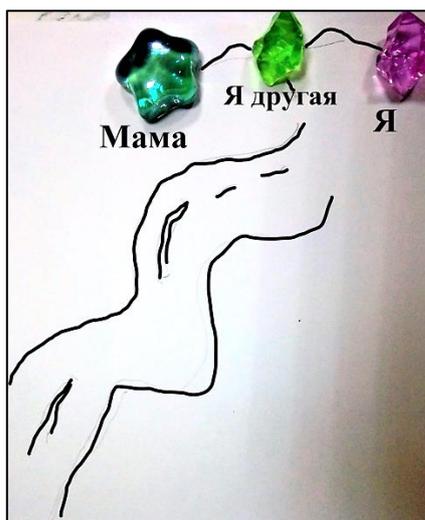


Рис. 7. Модель респондента В.

52_П.: *К группе:* Мы вышли на издержки пребывания в семье – большую зависимость. *К В.:* Ты говорила, что тобой еще не начат путь.

53_В.: Путь этот есть, но одновременно, он и не начат, чувствую, что есть большой потенциал, но что-то мне мешает.

53_П.: Ты до сих пор живешь с мамой?

53_В.: Да

54_П.: Построй рассказ – какая бы у тебя была жизнь, если бы ты жила только с папой?

55_В.: Вся работа и ответственность, которую выполняет мама, легла бы на мои плечи. У папы бы жизнь не изменилась, ему стало спокойнее, никто бы его не ругал и не заставлял ничего делать.

56_П.: Ты сохранила бы такую же зависимость от мамы и к тому же на тебе была бы нагрузка?

56_В.: Да, это большая ответственность.

57_П.: Ты не заинтересована в том, чтобы мама уходила?

58_В.: С одной стороны, было бы хорошо, а с другой – удобно так, как есть сейчас.

59_П.: Ты как и папа пользуешься «мамиными услугами» по дому или часть ответственности лежит на тебе?

59_В.: Да, я тоже выполняю работу по дому, но это критикуется со стороны мамы.

59_П.: Тебя это притормаживает в самостоятельной жизни. Мама твою активность блокирует и ты не можешь без нее?

60_В.: Я опасаясь создавать отношения с мужчинами, потому что не смогу обеспечить бытовые условия.

61_П.: Хорошо, что ты сейчас попала в нашу группу, где ты сможешь осознать свои проблемы и научиться их упреждать.

61_В.: Да, я очень надеюсь!

62_П.: С помощью камней ты символично презентовала маму с двух сторон (рис. 1.4). Расскажи, что символизирует второй камень (темно-синий камень)?

62_В.: Вся материнская строгость и холод сосредоточена в этом синем камне.

63_П.: Такой холод тебя замораживает и притормаживает твою инициативу?

64_В.: Да, я себе не нравлюсь под действием такого холода, поэтому кресло пустое (рис. 1.1).

65_П.: Как ты себя ощущаешь, сидя в этом кресле?

65_В.: Ощущаю спокойствие, я ни к чему не стремлюсь. Если я начинаю думать о каких-то своих перспективах, то я чувствую, что появляется сомнение, критика и тревога. Но в таком кресле мне комфортно, меня ничего не тревожит.

66_П.: У тебя дома есть комната, где ты можешь так уединиться?

66_В.: Да

66_П.: Когда ты уединяешься, то ощущаешь ли чувство комфорта?

66_В.: Я себя благоприятно ощущаю.

67_П.: Если бы так случилось, что мама утратила синий камень, а остался только зеленый (в форме звезды), то как бы изменилась твоя жизнь?

67_В.: Жизнь была бы радостней и спокойнее, исчезла бы тревога и неуверенность.

68_П.: *Обращение к группе:* Вот как мамы могут ограничивать путь своему ребенку. Есть такие два камня, один из них стимулирует дорогу для В. (рис. 4., зеленый камень), а другой камень – притормаживает (рис. 1.4., синий камень). На следующем рисунке кем ты себя ощущаешь (рис. 1.8)?

69_В.: Я себя ощущаю рыбкой, меня заинтересовала ее свобода. Кот оказался как в ловушке, а рыбка на свободе.

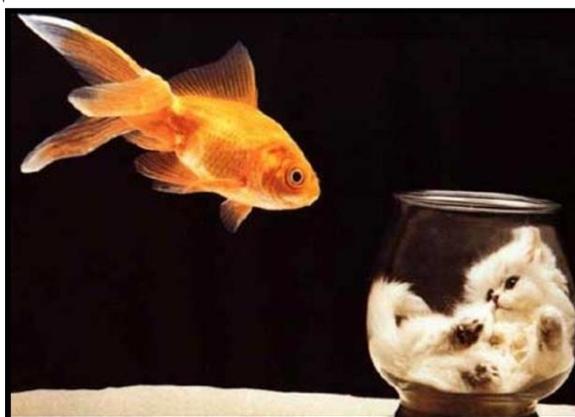


Рис. 1.8. Автор не известен

69_П.: У тебя возникает желание поменяться с мамой местами?

69_В.: Возможно просто освободиться.

70_П.: Освободиться, чтобы котик (мама) не имел так много свободы, потому что он может поймать эту рыбку (респондент В.). Мама твою инициативу «ловит» и с таким контролем далеко не уйдешь. 71_Когда мама загоняет тебя в такое состояние (в беззащитное), то вы вместе с мамой?

71_В.: Они меняются местами. Котик сам загоняет себя в такой аквариум.

72_П.: Мама потратила свои силы на реализацию тебя, но это успехом не увенчалось и ей кажется, что ты в этом виновата?

72_В.: Да, она считает виноватыми меня или отца.

72_П.: Рисунок тату связан тоже с внутриутробным состоянием ...Ты показала, что это не жизнеутверждающая позиция, потому что кто-то окажется в такой ловушке (рис. 1.8, кот в аквариуме). *П. обращается к группе:* В. хотела бы быть «золотой рыбкой», а ее часто загоняли в некомфортное состояние (аквариум). Наш респондент хотела быть как «рыба в воде», а такой рыбой в воде является мама. Но оказывается, что мама сама себя загоняет в некомфортное положение. *П. обращается к В.:* Мама все усилия приложила, чтобы «очертить» тебе дорогу (рис. 1.2), а ты не идешь по ее правилам. В таком случае мама становится обессиленной и снова виноваты вы с папой. Раньше она от папы пыталась чего-то добиться и изменить его, а теперь таким объектом изменения являешься ты.

73_В.: Когда мама загоняет себя в жесткие рамки, то у меня появляется чувство вины. Она столько «вложила» в меня, а я не иду по ее воле.

74_П.: За чувством вины следует самонаказание. Когда ты все осознаешь, то сможешь найти рациональные пути решения. Следующий рисунок к чему относиться и как его ты назовешь?

В.: Я бы назвала рисунок «Одиночество» (рис. 1.9).



Рис. 1.9. Автор Э. Тейлор «Одиночество вдвоем»

75_П.: Как бы хотелось быть этим двум людям?

75_В.: Хотелось бы развернуться друг к другу, прочувствовать теплоту друг к другу. Атмосфера вокруг холодная и туманная.

75_П.: Наверное, эти люди были повернуты друг к другу? Что происходило в этом случае?

75_В.: Возникали противоречия.

75_П.: Им оказалось легче быть повернутыми спиной друг к другу?

75_В.: Да.

75_П.: К чему бы ты отнесла такую позицию?

75_В.: Это относится к отношениям мамы с папой. Ему уже проще отвернуться спиной, чтобы его никто не тревожил. Маме тоже легче «махнуть рукой», потому что смысла она не видит.

76_П.: Где ты на этом рисунке? Легче ли тебе, что они в таких отношениях? Ты как кресло посередине, между ними (рис. 1.10). Ты как вне ситуации и имеешь автономию?



Рис. 1.10. Модель респондента В.
«Между мамой и папой»

77_В.: Да, потому что я ощущаю, что в середине мне безопасней и комфортней.

77_П.: С какого периода тебе знакома такая ситуация?

77_В.: Когда мне было 12-13 лет. Сейчас такая ситуация еще более начала яснее проявляться.

78_П.: С одной стороны, есть больше покоя, приобрело параметры «постоянства», а с другой стороны – ситуация заходит «в тупик».

78_В.: Раньше у меня это вызывало другие чувства, а сейчас я ощущаю постоянно раздражение, негодование.

78_П.: Ты ощущаешь себя в одиночестве без мамы и папы?

78_В.: Да

78_П.: Хотя покоя у тебя от мамы нет, при ощущении одиночества.

78_В.: Наедине сама с собой спокойнее и хорошо. Ощущаю себя лучше, когда общаюсь с родителями в отдельности.

79_П.: Ты не ощущаешь, что ты в семье?

79_В.: Да. Когда мы вместе, то появляются какие-то конфликты на пустом месте, спор на повышенных тонах. В таких случаях мне хочется уйти, потому что для меня дорог папа и мама.

80_П.: У тебя возникает чувство беспокойства, чтобы лодка не развалилась, и родители не ушли в разные стороны?

80_В.: Я слышала такие тексты о том, что если бы я не жила вместе с ними, то они бы расстались.

80_П.: Таким образом, на тебя падает ответственность за эту ситуацию?

80_В.: Да. Они считают, что если бы жили по отдельности, то было бы лучше и легче.

80_П.: Ты виновата в том, что они сейчас вместе (рис. 1.9)?

80_В.: Да.

80_П.: Чувство вины – тяжелое чувство еще и потому, что идет в паре с самонаказанием. 81_Следующий рисунок показывает нам, что лодка, о которой шла речь ранее, тут изображена уже как утонувшая (рис. 1.11). Рис. 1.9 и рис. 1.11 указывают на то, что конфликтогенность ситуации снизится только при условии, если В. возвратится во внутриутробное состояние (*по архетипам: лодка – утроба, вода – символ материнства*), потому что только в таком состоянии не было проблем. В утробе идиллия, там даже хотеть ничего не надо – все тебе дается.



Рис. 1.11. Автор Дж. Грие

82_В.: Выбирая рисунок, я подумала, что этому кораблю под водой комфортно

82_П.: Получается, что ты все время в тревоге, чтобы не утонул корабль вашей семьи. С другой стороны, психика знает, что только период пребывания в утробе позволяло ощущать идиллию. Но ты чувствуешь, что этого уже не будет. Если произойдет крушение корабля, то это будет пагубный исход. Тенденция «возврата в утробу» - это тенденция импотирования психики и тенденция к психологической смерти.

82_В.: Если я пойду своей дорогой, то корабль разрушится.

83_П.: На тебе еще нагрузка – ты не можешь уйти, потому что произойдет крушение? Ответственность лежит на тебе?

83_В.: Да! Двойственно чувство – с одной стороны, пойду своей дорогой и освобожусь от власти, с другой – случится расставание. Потом буду чувствовать себя виноватой и жалеть, что так случилось.

83_П.: Таким образом, замыкается круг (намек на феномен «порочный круг»), все в твоей жизни идет по кругу (рис. 1.3). Тогда, ощущение безысходности и тенденция к психологической смерти. Опасения из-за того, что семья распадется, то ты тоже можешь быть отягощена, думая, что распад семьи произошел из-за тебя и тогда тебя тоже уже как не существует! Вот как проявляется тенденция к психологической смерти. Родители часто

«переворачивают» семейную структуру (иерархию) и ответственность за семейную идиллию или сосуществование перекалывают на ребенка.

84_В.: В дальнейшем взаимоотношения с партнерами не могут быть гармоничными?

84_П.: Да, есть риск, что ты свои отношения можешь «похоронить» (рис. 1.6, утонувший корабль). Поэтому не даешь развиваться отношениям с мужчинами, упреждая, что подобное может случиться, как в родительской семье и, тем самым, будет еще тяжелее и больнее.

84_В.: Да, я не думала об этом... Недавно познакомилась с молодым человеком. Все как мне хотелось и все хорошо, но потом оказалось, что он занудный, контролирующий.

85_П.: Психика выбрала диаметрально противоположное. Выбрала человека, с такими издержками, которые были присущи матери. Мы бывает сами не видим, где мы пробуждаем проявления таких качеств в другом человеке.

86_В.: Возможно, моя излишняя слабость, впечатлительность вызывает у партнера контролирующее и внимательное отношение ко мне. Даже когда у меня есть возможность расширять круг общения, то я это радостно принимаю, но потом замечаю, что сама ухожу от этого.

86_П.: С одной стороны, от одиночества следует уходить, но когда более широкий круг общения, компания, то тебе это тоже дискомфортно?

86_В.: Я теряюсь, когда всех надо где-то собрать на мероприятие. Как же их можно всех друзей собрать, если каждый из них разный...

87_П.: Ты чаще всего находишься в «капсуле» и, тем самым, не развиваешь свой потенциал и социально-перцептивный интеллект. Следует быть решительнее, поскольку открыто много возможностей и этим надо пользоваться. Не «капсулировать» свою энергию!

88_В.: Благодарю Вас за эту работу! Для меня было большим открытием осознать причину своей нерешительности и тревоги создания отношений с мужчинами. Я осознала, что зависимость от родителей разрушает мои личные отношения. Спасибо Вам, работа поспособствовала к дальнейшим размышлениям!

Приложение 1.1

Структурно-семантический анализ диагностико-коррекционной работы с респондентом В.

Таблица 1.1

№ к-та	Семантика коммуникатов психолога и респондента (имя респондента и психолога обозначены первой буквой)
1.	П. проясняет эмоциональное восприятие рисунка
2.	Объективация амбивалентных чувств: одиночество ↔ уют, спокойствие
3.	Символическое наполнение элемента на рисунке – «свечи». Условная ценность – уединение
4.	Желание единение с мамой, что косвенно указывает на трудности у В. с этим
5.	Гипотеза П. о амбивалентном отношении к матери, которое раскрывается через символические фигуры: «зима – холод» «свеча – тепло, уют». Идентификация с матерью
6.	В. указывает на значимое качество матери – строгость, которое не позволяло чувственно единиться с матерью
7.	Прояснение гипотезы П (к-т 6) о условном характере строгости, которое интроектировала В. от мамы
8.	Подтверждается гипотеза П. (к-т 5) об амбивалентном отношении матери к В.
9.	Эдипальная зависимость от матери
10.	П. инициирует В. символически изобразить ожидание матери

11.	Мама предопределяет стремление самореализоваться В.
12.	Проясняются ожидания матери и насколько В. рефлексировал чувства мамы
13.	В. указывает на чувство гордости матери
14.	П. диагностирует эдипальную зависимость от матери
15.	Инфантильность и пассивность в самореализации.
16.	В. рефлексировал чувство неуверенности в своих силах
17.	Амбивалентные чувства к авторитарности матери
18.	П. проясняет семейную ситуацию взаимоотношений
19.	В. указывает на позицию подчиненности и отстраненности отца в семье. В. занимает подобную позицию отца, что свидетельствует о эдипальном притяжении к отцу
20.	П. с помощью психодрамы проясняет отношения В. к отцу
21.	Эдипальная зависимость В.: потребность в защищенности и заботе от отца. В. интроектировала качество мамы-строгость (подтверждается гипотеза к-та 7)
22.	Противоречивые тенденции В.: стремление «к силе» и стремление «к слабости»
23.	Притяжение к отцу через интроектирование качеств отца
24.	П. проясняет происхождение у В. тенденции «к силе» (гипотеза о стремлении к оптимизации отношений с мамой)
25.	Материнская компенсация мужских качеств
26.	Идентификация с отцом
27.	Авторитаризм матери обусловил пассивность В. в выборе профессионального пути
28.	Стремление к самостоятельности и самореализации
29.	Ожидания матери в благодарности В. за ее достижения
30.	Скрытая конкуренция с матерью на фоне эдипальной зависимости
31.	Нереализованные желания В. в защите отца. Единение с отцом в противостоянии матери
32.	Потребность в защите отца
33.	Замещение родительских отношений на личные отношения
34.	В. осознает риск личных отношений, обусловленное поиском «идеального отца»
35.	Поиск партнера похожего на отца – мягкого и доброго
36.	В. осознает наличие эдипальной зависимости от матери
37.	Тенденция «в утробу» - зависимость от матери проявляется в стремлении к уединению и выражается в ограничении социальных контактов, вследствие – нежелание принимать ответственность на себя
38.	Эдипальная зависимость выражается в противоречии: поиск партнера по образу отца, но находит в партнерах материнские качества
39.	Желание В. воссоединить отца и мать в одном партнере
40.	Архетипический символ утробы презентует зависимость от матери
41.	Зависимость от эмоционального состояния матери блокирует самореализацию и самостоятельность В.
42.	Противоречивые тенденции: активность (тенденция к жизни) ↔ пассивность (тенденция к смерти)
43.	Собственное психологическое импотирование через обесценивание
44.	Подтверждение гипотезы П. о чувстве неполноценности В., обусловленное эдипальной зависимостью от матери
45.	В. осознает свое бессилие и зависимость от матери
46.	Ценностью для В. является одобрение матери
47.	П. уточняет о значимости «доброй мамы» в ее жизни
48.	Идентификация с мамой – обладать положительными качествами, присущими ей
49.	Интроект от матери – в личных отношениях В. дистанцируется
50.	Осознание собственной беспомощности – чувство неполноценности вследствие эдипальной зависимости

51.	Осознание собственной незрелости
52.	Противоречие: потребность быть сильной как мама и при этом обладать качествами отца
53.	Блокирование потенциала вследствие тенденции «возврата в утробу»
54.	П. диагностирует притяжение к отцу, вследствие эдипальной зависимости
55.	В. указывает на выполнение роли и функций матери в семье
56.	Избегание ответственности. Проявление инфантилизма
57.	П. зондирует желание В. в присутствии матери в семье
58.	Желание В. одновременно быть и не быть зависимой от родителей
59.	Импотирование самостоятельности В.
60.	Осознание В. о блокировки потенциала в создании личных отношений вследствие зависимости от матери. Намек на интроект, приобретенный от матери – иметь контролирующую функцию в личных отношениях
61.	Пробуждение рефлексивности у В.
62.	В. презентует маму как строгую и холодную
63.	П. уточняет влияние на активность В. авторитарности матери
64.	Чувство неполноценности обусловлено ощущением несуществования – тенденция к психологической смерти
65.	Тревога о собственных перспективах, вследствие этого проявление пассивности
66.	Высказывание В. указывает на тенденцию «возврата в утробу»
67.	Потребность в любящей и доброй матери.
68.	П. указывает на наличие противоречий: мама стимулирует реализацию В. и в то же время импотирует (притормаживает) активность
69.	Желание занять позицию мамы – тенденция «к силе»
70.	Идентификация с мамой
71.	Компенсация чувства неполноценности матери в самореализации В.
72.	Мать порождает чувство вины у В. тем, что не реализовала ожидания матери – без вины виновата и как следствие – самоимпотирование В.
73.	Подтверждение гипотезы (к-т 72) о наличии чувства вины у В.
74.	Самоимпотирование как самонаказание за вину
75.	Родительские отношения импотировались матерью, что интроектировала В.
76.	П. проясняет позицию В. в контексте ситуации взаимоотношений между родителями
77.	Проясняется эдипальная зависимость – желание В. единения с родителями
78.	Противоречие: желание и нежелание единения родителей
79.	Значимость либидных объектов – страх остаться в одиночестве
80.	Ответственность за сохранность семьи вследствие – чувство вины за конфликт в родительской семье
81.	П. интерпретирует на основе архетипной символики, что В. решает конфликтную ситуацию в семье через тенденцию «возврата в утробу»
82.	Ощущение тревоги за потерю либидных объектов
83.	В. подтверждает наличие порочного круга: уход из семьи, с целью саморазвития пробуждает чувство вины за возможный распад семьи, что тем самым обуславливается невозможность ухода из семьи
84.	Осознание В. риска повтора сценария родительских отношений в собственных взаимоотношений
85.	П. диагностирует неосознанную потребность В. в «контролирующей» матери. П. объективирует противоречие: желание к независимости ↔ поиск похожего контролирующего партнера, как мама
86.	Самоизоляция от социума – тенденция «возврата в утробу».
87.	П. пробуждает социально-перцептивно интеллект

88.	Высказывание В. свидетельствует о положительной динамике самоощущений в процессе групповых занятий
-----	--

Диагностико-развивающая работа с респондентом Е. с использованием комплекса психологических рисунков



Рис. 2.1. Противостояние, конфликт

1_Е.: Я выбрала рисунок двух конфликтующих сторон, одна из которых является светлой стороной, а другая – темная (рис. 2.1). В конфликте для меня главное – определить где светлая сторона, а где темная. Если это отнести к моему внутреннему конфликту, то, как его следствие, у меня всегда возникает агрессия.

2_П.: Перед вами стоит задача, чтобы каким-то образом преодолеть агрессию?

3_Е.: Да, но чаще всего мне не удается с ней справиться.

4_П.: Потому что вы прилагаете большие усилия, чтобы перейти на «светлую сторону». А это отнимает много энергии, и ее может не остаться на полезные дела – вы утомляетесь, изнуряете себя?

4_Е.: Я бы сказала, что чувство усталости сопровождает меня в жизни.

5_П.: Изображены образы конфликтующих людей?

7_Е.: Я думаю, что эти два человека – мы с мамой. **8_Вместе** две противостоящие стороны не могут сосуществовать.

9_П.: Вы с мамой всегда отстаивали «светлую» часть каждая в себе?

10_Е.: Я видела светлое в одном, мама – в другом. И каждая отстаивала свое «светлое». **15_Е.:** Поэтому оба тигра оскаленные.

16_П.: Бывает взаимодействие этих двух персонажей более мажорной? Если да, то не могли бы вы подобрать свои рисунки, которые это отражают?

16_Е.: Да, это рисунок «Радостный день в семье» (рис. 2.2).

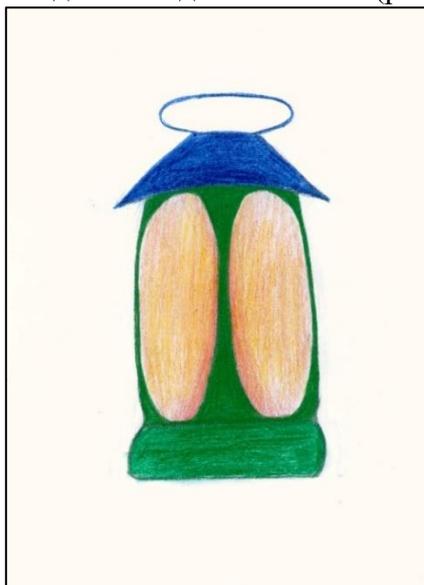


Рис. 2.2. Радостный день в семье

17_Е.: Изображен фонарь, он изображает маму, папу и меня, мы – это просветы в фонаре, мы все вместе неотделимы друг от друга. Такие приятные дни в нашей семье, когда все собираются вместе, встречаются крайне редко.

18_П.: Фонарь может отражать определенную несвободу: все как замкнуты и не могут друг от друга оторваться.

18_Е.: Ощущение ограниченности, скованности, каких-то рамок у меня действительно есть.



Рис. 2.3. Обычное состояние близких мне людей

19_Е.: Изображены планеты, они далеки друг от друга, как и мы в семье (рис. 2.3). Вокруг нас – суета.

19_П.: Кто из ваших родных изображен какой планетой?

20_Е.: Самая большая планета – это отец. Он у меня ассоциируется с холодом, поэтому планета синяя. Коричневая планета – мать, оранжевая и самая маленькая планета – я. В отличие от других планет я самая маленькая.

20_П.: Есть определенная недооцененность себя?

20_Е.: Скорее всего, рядом с родителями.

21_П.: Они пытаются «слепить» из вас что-то такое, чтобы гордиться?

22_Е.: Они гордятся только в случае моего повиновения. А когда я делаю что-то лично от себя, то гордости от них не ощущаю.

23_П.: То есть гордятся тогда, когда вы откликаетесь на их требования. Именно поэтому вы не чувствуете защиты?

24_Е.: Да, я действительно чувствую себя незащищенной.

25_П.: Пожалуй, родителей это устраивает, поскольку вы тогда в большей степени зависимы от них?

25_Е.: Думаю, что да.

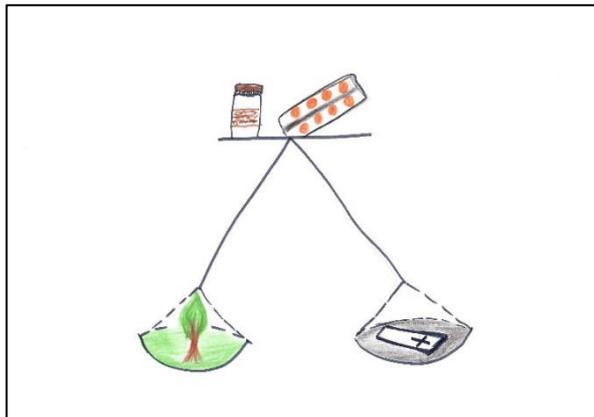


Рис. 2.4. Драматическое событие моей жизни

26_Е.: Изображены весы (рис. 2.4). Когда была совсем маленькой, я наглоталась таблеток и попала в больницу, находилась на грани жизни и смерти.

26_П.: Вы съели таблетки, не понимая, что это?

26_Е.: Как ребенок думала, что это витамины, а на самом деле это были сильнодействующие лекарства.

27_П.: В дальнейшем подобное проявлялось в вашей жизни?

28_Е.: Когда я была подростком, таблетки стали для меня объектом шантажа родителей. Тогда, в детстве, мне казалось, что родители не обращают на меня никакого внимания. Обратил на себя внимание и вспомнил обо мне только когда со мной что-то случилось. В тот период у меня возник конфликт с мамой, и я решила с помощью таблеток ее напугать. Я вполне сознательно пошла на этот шаг, позаботилась о том, чтобы лекарства действительно нашли.

29_П.: Так повторяются переживания по закону «вынужденного повторения». Наша память вне сознательной воли и нашим желанием сохраняет в себе все и использует это в разные моменты жизни. **30_Ваш** поступок повлиял на маму?

30_Е.: Да, но это длилось не долго.

31_П.: Даже ценой собственной жизни вам ненадолго удалось их приостановить деструктивные порывы родителей?

32_Е.: Да, этого мало. **33_В** тот период моей жизни я больше времени проводила с бабушкой и дедушкой, чем с родителями.

34_П.: То есть это был ваш протест родителям?

34_Е.: Да. Я тогда была у бабушки и дедушки и хотела домой, к родителям.

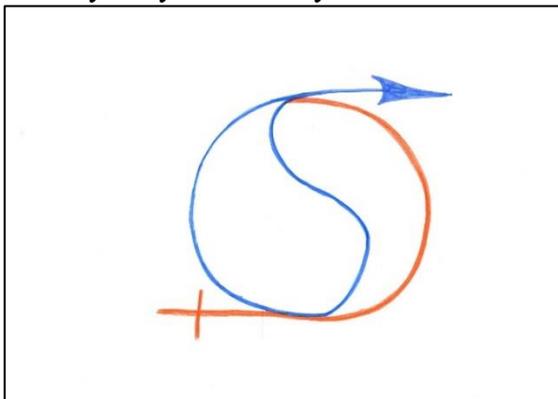


Рис. 2.6. Наиболее значимый для меня человек

36_П.: На рисунке образ мужского и женского начала (рис. 2.6)?

36_Е.: Это мои родители. Для меня значимы оба родителя, но отец – больше.

37_П.: Можно сказать, что этот образ отражает и вас, поскольку вы воплощаете в себе и отца, и мать? И более того, согласно вашим словам, вы являетесь родителем – за своим поведением, чувствами, настроением?

37_Е.: Да, вполне вероятно.

Рис. 2. 7. Я иду навстречу беде

38_Е.: Это человек с мечом. Он находится в движении вперед (рис. 2.7).

38_П.: Человек заинтересован в беде, раз уж идет ей навстречу?

39_Е.: Мое кредо по жизни и позиция: как только я вижу беду, преграды – бегу навстречу. И как только я ее преодолеваю, то сразу же чувствую спокойствие. Мне постоянно нужна какая-то цель, беда, чтобы жить и творить. У меня такое впечатление, что я питаюсь энергией от негатива.

40_П.: Постоянно существует потребность противостоять? **41_Если** предположить, что это вы и мама, то вы очень зависимы от нее. Это объектные отношения: они отрываются от отношений с родными и переносятся на любую другую ситуацию в социуме.

42_Е.: В самом деле это больше связано с матерью. Отец придерживался другой позиции: он постоянно пугал маму, чтобы она потом пугала меня. Поэтому он для меня остается чистым образом.

43_П.: Отец вам ближе?

44_Е.: Отец для меня честный, искренний, всегда придерживался обещаний. А в маме я видела больше негативного.

45_П.: Вы чувствовали себя более комфортно в общении с отцом или матерью?

46_Е.: Ни с кем. Общение с отцом мне было больше по душе, но я его не понимала.
47_С отцом было меньше конфликтов, но он был всегда закрытый.

48_П.: Можно предположить, что когда в общении с людьми у вас возникает напряжение, то у вас возникают не совсем рациональные движения. Тогда вы действуете больше от эмоций, чем от разума.

51_Е.: Да, при таких ситуациях мои эмоции превалируют над разумом.

52_П.: Огонь на рисунке – может быть символом эмоций?

52_Е.: Огонь горит до тех пор пока я есть беда и я к ней рвусь. Когда я прохожу этап беды, огонь угасает.

53_П.: Можно предположить, что для вас не была нейтральной ситуация, когда вы оставались один на один с собой и вами никто не интересовался, когда вас не замечали, не уделяли внимания или же отдавали к бабушке и дедушке?

53_Е.: Да, действительно! Я очень боюсь одиночества. **54_Я** думаю, что все началось с моего рождения. После моего рождения – меня оставили и забыли, потому что спасали жизнь матери. По рассказам мамы, я кричала, а потом, когда ко мне так никто и не подошел – сразу замолчала. Мама говорила, что я была необычным ребенком: очень мало плакала.

55_П.: То есть капсулировали все в себе. Следовательно, у вас от одной крайности в другую: либо слишком пассивны, или очень активны?

56_Е.: Все так и есть. Я это вроде и знала раньше, но в то же время и не знала. В моей жизни бывают длительные периоды пассивности и внезапные всплески активности.

57_П.: На рисунке беда случается с вами или с кем-то другим?

58_Е.: Со мной.

59_П.: Образ беды похож на дерево.

59_Е.: Действительно.

59_П.: По архетипной символике дерево означает родителей. Это может означать, что беда идет от родителей?

60_Е.: Скорее я хотела нарисовать, что гонюсь и разбиваюсь об это дерево.

61_П.: Это значит, что с детства у вас было огромное внутреннее желание быть с родителями. Видимо, ваши мечты о том, что родители заберут вас к себе, диссонировали с ощущениями, которые возникали тогда, когда вы возвращались к родителям?

61_Е.: Да, так и есть. Когда я отдельно от родителей, то нахожусь здесь, на рисунке «Я иду навстречу беде» (см. рис. 2.7), когда рядом с ними – на рисунке «Конфликт» (см. рис. 2.1).

61_П.: Но всегда стремились и мечтали о гармонии отношений с родителями.

75_Е.: Да.

75_П.: Вы пытались им показать, какими они должны быть, как вам больно, плохо от такого отношения к вам?

76_Е.: Я им говорила об этом, намекала. Через некоторое время я начала писать рассказы, стихи и давала их читать родителям. Это были рассказы об одинокой девочке, которая нуждалась в родителях. Эффект от таких рассказов, как правило, был непродолжительным.

77_П.: Можете ли вы рассказать какой-то фрагмент рассказа об этой девочке-птичке, которая попала в поле зрения?

78_Е.: Во время учебы в начальных классах родители рано уходили на работу, а возвращались поздно вечером и сразу ложились спать. В школу меня отводили соседи. Я

сидела на уроках, а затем оставалась в группе продленного дня. Приходила домой, садилась за уроки, которые надо было переписать с черновика на чистовик. Кроме того, в доме надо было убрать. Затем, когда возвращалась мама, которую я долго ждала, было два варианта развития событий. Первый: мама была агрессивной, тщательно проверяла правильно ли переписаны уроки. Если находила какую-то ошибку, то рвала мои тетради, и я переписывала все сначала. Второй вариант: я ложилась спать и не встречалась с родителями. Так было каждый день. Наконец, дождавшись выходных, я просыпалась и бежала в комнату к родителям. Я видела, что родителей нет и начинала плакать. Я брала вещи родителей, клала их к себе и долго лежала рядом с ними.

79_П.: Родители отлучались по делам?

80_Е.: Они много работали.

81_П.: Вас оставляли маленькую одну?

81_Е.: Да, меня просто не было куда девать. С шести лет меня на все лето отвозили в лагерь или к бабушке.

Фрагмент психодраматической работы с респондентом Е.

82_П.: Вы можете выразить свои чувства к этой девочке-птичке?

83_Е. (к образу птицы, рис. 2. 8): Птичка, ты такая юная. Не отчаивайся, что находишься не в таком хорошем месте, которого ты, возможно, хотел бы. Ты окрепнешь, сможешь покинуть это место, полетишь к другому, более прекрасному, и сможешь для своих детей создать такие условия, которые бы отвечали потребностям их души. Твои дети никогда не переживут того, что пришлось пережить тебе.

84_П. (в группу): Возможно, кто-то из участников группы мог бы поддержать Е. в том смысле, что он пережил нечто подобное?

85_Участник группы 1: Мои родители также много работали и мне приходилось оставаться одной. Мне было обидно, что меня покинули родители, целый день их ожидала и скучала. Мама приходила на обед ненадолго, кормила меня и снова шла. Отца я почти не видел. Поэтому я тебя, Е., очень понимаю.

85_Участник группы 2: Я также практически не видела своего отца. Мать, хотя и не работала, но имела свои заботы. И я была один на один со своими мыслями и чувствами. Сейчас, когда я начала над собой работать, я многое поняла: мои отношения с родителями начали меняться к лучшему. И только сейчас я получила от папы любовь и поддержку

86_П.: Возможно, кто-то еще хочет что-то сказать этой девочке-птичке, которая имела большие надежды и которая сейчас сидит на развалинах этих надежд?

87_Участник группы 3: У этой птички есть крылья. Она может взлететь на вершину горы.

88_Участник группы 2: У птички есть крылья, и она должна быть самостоятельной. Я тоже в детстве часто оставалась в одиночестве и сталкивалась с похожими проблемами.

88_Е.: Когда была маленькой сказала себе, что ненавижу своих родителей и всего достигну без их помощи, докажу им, что смогу без них.

89_П. (к Е.): Вы держите обиду на родителей за то, что они «забрали» у вас детство и вам себя жалко. Задача состоит в том, чтобы простить и порадоваться за то, что эта птичка смогла сама взрастить себя, стать самостоятельной и настроиться, что станет профессиональным психологом. Если бы у вас не было такого опыта, то как бы вы могла понимать людей в их трудностях?! Важно сделать эту картинку детства просто картинкой, чтобы она эмоционально не впечатляла и затрудняла дальнейшую жизнь.

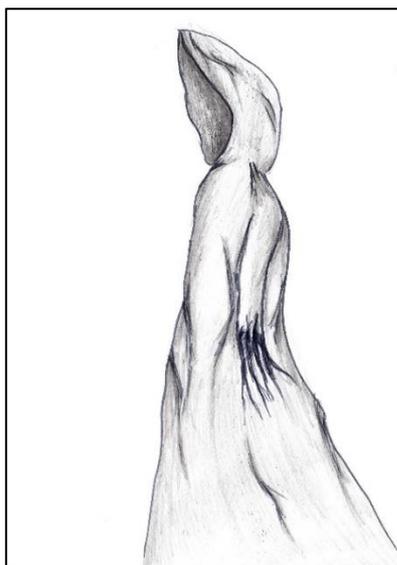


Рис. 2.9. Человек, которого я боюсь

90_П.: Изображен человек в плаще, которого не видно (рис. 2.9)?

91_Е.: Возможно, это собирательный образ, он пугает меня потому, что доминирует надо мной, слишком на меня давит. И если в других рисунках я в силах сопротивляться, то здесь мне не хватает сил. Я боюсь, что когда этот человек захочет меня покорить, то я не смогу сопротивляться.

92_П.: Может быть это остаточное явление от общения с родителями.

92_Е.: Возможно. Они были непонятными, закрытыми.

93_П.: Речь идет об эмоциональной депривации, ведь вы были изолированы от родителей. Также вы в определенной степени боитесь себя?

93_Е.: С одной стороны, я руководствуюсь рацией, а с другой – моим поведением руководят эмоции.

93_П.: Вам пришлось скрывать свои эмоции. Потому что я очень хотела от родителей любви, эмоционального контакта и пыталась их получить за счет своего подчинения. Вы боитесь не только подчиниться желанию другого человека, но и подчиняться в дальнейшем?

93_Е.: Да, я очень этого боюсь. Все, что вы сказали, соответствует действительности.

94_П. (в группу): Кто-то из участников желает выразить свои чувства?

95_Участник группы 2: Я тоже боюсь подчинения.

96_Участник группы 3: Мне этот рисунок напоминает горы. И ты идешь вверх изгибами, крутыми дорогами.

96_П. (к участнику группы 3): Таким образом вы говорите, что Е. намеренно создает такой образ в обществе, чтобы ее боялись?

96_Участник группы 3: Да, и в этом я солидарна.

97_П.: Если с детства формировались такие чувства, то есть потребность поступать так, чтобы другие чувствовали то же самое – неприступность, неизвестность, подчиненность себе.

99_Участник группы 4 (к Е.): Е., вы не хотите на показ выставлять неуверенность свою и боль?

100_Е.: Просто так получается. Потому что родители в детстве были очень закрытыми, но никак не могла добраться до их «вершины». Они идеальны.

101_П.: Еще в рисунке пугает рукав человека, как обрывки от плаща.

101_Е.: Я вообще никогда не рисую образы плащей.

102_П.: Это является символом того, что когда-то у вас вызвало страх?

103_Е.: Я даже в рисунках никогда этого не использовала.

104_П.: Может ли быть, что это тот страх смерти, который вы пережили в детстве, когда съели таблетки?

104_Е.: Возможно. **105_А** всякие обрывки рукава – это что-то действительно страшное в человеке, чего следует бояться.

106_П.: Это может быть символом смерти?

107_Е.: Возможно, это олицетворение смерти. Я только вспомнила, как мне приснилось, что я потеряла родителей. У меня возник панический страх: что делать вообще, что делать без них?!

108_П.: Подумайте, почему вам это снилось. Где у ребенка могло зарождаться желание смерти родителям. Страх, что их нет, постепенно трансформируется в желание освободиться от страха.

108_Е.: Это было желание мести.

108_П.: Страхи, которые вам пришлось пережить, когда вы вошли в комнату родителей, а их там не оказалось, и вы, собрав их одежду (как замещение), оплакивали родителей, потом во сне воплотилось в реальность?

109_Е.: Да, это был целый период в моей жизни.

110_П.: Этот страх мог трансформироваться и оказаться в ваших действиях, когда вы глотали таблетки. Также вы пережили реальный страх смерти после этих таблеток. Когда вы рисуете человека, закрывшего себя перед бедой, то считаете, что так напугаете беду?

110_Е.: Да, возможно так и есть!

110_П.: Теперь, как только возникает беда, вы нервничаете и рветесь к ней?

111_Е.: Да, теперь мне все стало более понятным.

112_П.: Выберите, пожалуйста, неавторский рисунок, который может олицетворить ваши переживания сейчас.

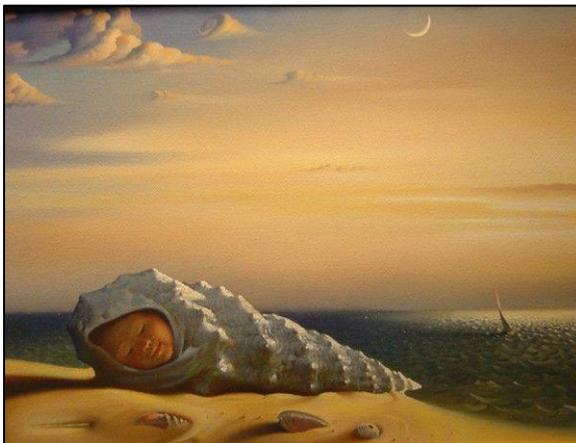


Рис. 2.10. Автор В. Куш

112_Е.: Я выбираю эту девочку (рис. 2.10).

112_П.: Попробуйте воплотиться в этот образ и рассказать о нем.

113_Е.: Беспокоит, что человек не рожденный. Что не может реализоваться, быть полноценным в личных отношениях.

114_П.: Что человек чувствует барьеры в самореализации и, в частности, в отношениях с мужчинами?

115_Е.: Да. Я помню, как отец в детстве часто говорил мне такое, что меня ранило. У меня развился большой комплекс по моей внешности.

115_П.: Отец сформировал у вас несвободу в чувственной реализации?

116_Е.: Отец меня не во всем понимал, поэтому в других я также ищу неполного принятия.

116_П.: Скорее вы невольно боитесь того, что вас могут не принимать?

116_Е.: Да.

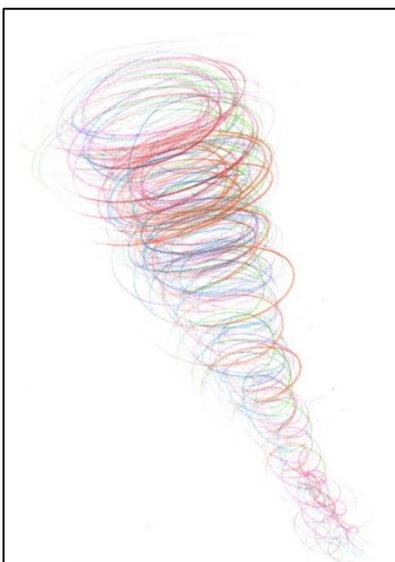


Рис. 2.11. Мой обычный день

119_П.: Обычный день (рис. 2.11) похож на рисунок, где изображена беда (см. рис. 2.7). На двух рисунках изображен вихрь – такая недостаточно организована энергия?

120_Е.: День прошел зря, если не произошло ярких событий. Я в движении, постоянно с кем-то соревнуюсь, иду вперед. Поэтому с помощью образа вихря я пыталась передать хаос, напряжение, но не штиль, а не лень.

121_П.: Лень – это остаточное явление детства, когда вы были подавлены, когда вам ничего не хотелось делать. Если вы не направляли свою энергию в конструктивное русло, она будет вас разрушать.

122_Е.: Да. Я где-то в глубине души это чувствую, но, видимо, просто не позволяю себе окончательно признаться в этом. Но тогда, в детстве, у меня просто не оставалось сил что-то делать.

139_П.: Прошлое для вас не определено (рис. 2.13)?

140_Е.: Я пыталась изобразить что-то не понятное, скомканное, как лист бумаги.

140_П.: Это все то, что вы писали и переживали? Может ли быть это тем текстом, который не находил своего адресата?

140_Е.: Да, когда меня не понимали.

141_П.: Какую реакцию вызвали у мамы ваши рассказы? Вы можете высказаться отчуждено от текста, о чем она думала?

142_Е.: Я конкретно сейчас не помню. В те периоды, когда она читала мои послания, она вселяла в меня надежду. А потом, когда я сталкивалась с бывшим отношением, заснеженной вершиной – надежда исчезала. Тогда из серой башни падал один камешек (см. рис. 2.8).

143_П.: И башня постепенно разрушалась?

143_Е.: Да.

143_П.: Вы строили иллюзорную крепость с надеждой на то, что она будет цветущей, а из нее каждый раз падал камешек как утраченные иллюзии, потерянные надежды?

143_Е.: Так как их было очень много, я до такого состояния и дошла.

144_П.: И, как результат, возникла пассивность, о которой вы рассказывали. Вы начали сами себя спутывать проволокой.

144_Е.: Да.

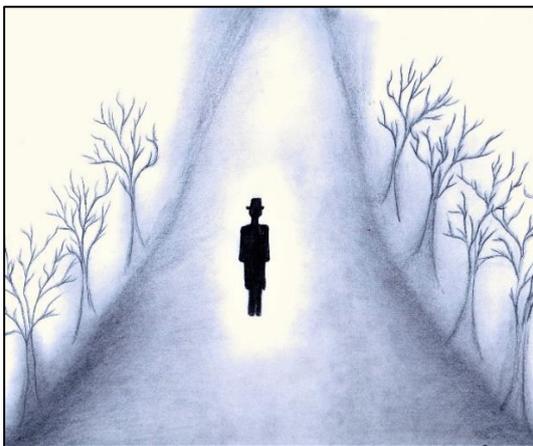


Рис. 2.14. Человек, которого я люблю

145_П.: На рисунке снова изображен плащ (рис. 2.14). Может это означать, что вы боялись своего отца, хоть и говорили, что он нейтральный и действовал опосредованно, через маму.

146_Е.: Я бы уточнила, что боялась его разочаровать. Это воспринималось им очень категорично. Еще когда была маленькой отец поднял на меня руку. Это было один раз в жизни, но настолько отразилось в моей памяти, я всегда боялась повторения.

147_П.: На человека значимость переживания играет большую роль, чем количество ситуаций. Отец для вас одновременно является идеалом. В то же время материал ваш указывает, что он вас энергетически импотировал. **148_Возможно, отец проявил особую заботу, когда вы проглотили таблетки?**

149_Е.: Он тогда очень испугался.

149_П.: Все взаимосвязано: вы боялись своего отца, вам хотелось быть на его месте. А он испугался, то есть пережил страх.

149_Е.: Честно говоря, у меня где-то возникали смутные ассоциации с отцом, но почему-то в полной мере это не осознавалось.

150_П.: Вы еще не свободны от тревог и привязанности к отцу?

151_Е.: Я сравниваю его с человеком, который бы вытащила меня из беды. Но я ее боюсь, поскольку я ей подчинюсь. Я освобожусь от родителей, но подчинюсь ей.

152_П.: Удивительно, что для такой миссии вы выбираете человека, которого боитесь. Вы говорили, что отец однажды наказал вас физически. Все остальное время вы хотели, чтобы он вас не наказал. Кто может вас от этого спасти? Лишь тот, кто это и создавал.

152_Е.: Я бы хотела перестать бояться отца. Я бы хотела, чтобы он оказывал мне помощь, когда я ее нуждаюсь. Если я от этого освобожусь, то не буду объединяться с отцом. И поэтому хорошо, если этот человек по многим качествам будет похожа на отца, но чтобы он меня понимал и оказывал мне помощь.

152_П.: Такая позиция – остаточные явления от тех психологических проблем, которые вы пережили в семье. Теперь, строя отношения, вы сможете видеть, что для вас этот человек будет значим через свое умение оказывать помощь. Партнер должен быть таким же, как и отец, но в то же время диаметрально противоположным.

153_Е.: То есть если отец загонял меня в такую позицию, то партнер должен меня из нее выводить. Я раньше не задумывалась об этом. **154_Е.:** У меня действительно был человек, который пытался меня из этого вынести, но я ее поменяла на одобрение отца. Мой партнер предложил мне жениться, хотя я тогда была еще очень молода. Родители не ожидали такого шага. Когда я им сообщила, они спросили (очень спокойно, хладнокровно), готова ли я к этому.

154_П.: Возможно, они не восприняли это серьезно?

154_Е.: Нет, они восприняли это слишком серьезно, поэтому и не стали меня давить. Они очень осторожно забрали эту бомбу из моих рук.

154_П.: Потому что они хорошо вас знали?

155_Е.: Они спокойно доказали, что «минусов» в этом больше. Они намекнули на то, что когда я это сделаю – все изменится.

155_П.: И тогда их хорошее отношение пропадет?

155_Е.: Именно так. Их любовь была, несомненно, дороже.

156_П.: Но, как вы говорили, этого хватило ненадолго.

156_Е.: Да.

157_П.: В рисунке запечатлено, как вам было плохо.

157_Е.: Да, ведь и человек для меня также был значимым.

157_П.: И вас эта ситуация в значительной степени подкосила. Камни из крепости (см. Рис. 2. 1.8) после этого случая посыпались потоком?

158_Е.: Да. Я сама начала ее разрушать. **159_Е.:** Я сама для себя как родитель.

160_П.: Ваши рисунки это ярко иллюстрируют.

Диагностико-развивающая работа с использованием песочницы, камней и предметных моделей (респондент М.)

1_П.: Что ты ощущаешь, когда трогаешь песок?

1_М.: Приятно соприкоснуться с ним. Сейчас, при прикосновении с песком, я вспоминаю, как мы с мамой были на море, где я тонула и меня спасли.

2_П.: После этих событий ты стала ощущать определенное отношение к морю и в целом, к воде?

2_М.: Да. По-прежнему имею возможность если погружаться в воду, то только в бассейне, там не глубоко. Если ездим на море, то все равно могу подходить к морю только у берега, своих детей тоже оберегаю от моря, там не безопасно.

3_П.: Попробуй построить любую композицию в песочнице.

Респондент моделирует в песочнице композицию.



Рис. 3.1. Композиция респондента М.

3_П.: Что ты ощущала, когда строила композицию на песке (рис. 3.1)?

3_М.: Хорошие чувства испытывала. Я поставила два цыпленка в яйцо, они означают моих детей. Для меня дерево указывает на спокойствие. Сундучок ассоциируется с чем-то значимым, драгоценным, может быть в нем материальное семейное благополучие. Морская звезда символизирует море.

4_П.: И в этой композиции ты показала море. *П. к группе:* Представленное может намекать на определенное внутреннее противоречие респондента. С одной стороны, респондент боится за благополучие детей, когда находятся в воде. А с другой стороны – море по-прежнему влияет на респондента и его восприятие. В таком случае, можно предположить, что это может переноситься и на другие аспекты и сферы жизни респондента

5_П. к М.: Ты наблюдала за собой, что боишься все, что связано с «погружением», возможно во что-то неизвестное?

5_М.: Да, для меня неизвестность – это что-то страшное и проще иметь дело с тем, что мне понятно. В случае поездки или каких-то планов, мне важно знать наперед какие дальше планы.

6_П.: Если заходит даже речь о чем-то для тебя неизвестном или куда-то надо вникать в новое, то ты испытываешь определенное напряжение, либо тревогу, либо раздражение?

6_М.: Я ощущаю страх, что могу узнать то, чего бы мне не хотелось знать. Однако я порой осознаю, что сама себя плохо знаю и не понимаю до конца. Это и обусловило выбор профессии психолога.

6_П.: Целесообразность морских глубин (которые тревожат) в том, что ты познаешь сейчас себя и мир с помощью психологии?

7_М.: Не зря говорят: «пугающее – притягивает».

8_П.: Попробуй создать рассказ о модели, которую ты построила (рис. 1, цыплята в яйце).

8_М.: В яйце находятся цыплята, они ждут маму и папу. Самый старший цыпленок сидит слева (рис. 3.1). Мне желается цыплят защитить и скрыть от всех неурядиц и проблем внешнего мира. Во мне всегда развивается тревога по моим. Помню, что был у меня сон. Он был о том, что я нахожусь в море и рядом плавают сын, я пытаюсь его поймать, но не могу.

8_П.: (*К группе*): Такой материал указывает, что у респондента страх утонуть переносится на детей. И это говорит о фиксации травмы матери уже на детей. *П к М.:* Такой фиксацией ты можешь неосознанно для себя влиять на возникновение тревог, фобий и переживаний своих детей.

9_М.: Моя мама тоже себя так проявляла и постоянно контролировала каждый мой шаг и действие. Зная это, я осознаю, что своих детей не следует нагружать. Однако поделаться с этим ничего не могу, не знаю как выбраться с этого.

9_П.: Подобная модель поведения может говорить о зацикленности на своих тревогах, потребностей и желаний. Иными словами – делать все так, чтобы было спокойнее вам, а не думать о благополучии и рядом находящихся людей, в частности – твоих детей.

10_М.: Все верно. Получается так, что мне проще и лучше, когда я знаю и в курсе событий, происходящие с ними, наблюдаю и знаю все. Но в отличии от моей матери, своим детям я предоставляю больше свободы.

11_П.: В отношениях тебе что-то не нравилось?

11_М.: Все было хорошо, но до какого-то момента. После мне стало не нравится, и я начала раздражаться.

12_П.: И тебе трудно нивелировать в себе такие ощущения?

12_М.: Да, мне трудно.

13_П.: Ты ощущаешь амбивалентное ощущение? С одной стороны, ты понимаешь, что все описанные твои проявления не правильные, а с другой стороны – чувствуешь, что никак не можешь избавиться от этого?

13_М.: Да. Мне так трудно с этим справляться, и я начинаю себя винить.

14_П.: Я заметила на твоей голове платок. На тебе он всегда?

15_М.: У меня определенные проблемы своего самочувствия и здоровья. Определенные трудности здоровья связаны с волосами.

15_П.: Может ли это быть следствием, психосоматикой на твою нагруженность тревогами и страхами прошлого опыта?

15_М.: Именно так! Я все детство пыталась привлечь внимание матери при помощи болезней – бронхиальная астма, проблемы с кожей, температура. **16_М.** Меня мама воспитывала одна.

16_П.: Воспитанием детей ты занимаешь одна?

16_М.: Мы вместе с супругом воспитываем.

16_П.: В твоей композиции (рис. 3.1) мужа ты не определила и в твоём рассказе о нем не говорила. Муж психологически присутствует в твоей жизни?

17_М.: Внутренне мы с ним едины в некоторых аспектах. Порой удивляюсь – как я могла выбрать такого человека очень похожего на мою мать.

18_П.: Перефразируя твои слова, ты имеешь в виду – «как я смогла полюбить и быть с человеком, чтобы продолжать свои страдания, которые мне обеспечивала мама». Верно?

18_М.: Да.

19_П.: Дети ощущают твоя самочувствие по этому поводу? Возможно, они ощущают, что ты не довольна жизнью, собой, окружающей действительностью?

19_М.: Надеюсь, что дети не видят этой неудовлетворенности, вроде им ее не показываю.

20_П.: В композиции покажи какие чувства у тебя к детям. (*респондент М. строит модель из камней*).



Рис. 3.2. Модель М. «Чувства к детям»

21_М.: В композиции пирамидка – это я. Большое сердце означает что я испытываю к детям. Голубой камень означает мужа

21_П.: О чем символизирует камень мужа (рис. 3.2)?

21_М.: Я ощущаю от мужа внутреннюю холодность, непонимание, нежелание понять.

21_П.: Нежелание понять больше исходит из твоей позиции или его?

21_М.: Скорее больше я не желаю. Стараюсь дистанцироваться от него.

22_П.: Возможно вы с мужем в чем –то схожи по переживаниям и обидам?

22_М.: Я четко начала осознавать, что переношу свои обиды с моей мамой на мужа. Мои обиды на него в чем-то схожи обид на мою маму.

22_П.: Эти обиды все больше проявляются в том случае, когда акцентируешь внимание на нежеланном, на тех качествах, которые для тебя неблагоприятны. В отношениях с мужем можно все больше проявлять хорошие свои качества и транслировать их ему. И возможно эти качества были в самом начале ваших с мужем отношениях. Как думаешь, что больше всего ты хотела увидеть в муже?

23_М.: На самом деле я поняла, что в его лице я вижу свою мать, а хотела, чтобы он был как мой отец.

23_П.: В начале ваших отношений ты замечала качества у мужа, которые хотела бы видеть у своего отца?

23_М.: Да, так и есть!

24_П.: Расскажи про своего отца.

24_М.: Со своим отцом я лично не знакома. Мама пресекла все связи с ним и запретила быть в нашей жизни. Я знаю, что он пытался наладить общение с нами. Но мама категорически запрещала, т.е. она получает решение приняла за нас двоих.

25_П.: Возможно ли, что у тебя может появиться такое же желание сделать то же самое и с мужем твоим, либо возможно ты уже подобное делаешь? Твое самочувствие сейчас указывает, что ты больше склонна к тому, чтобы муж был в семье и не дистанцироваться от детей?

25_М.: Именно так. Когда родился ребенок, то муж во всем способствовал мне.

25_П.: У тебя большая обида из-за того, что росла без отца, ты это познала и так

выросла. Сейчас происходят подобные действия повторить это в своей семье. **26_П.** Для тебя муж психологически есть в твоей жизни или нет?

26_М.: Без мужа получше и легче.

26_П.: Может ситуация повторится – несуществования отца в их жизни. Тем самым повторяешь действия своей мамы. Таким образом, ты сама двигаешь всю ситуацию в такую сторону, чтобы муж не смог больше и сам покинул вас?

26_М.: Да.

27_П.: В вашей семье не только вы с мужем и ваши отношения, но есть еще и ваши дети, которые все это чувствуют. И согласно твоей композиции, что между ними и мужем стоишь ты (рис. 2, пирамида между цыплятами и синим камнем).

27_М.: Мне бы очень не хотелось стоять между ними и быть барьером в их отношениях или стеной. Однако отследила такой момент, что в случае неурядиц с мужем, то дети всегда на моей стороне. Я знаю, что это неправильно и дети должны одинаково любить папу и маму, но я радуюсь, что все же они со мной.

27_П.: Как было в твоём детстве? Была ли в одиночестве, не было братьев и сестер?

27_М.: Да. Я была одна в семье, но очень хотелось брата.

27_П.: Ситуация в твоей жизни складывается так, что ты за счет детей восполняешь то, что было не реализовано в твоём детстве. Дети принимают больше твою сторону в общении с мужем, тем самым, вместе с тобой, чтобы быть едиными. И дети уже учатся принимать только твою сторону и отходить от отца. Хотела бы сойти от этого порочного круга, чтобы в семье наладились отношения?

28_М.: У меня больше был импульс проработки себя, чтобы убрать свою раздражительность и ненавистность.

28_П.: Негативная энергия идет на других и в той же мере на себя. **29_М.** Муж относится как-то косвенно на любовные чувства, которые объединяет тебя и твоих детей? (рис. 3.2, красное сердце)

29_М.: На модели муж рядышком с этим чувством (рис. 3.2, синий камень, символизирующий мужа).

29_П.: Ты думаешь, что у него нет таких же чувств к детям, как у тебя?

29_М.: Нет, муж очень любит их. И у меня позиция поддерживающая его и стараюсь не готовить детей к противоположной позиции детей к нему. Но есть опасения, что он может сказать детям обо мне что-то не приемлемое.

30_П.: В композиции камень, который является презентант дочери (рис. 3.2) похож на тот камень, который символизирует чувства к детям. В чем у вас близость с дочерью?

30_М.: Дочку родила первой, а сын у меня родился потом. И когда родила сына, то заметила ревность дочери, поэтому испытывала вину перед ней.

30_П.: Ты ощущала, что как будто предала ее?

30_М.: Да. Обнимая сына, вижу в ее глазах ревность.

31_П.: Если бы дети услышали все, что ты говорила, как ты думаешь, что бы они сказали?

31_М.: Дочка бы меня сейчас поддержала.

32_П.: В отношениях неблагоприятных с мужем дочь поддержала бы тебя?

32_М.: Думаю, что да.

33_П.: Получается, что муж одинок в этом состоянии? Или все же есть у него надежда на сына?

33_М.: Сын по-разному себя проявляет с нами.

33_П.: Он принужден к лавированию между вами с мужем, чтобы приобретать любовь как от папы, так и от мамы? А если предположим, что сын придерживается папиной позиции, то что тогда ты чувствуешь?

33_М.: Возможно сын беспокоится обездоленность и тревожность, что будет психологическая потеря мамы и папы.

34_П.: Ты испытывала ранее такие же тревоги или в самом деле у тебя так было,

чувствовала обездоленность?

34_М.: У меня был такой травмирующий опыт.

34_П.: Это те ситуации, где ребенок все очень хорошо начинает чувствовать и ему приходится между родителями лавировать. Все это от страха, что кто-то бросит из родителей. **35_С**моделируй в своей композиции те границы и трудности – барьеры, возникающие у вас в семье. И смоделируйте свои чувства к мужу.



Рис. 3.3. Модель М. «Барьеры в семье»

35_М.: Цепочка – это барьер, которая лежит между пирамидой, символизирующая меня и камнем, символизирующий мужа (шар) (рис. 3.3). Рядом со мной (пирамида) поставлены камни – мои чувства к мужу, а возле камня, символизирующего мужа ничего не лежит, потому что мне не известны его чувства.

35_П.: Тебе не известны истинные чувства мужа?

35_М.: Да.

36_М.: У меня двойственные ощущение. Я осознаю, что для мужа семья является очень важной. Однако порой ощущаю равнодушие и не истинные чувства.

36_П.: Проявление с его стороны любви, поддержки, важность его семьи, то ты считаешь, что это не истинные его чувства?

37_М.: Мне кажется, что все это лишь на поверхности и не истинно.

38_П.: Ранее уже ты упоминала, что сама не любишь во что вникать, погружаться. И это ты не терпишь в других, в частности – в муже.

38_М.: Я даже имею такой рисунок, где я маленькая и вижу, что возле меня лежит яйцо.

38_П.: Сегодня в композиции также видим яйцо, но уже с детьми внутри него (рис. 3.1). Получается, что есть потребность быть внутри, закапсулировать себя, уйти от противоречий, проблем и трудностей. И детям неосознанно такое же «даришь»?

38_М.: Дарю, с целью оставить возле себя детей?

38_П.: Наверное, это не твое свободное решение, это же невольно, неосознанно для тебя. **39_Т**ебе трудно поверить, что твой муж вправду испытывает любовные чувства к тебе?

39_М.: Я допускаю, что давно испытывал такое ко мне. Но со временем все меньше в это верю.

39_П.: Изначально искала в муже идеального отца, а по истечению времени оказалось, что выбрала того отца, который по твоему мнению, не проявляет хорошие чувства к детям. В связи с этим и возник определенный барьер между вами. **40_Т**ы не ценишь проявленные чувства от мужа, поскольку никогда не получала такие ощущение от своего папы. Видимо, мужу трудно справляться с такими барьерами и все время ему приходится доказывать свою любовь. Муж оказался проекцией твоего прошлого травматического детства. Почему ты закрываешь возможность существовать счастливой семьей?

41_М.: Я ощущаю со стороны мужа манипуляцию, поскольку моя мама то же самое

делала со мной.

42_П.: Попробуй воспринять чувства мужа за подлинные его чувства и думать позитивно. Взаимно ему отвечать нежностью и любовью.

43_М.: При жизни с мамой я очень сильно ощущала, как она на меня выплескивала свои негативные проявления, я не могла от этого защититься. Поведение моего мужа я воспринимаю подобное как поведение моей матери и защищаюсь – ставлю барьеры.

43_П.: Может он не хочет полностью показывать отрицательные эмоции тебе, потому что семья может совсем разрушиться?

43_М.: Такие проявления у него постоянно

44_П.: Чувствуешь, что не это нивелировать и проявлять положительные эмоции?

44_М.: Дело в том, что какое-то его слово вгоняет меня в ужасное состояние.

44_П.: Получается, что нет чувства защищенности и как психологически маленькая – даешь мнимое защищенное проявление. У тебя не получается проявить реакцию на мужа более положительную?

45_М.: Думаю, что могу проявить себя положительно с ним.

45_П.: Есть заинтересованность сделать мужа в невыгодном свете для себя и для детей. Все это проявления прошлой травмы детской жизни с матерью и отсутствие отца. Такие примеры поведения могут перенять ваши дети. С одной стороны, так же есть у них мама и папа, но будто ты неосознанно ведешь все к тому, что отца у них не будет и они так же будут обездолены, будет безотцовщина. Порочный круг и ты по нему идешь и тянешь за собой детей. И теперь мамы твоей рядом уже нет и ее влияния, но теперь ты сама себе это обеспечиваешь и своей семье. Неосознанно заинтересована чувствовать свою жертвенность, быть обездоленной. **46_П.:** Если то, что я говорю тебе откликается, то выходит, что дети могут принимать твои чувства и действовать так как ты намечаешь?

46_М.: При появлении детей я стала ощущаю себя плохо, было лучше, когда я выходила на работу.

46_П.: По-видимому, осталась со своими мыслями в одиночестве и чувствуешь, что дети моделируют определенные модели отношений. Что-то тебе откликается из того, что я сказала?

47_М.: Нас с мужем отделяют чувства (рис. 3.3, барьер).

47_П.: Наверное, ранее таких барьеров не было?

47_М.: Возможно я «пошла» за равнодушием.

48_П.: Раньше ты указывала, что муж заботлив.

48_М.: Да, он заботливый, однако проявляется равнодушие в определенных аспектах.

48_П.: Ты желаешь обрести положительные чувства (камни возле пирамиды) (рис. 3.3)?

48_М.: Камни возле пирамиды означают хорошие чувства, я их ощущаю по отношению к мужу. Но эти чувства постоянно меняются: то равнодушие, то негативное.

49_П.: Знает ли муж о таких амбивалентных чувствах?

49_М.: Я не могу с ним о таком говорить. Только с детьми я могу раскрыться и проявить подлинные хорошие чувства.

49_П.: Покажи на композиции, может все же о каких-то чувствах все же знает муж?



Рис. 3.4. Модель М. «Чувства к мужу»

49_М.: Наверное, он чувствует вот этот красный камень (рис. 3.3).

49_П.: Если убрать барьеры, то что может измениться? (рис. 3.4)

49_М.: Разные камни динамичны будут все равно.

49_П.: Проявляются любовные чувства пока снова не появляется тенденция негативная?

49_М.: По всей видимости, да.

49_П.: Ваша любовь очень тонкая и не прочная?

49_М.: Эмоционально – она хрупкая.

50_П.: Одушеви красный камень и проговори от его имени и потом проговори со стороны мужа.

50_М. (от имени красного камня): «Я люблю тебя. Я чувствую тебя». М. (от имени камня мужа): «И я тебя тоже». М.: На самом деле, мне нелегко говорить мужу такие слова. Но от него я часто это слышу.

51_П.: Говоря, что тебя любят, то ты не воспринимаешь эти слова и не стремишься ответить так же, чтобы семья ваша была благоприятной?

51_М.: Есть женщины, которые тревожатся, что их партнеры склоны изменять. Я вдруг начала думать об этом же в отношении своего мужа. Что он сможет так поступить со мной.

51_П.: Неосознанно сама это ждешь?

51_М.: Так и есть.

51_П.: Все это для того, чтобы подтвердить какой он плохой, и чтобы дети были без отца, как и ты однажды оказалась без своего отца?

51_М.: Не думаю.

51_П.: Твое поведение противоречит. Все твои действия ведут к этому.

52_П.: Во время обращения к мужу у тебя получилось сказать любовные слова мужу. Что мешает создать гармоничные отношения в семье? Почему не можешь воспользоваться своим потенциалом, чтобы создать гармонию в семью, и чтобы дети были счастливы и полноценно ощущали и папу и маму?

52_М.: Получается так, что если я не способна показывать свои чувства, то и его чувства не истинные?!

53_П.: Это может быть. Наверно у вас были хорошие, положительные отношения?

53_М.: Да, были такие.

53_П.: Тогда какие барьеры возникают, чтобы воссоздать эти отношения? Теперь ты возобновляешь ситуацию таким образом, чтобы ты опять чувствовала обездоленность, как когда-то мать и ты.

54_М.: Однажды мама поделилась, что планировала избавиться от меня в утробе.

54_П.: Это все проявлено тем, что никому не нужна, одинока и обездолена. Отец

покинул, а мама родить не хотела. Все это теперь проецируется на детей и на мужа (*респондент плачет*). 55_Ты расстроена сейчас, потому что мама не избавилась от тебя и почему вообще существуешь?

55_М.: Наверное, я маме очень помешала в ее самореализации.

56_П.: Тем самым ты думала, что муж покажет, как ты ценна в это мире и для семьи? Но только ты способна это обеспечить себе. Муж не должен это обеспечивать, он не для этого с тобой.

56_М.: Да. Хорошего не видела.

57_П.: Значит есть интерес быть в этом, в таких чувствах. Необходимо идти на жизнь и каждый момент делать положительным, и чтобы другой человек ощущал это. Ты сама можешь реализоваться и быть счастливой. А так себя ведешь к еще более деструктивному состоянию. А детям комфортно быть в сундучке (рис. 3.1)?

57_М.: Им будет так лучше.

58_П.: У тебя сомнения, что чувства у мужа не истинные. Но ты где истинная в своих чувствах?

58_М.: Наверное, он тоже меня видит холодной и отрешенной. Не могу с ним проявлять и говорить любовные чувства.

59_П.: По-видимому, тебе трудно показывать эти чувства, потому в родительской семье такого не было?

59_М.: Трудно принять слова мужа о любви.

59_П.: Чувствуешь вину в связи с этим?

59_М.: Испытываю.

60_П.: Но маме не ответишь своими действиями за счет мужа, это не продуктивно.

60_М.: Теперь я это понимаю.

60_П.: Наверное, мама всегда не прямо показывала, что как будто не рождена еще, как маленькая. И теперь все делаешь так как мама желала и говорила, потому что очень значима она для тебя. Она самый важный человек для тебя и теперь на алтарь своей жизни поставишь эти отношения с мамой.

61_М.: Раньше испытывала сильную любовь, но сейчас не терплю ее.

62_П.: Она этого не осознавала и скорее не чувствовала, не понимая того еще и прекратила общение твое с отцом.

62_М.: Она даже вспоминать о нем запрещала.

63_М.: Еще в школе был старший брат и всегда хотела ощутить защиту от него и поддержку.

64_П.: Теперь учишься защищать себя, но только не продуктивно для себя же самой.

64_М.: Я так и не могу себя защитить.

65_П.: Энергия, которая была в детстве до сих пор есть в тебе. Если кто-то еще добавит отрицательной энергии, то это будет через чур. Это свидетельствует о том, что ты не можешь ничего поделать с обездоленностью. Тебе хочется поддержки от других людей, чтобы тебя кто-то возвышал. Но никто не должен это обеспечивать, только ты сама для себя. Надо научиться этому и потом дарить любовь и поддержку другим, особенно своим близким. То, что ты делаешь – это ты показываешь, что психологически еще не выросла, не повзрослела. Нет желания гармонизировать свои отношения в семье, ценить их и быть ценной. Благодарить за то, что имеешь. Радоваться, что есть муж и дети, все здоровы и только дарить радость и положительные чувства и эмоции. Только так ты будешь понимать, что твоя жизнь ценная и ты ценная для себя и семьи. Будет возможность реализоваться, заняться любимым делом.

65_П.: Расскажи что именно означают камни около коробочки (рис. 3.1)?

65_М.: Это положительные моменты и качества.

65_П.: Еще перед нашим анализом ты хотела приобрести гармонию и спокойствие в семье. Надеемся, что сегодняшняя работа помогла тебе и дальше поможет в налаживании отношений с мужем и детьми. Пользуйся этому и всегда быть на позитивной ноте. Это

поможет быть спокойной, гармоничной, позитивной, радостной и улыбчивой!

66_М.: Спасибо за работу, мне стало многое понятно и напряжение уменьшилось. Теперь я осознала откуда у меня появилась болезнь и чем это обусловлено. Раньше мне было трудно «прикасаться» к теме об отце и не могла простить маму. Для меня данная работа раскрыла то, что я не понимала и теперь я переосмыслила свои тенденции в отношениях с мужем и детьми. Думаю, что мне будет легче менять что-то в своей жизни. Гармонизировать отношения с мужем, единить нас и детей вместе. Это очень важно для меня.

Приложение 3.1

Структурно-семантический анализ диагностико-развивающей работы с респондентом М.

Таблица 3.1

№ к-та	Семантика коммуникатов психолога и респондента (имя респондента и психолога обозначены первой буквой)
1.	М. констатирует драматический опыт детства
2.	М. подтверждает остаточные следовые эффекты (фиксации), которые проявляются в страхе глубины и упреждение подобного случая с детьми (перенос тревоги на детей)
3.	Элементы композиции указывают на значимые ценности респондента М.: дети, спокойствие, материальное благополучие. Море остается значимым фактором.
4.	П. проясняет семантическую сторону остаточных следовых эффектов на материале М. (страх утонуть)
5.	М. подтверждает гипотезу П. о том, что следовой эффект выражается в страхе неизвестности.
6.	П. указывает на страх неизвестного о самой себе, блокирование потенциала, что может негативно влиять на дальнейшую профессиональную сферу.
7.	М. рефлексировать блокирование собственного потенциала
8.	Рассказ М. демонстрирует перенос пережитого тревожного опыта на детей.
9.	Перенос тревоги на своих детей
10.	Противоречия М.: испытывает спокойствие когда дети под присмотром и наличие для них иллюзорной свободы
11.	Эмоциональное напряжение в отношениях с мамой
12.	П. способствует осознанию М. интроектирования качеств матери и намек на эдипальную зависимость
13.	Противоречия у М., обусловленные чувством вины
14.	Феномен порочного круга: потребность в контроле задает чувство вины, которое провоцирует выброс энергии мортидо, обуславливающее чувство вины.
15.	Отягощенность заболевания М. (уход в болезнь) обусловлено потребностью любви матери
16.	Проясняется восприятие М. мужа
17.	Высказывание М. указывает на наличие партнера, похожего на мать.
18.	Тенденция М. в ощущении деструктивных состояний, которые переживались в детстве
19.	М. указывает на скрытость от детей своего состояния
20.	П. проясняет семантику взаимоотношений М. с детьми
21.	М. рефлексировать отсутствие взаимопонимания и наличие дистанцирования с мужем, что задано инициативой М.

22.	Перенос негативных взаимоотношений с матерью на мужа (объектные отношения)
23.	Условная ценность М. – заботливость мужа. Намек на эдипальную зависимость и потребность в отце – замещение фигуры отца мужем
24.	Желание М. единения с отцом – чувство обиды на мать за то, что лишила М. отца
25.	Перенос взаимоотношений матери и отца на личные отношения с мужем
26.	М. психологически импотирует отношения с мужем, повторяя поведение матери
27.	Заинтересованность М. в зависимости детей от нее
28.	М. чувствует повышенную агрессию
29.	Актуализация внутреннего противоречия: стремление к разрушению отношений мужа с детьми (к-ты 25, 26) и одновременно – защищает взаимоотношения детей и мужа
30.	Ощущение вины у М. перед дочерью за рождение сына
31.	Идентификация дочери с мамой
32.	Проецирование отношений своих родителей на свои отношения с мужем
33.	Намек на идентификацию с сыном в ощущении одиночества, покинутости в семье
34.	Желание сына сохранить единение с родителями
35.	Композиция М. указывает на импотирование чувств к мужу
36.	М. чувствует манипуляцию, недоверие холодность со стороны мужа
37.	М. обесценивает отношения с мужем, что указывает на эдипальную зависимость от отца
38.	П. диагностирует тенденцию «к психологической смерти» М. в единении с родителями, и состоянием покоя (возврат в утробу). Перенос угрозы для детей.
39.	Недоверие и разочарование в муже
40.	Зависимость М. от идеала отца разрушает отношения с мужчиной
41.	М. проецирует отношения матери к ней в отношения с мужем
42.	П. пробуждает либидную энергию М. в отношениях с мужем, снижение недоверия образа матери в мужчине
43.	М. указывает на целесообразность барьеров с мужем, как защиты от уничтожения
44.	Зависимость М. от нереализованных благоприятных отношений с родителями, что негативно проецируется на личные отношения
45.	П. констатирует противоречие М.: желание быть с отцом и не быть из-за обиды на отца. Перенос сценария родительских отношений родителей на свою семью
46.	Риск переноса собственных депрессивных переживаний М. на детей
47.	М. указывает на единение с мужем через холодность
48.	Объективация противоречия М. – заботливость и, одновременно, холодность мужа
49.	М. испытывает недоверие к мужу, возникшее вследствие отсутствия отца в жизни М.
50.	М. демонстрирует способность к выражению чувства любви к мужу
51.	Тенденция М. к вынуждению повторения – оставить своих детей без отца
52.	Импотированные чувства любви М. проецируются на мужа
53.	П. указывает на барьеры, которые блокируют развитие и рост М., обусловленные недоверием проявлению любви отца и матери к ней
54.	Тенденция между жизнью и смертью
55.	М. ощущает себя нежеланной быть рожденной, обусловлено чувством вины перед матерью за существование и тем самым блокирование реализации матери
56.	Нереализованные ожидания М., что муж создаст благоприятные отношения
57.	Тенденция «возврата в утробу», как защита от реальности
58.	М. констатирует трудности в проявлении любви к мужу

59.	Чувство вины перед мужем за невозможность выразить ему любовь, поскольку в отношениях с родителями это чувство не выражалось
60.	П. диагностирует деструктивное влияние матери на состояние М. П. пробуждает у М. чувство любви к себе.
61.	Амбивалентные чувства к матери: чувства любви и ненависти
62.	Обида на мать по причине отсутствия отца в жизни М.
63.	М. нуждается в поддержке и защите, которую она ожидала от отца
64.	М. чувствует себя без защиты, в связи с этим капсулирует себя в отношениях с мужем
65.	Наличие мортальной энергии у М., обусловленная матерью с детства проецируется на мужа, тем самым блокируя отношения с ним
66.	М. констатирует получения желаемого спокойствия после работы и осознание причины своей болезни и депрессивных состояний

Диагностико-развивающая работа с использованием камней и психодрамы (респондент И.)

1_П.: Ты выкладывала что-то конкретное или не вкладывала никакой смысл?

1_И.: Построила то, что хотелось. Сначала мне не нравился этот огрызок (рис. 1, первая фигура), но почему-то мне захотелось его взять.



Рис. 4.1. Композиция респондента И.

П.: Попробуй дать общее название композиции?

И.: Мне трудно дать название.

П.: Тогда скажи, какие у тебя возникают ощущения, когда ты смотришь на композицию, из этих фигурок для тебя что-то является значимым? Можешь иерархизировать, не важно, в каком порядке они сейчас расположены.

2_И.: Ежик – это я (рис. 4.2, респондент переставляет фигурки)



Рис. 4.2. Самоощущения респондента И.

2_П.: Чем отличается первая композиция (рис. 4.1) от второй (рис. 4.2) по смыслу?

2_И.: Зеленый камень – главное, влиятельное. Сочетание огрызка и ежа – как будто находится под влиянием, розовый камень – тоже что-то важное.

3_П.: (*К группе*) Мы видим, что ведущую роль играет фактор влияния. И еще мы обращаем внимание на то, что этот огрызок яблока стоял очень далеко от ежа (рис. 4.1), а теперь они почему-то объединились (рис. 4.2). *К И.*: Чем отличается позиция огрызка и ежа на рис. 4.1, и какой смысл приобретается, когда они вместе (рис. 4.2)?

4_И.: Ему (ежу) тяжело с этим яблоком. Оно ему не нужно, но оно как бы постоянно прицепляется к нему сзади. Ощущение того, что в этот момент ежу не удобно, а удобно яблоку. И будто это яблоко хотело прийти к ежу.

4_П.: Будто яблоко – это живой человек, он хоть и рядом, но это как другой человек. Если это так, то и понятно, что он стоял так далеко (рис. 4.1). Если это другой человек, то он более неполноценный (огрызок яблока, рис. 4.1, 4.2), чем цельный ежик с колючками. Какие у тебя возникают ощущения?

5_И.: Огрызок как бы и не живет, но вроде тяготит. И почему оно вообще влияет на того ежа, который защищен. Оно в принципе никак влиять не может, но само присутствие этого предмета уже раздражает, оно неприятное, его хочется убрать, но оно не убирается.

6_П.: Этот огрызок, хотя он фигурирует как другая фигура, которая стояла отдельно, имеет отношение напрямую к тебе. Или кто-то хотел с тобой так поступить, или когда-то был такой опыт, что ты вышла из этого, и, возможно, поэтому, приобрела иголки ежика?

6_И.: Да. Когда вы отодвигаете огрызок, - я понимаю, что мне хочется вернуть его обратно. Это (сочетание огрызка и ежа, рис. 4.2) действительно будто я, но в чем-то другом. Я и там и там я, поэтому оно и целостное.

7_П.: Переживала ли ты такой опыт, когда была в позиции «огрызка» (рис. 4.2)? Или кто-то пытался тобой воспользоваться, или твоей незащищенностью? Насколько это сугубо твой опыт, а не в контексте другого человека?

8_И.: Огрызок – это что-то внутри, что меня съедает. Будто оно внутри, и я сама себя изнутри съедаю.

9_П.: С кем ты при этом идентифицируешься? Возможно, у кого-то были проявления, которые запустили механизм твоего самоедства? С кем бы ты это соотнесла?

9_И.: Мне приходит на ум папа, но мне не хочется об этом говорить.

9_П.: Не хочется говорить, потому что к папе более высокие чувства. Будто папа не всегда был к тебе справедливый, не всегда видел, что ты собой представляешь. Даже в плане твоих чувств к нему, которые ты, как дочь, не могла, возможно, даже передать. У родителей все-таки больше возможностей, чем у детей. **10_П.** Хотя некоторые дети становятся центром семьи, и родители «крутятся» вокруг них. Было когда-то, что ты была стерженьком и семья крутилась вокруг тебя, а потом вдруг что-то изменилось?

10_И.: Я всегда тот стержень, вокруг которого все крутятся. Но этим они меня съедают, то есть, делают то, что они хотят с меня сделать. А я не хочу быть тем, кем они хотят меня сделать. И этим они меня съедают. Будто питаются за мой счет, для того, чтобы почувствовать собственную значимость.

11_П.: Некоторые твои потребности, интересы не были гармоничными с требованиями и ожиданиями от тебя, которые относились со стороны старших, родителей. Тебя будто омертвляли в определенных аспектах: «не надо этого хотеть и стремиться»?

11_И.: Да, «не нужно хотеть это, нужно хотеть другое». И они как бы забирали это у меня.

12_П.: Итак, свершилось омертвление, а не оживления, не поддержка в реализации потребностей, а их блокировки. А поскольку хотелось быть вместе с родителями, то эти требования перешли «внутрь ежика» (рис. 4.3). С одной стороны, их требования вызвали колючки, потому что ты протестовала против этого, а с другой стороны, противоречие «я хочу быть вместе с родителями», и поэтому это перешло в самообслуживания. Что ты скажешь по этому поводу?

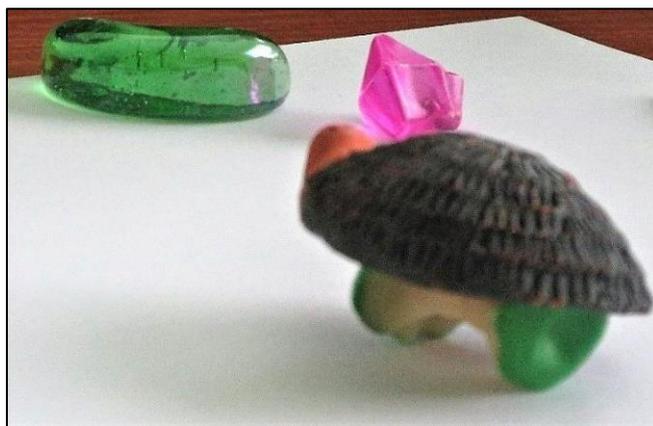


Рис. 4.3. Ощущения респондента И.

12_И.: Да, я как будто спрятала то, что осталось от меня, и получилось это (рис. 4.3).

13_П.: В таком случае, мы можем говорить о зоне риска. Когда сложилась такая картинка (рис. 4.3), то появилась тенденция переносов в виде ожиданий от других, которые будут падать на плечи близких людей, в частности – мужа. Были ожидания, которые ты не могла считывать, так как не осознавала, но теперь ты можешь рефлексировать.

14_И.: У меня сейчас такое ощущение, что я из других делаю то, что я хочу. Теперь я в этом ампула, и будто других теперь съедаю...

15_П.: Зона риска заключается в том, что для психики, для бессознательного, не бывает нереализованных потребностей. А нереализованные потребности – это быть вместе с отцом, в других параметрах. С одной стороны, это незавершенное дело детства, которое падает на плечи близких, а с другой стороны, оно уже завершено в таком качестве, чтобы не было проблемы, конфликта: «я слипилась с отцом и мы едины». И теперь по жизни «я и отец – едины». Здесь прослеживаются двойственные чувства: с одной стороны, он этого заслуживает (метафорически), а с другой стороны, все-таки инстинкт самосохранения играет роль и нет чистой радости, потому что в себе надо что-то преодолеть, потому что «я несу огрызок этого яблока» (рис. 3). Что обратило твое внимание из с того, что я проговорила?

16_И.: Я так делаю со всеми людьми потому, что у меня такое ощущение, что если я не съем, то меня съедят, поэтому съедаю я.

16_П.: Ты еди니шься с отцом, а потребность в нем экстраполируется на всех людей, но через параметр, который был характерен для отца. И там реализуется «табу на инцест». Потому что все люди, как отец, но через такие параметры, что возникает потребность дистанцироваться с этими людьми, а потребность была дистанцироваться с отцом. Потому что иначе, при таком отношении и любви, надо было слиться в единое (огрызок под ежом, рис. 3). Какие у тебя сейчас ощущения?

17_И.: Я не позволяю себе любить и чувствовать, потому что это приносит боль. То есть, я его в себе закрываю, блокирую и делаю так, как правильно и нужно по жизни.

17_П.: Потому что твоя психика уже убедилась, насколько больно любить взаимно, без понимания, поддержки. И потому зону риска ты пытаешься обойти панцирем этого ежика и его колючками.

18_И.: Такая позиция очень полюбилась в ответ. Дело в том, что меня не принимали такой, какая я есть и из меня делали то, что хотели.

19_П.: Любовь была настолько большой, что из тебя хотели создать то, что соответствовало бы. Психика выбирает реальность, которую ты констатировала: переносы на других людей – «меня в моих желаниях, в моих стремлениях будут омертвлять». Поэтому от них надо находится подальше. И если априори проявляются колючки, то это также оправдано – «заранее пусть получают за свои намерения».

19_И.: Для меня очень откликнулся тезис, что в моих порывах меня будут омертвлять, поэтому, лучше я не буду этого делать.

20_П.: Ты блокируешь сама себя. Ежик сворачивается только потому, что получен такой опыт. Своей позицией, всем, что ты несешь с детства – тем самым ты блокируешь врожденный потенциал, целостность, гармоничность, самореализацию, охраняя тот «огрызок», который возник в отношениях с первичным либидным объектом. Этот груз ценнее, чем собственная самореализация в социуме, в профессии, в семье. Когда ты это увидишь, то проснется большая сила – инстинкт самосохранения. Есть аспекты, на которые можно просто улыбнуться, и действительно – зачем это менять. Но там есть определенная сложность, чтобы так изменить позицию: если не очень можно было доверять в таком «хорошем» намерении первичного либидного объекта, то как можно расслабиться с другими людьми?

20_И.: Да, так и есть.

21_П.: Значит, познание, знание ситуации, умение адекватно ее считывать – возможно только через собственное считывание тех деструктивных тенденций, которые возникают. Деструкция заключается в том, что ежик сохраняет этот огрызок в таком же состоянии. Это говорит о том, что ты сама себе мешаешь в самореализации. Через такой способ развивается социально-перцептивный интеллект и, естественно, ты научишься считывать ситуацию адекватно и поймешь, что каждый человек занят собой. Когда научишься это понимать – будешь спокойной, и не будешь остерегаться, что тебя превратят в такой огрызок еще больше, чем сейчас. Наоборот, - это яблоко становится полноценным, то есть, это (огрызок) – невозможность реализации собственного потенциала, из-за пережитых проблем. Насколько то, о чем мы говорим, понимает тот, кто к тебе ближе всего? Насколько это чувствует твой ребенок, муж, возможно, свекровь?

22_И.: Только не свекровь. Я думаю, это чувствует и понимает муж, очень хорошо.

22_П.: Что ему надо любить в этой модели – ежика или огрызок?

22_И.: То, что я с него делаю – я понимаю, что это неправильно.

22_П.: Ты из него делаешь огрызок? Так заинтересована, чтобы рядом было не что-то сильное и полноценное, а «огрызок» (рис. 4.2, огрызок яблока)? Тогда будет доказательство любви – он стерпит все?

22_И.: Да, себя наказывать уже трудно, надо наказывать кого-то и с себя это все снять.

23_П.: Итак, доказательством любви является доведение его до определенной точки: готов ли он умереть ради тебя?

23_И.: Да, мне нужно постоянно что-то доказывать себе и всем.

24_П.: Ты «держишься» за комплекс неполноценности, которое символизирует яблоко (рис. 4.1 – 4.3.), потому что это связь с первичным либидным объектом. Очень большую цену платишь за расходы отношений с теми людьми, кого ты любила, и они любили тебя. Но отношения пошли по такому мятущемуся пути.

24_И.: Да, не по тому сценарию.

24_П.: По тому сценарию, который теперь определенным образом откликается в твоих личных отношениях. **25_Или** среди этих камней, попавших в композицию (рис. 4.1, 4.2), есть те, которые касаются мужа, ребенка или свекрови? Извини, что я все-таки называю персону (свекровь), на которую у тебя нелегкая реакция.

26_И.: Не то, чтобы нелегкая. Я этого человека вычеркнула, убрала и закрыла.

26_П.: То есть, ты не пользуешься ситуацией познать себя и корректировать?

26_И.: С ее помощью?

26_П.: Конечно! Оптимизировать отношения и увидеть, на какие рифы ты натыкаешься, что тебе нужно преодолевать и пробовать это преодолевать. Приход свекрови – это ситуативно, а вот так закрывать (рис. 4.3, огрызок яблока под ежиком) – значит закрыть определенный аспект, заморозить собственную неполноценности: «я бессильна в отношениях с ней, поэтому меня не существует, и пусть я буду жить со своим маленьким огрызком яблочка».

27_И.: Да, я бессильна по сравнению с ней, потому что она (зеленый камень, рис. 4.4) влияет на меня (ежик, рис. 4.4) и на мужа (розовый камень, рис. 4.4), который рядом и подчиняется ей, а я – ежик, я не с ними, я не хочу подчиняться, потому что свекровь – достаточно властная женщина.

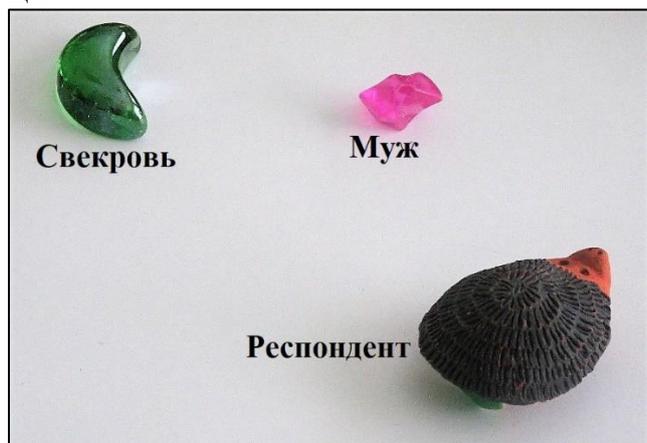


Рис. 4.4. Модель семьи

27_П.: Значит, она оттеняет твой огрызок, а она сама – целостная и сильная?

28_И.: Да, она сильная. Она имеет очень сильное влияние на мужа и меня это очень раздражает. Сейчас в моем окружении это единственный человек, который меня раздражает и «выбивает из колеи». Я вообще не контролирую себя рядом с ней. Я везде научилась все делать, а с ней – не могу.

28_П.: Значит, на нее идут еще определенные переносы. Ступение всего негатива, которое в твоей жизни пришлось пережить, синтезирован в этом человеке?

29_И.: Мне не нравится, что она решает за мужчину и решает за меня. Она все решает. Мне это очень не нравится, потому что решать хочу я! Здесь (зеленый камень, рис. 4.4) должна быть я, а не она!

29_П.: Проговори, пожалуйста, что именно она решает. Возможно, этими решениями можно воспользоваться во благо?

29_И.: Мне вообще не нужна помощь от этого человека. Не нужно за меня решать, не нужно мне помогать, не нужно ничего делать. Я это все сама могу. **30_И.:** Она не предлагает что-то, она уже ставит перед фактом, как делал папа.

30_П.: Как именно делал твой папа?

30_И.: Он ставил перед фактом, что будет так.

30_П.: Значит, ты синтезируешь того, на кого нельзя было мортидную энергию адресовать, но эта энергия накопилась. Теперь нашелся человек, который получает и за себя (по заслугам), и за папу, что он заслуживал, но не получил.

30_И.: Получается, что я ее так люблю, как отца?

31_П.: Нет, ты оберегала папу, потому что любишь. Но энергия сохранялась и здесь имеется зона риска, которая заключается в том, что свекровь присутствует или нет, но муж – является центральной фигурой. А поскольку они взаимосвязаны, то невольно ты можешь страдать от того, что у тебя будут осложняться отношения с мужем. Ты не сможешь быть женственной, нежной, доброй, внимательной, чтобы ему всегда было уютно с тобой.

32_И.: Да, она будто парализует меня. И на ее реплики я могу ответить только «нет». Потому что он на нее реагирует, а меня это обижает, потому что он должен реагировать на меня, а не на нее. Получается, что я его контролирую и она его контролирует.

33_П.: Почему он ее поддерживает? Он больше покорен ей, чем тебе?

33_И.: Да, потому что она умеет так все сделать, а я не умею.

33_П.: Таким образом ты замораживаешь себя в этом «огрызке». Интересно, как так в жизни получается, что находится «вспомогательное лицо», чтобы мы задерживали себя «в огрызке», в неполноценности. Нам кажется, что это кто-то виноват, а на самом деле мы

сами виноваты, потому что детская позиция сохраняется до сих пор. Теперь «маленькая И.» желает быть стержнем, потому что когда-то была таким.

33_И.: Да, все так. То есть, это не она, а я себя так чувствую, и я сама себя заставляю это делать.

34_П.: Получается, что центральной фигурой является муж (рис. 2.4)?

34_И.: Да, в этой композиции – да. Но «изюминкой» хочу быть я (рис. 2.5)!



Рис. 4.5. Модель И. Желанное расположение членов семьи

34_П.: Понимаешь, это «ребенок» внутри тебя ставит свое «хочу» в центр внимания и считает, что с ним должны считаться. А на самом деле на нас реагируют по тому, что мы делаем, как мы вступаем во взаимоотношения. Если взрослый, откорректированный человек чего-то хочет, то находит способы что-то делать, чтобы эти «хочу» реализовались. Когда ты занимаешь такую позицию (рис. 4.5), то энергия мортидо сковывает все твои достоинства, и ты не можешь ими воспользоваться.

34_И.: Когда я это все услышала, мне хочется сказать, что свекровь не такая влиятельная в этот момент.

34_П.: У тебя есть перспектива воспользоваться ситуацией себе во благо. Можно применить сейчас фрагмент психодрамы. Подумай, кто из группы может сыграть роль свекрови и твою роль.

И.: Свекровью могу быть я, а на свою роль выбираю участника Ю.

Фрагмент психодрамы

Участник группы Ю. играет в психодраме роль респондента И.

35_И. (от имени свекрови): Я подумала, и решила, что Василиса (внучка) не будет ходить в детский сад в июне, я буду ее сама забирать и отводить. Нравится тебе эта идея?

35_Ю. (от имени И.): Мне эта идея не нравится, потому что я мать, и я буду вместе со своим мужем решать – будет ходить мой ребенок в детский сад или нет. Спасибо, что позаботились и подумали о ней.

35_П. (К респонденту И.): Можешь исправить ответ Ю.

35_И.: Я так и ответила свекрови.

35_П.: Скажи, как ты ей отвечала?

35_И.: Мне тяжело сказать

35_П. (П. группе): Видите, как трудно отлепить И. от роли свекрови. В таком случае, человека как бы нет, а есть только другая. Мы себя теряем, то есть омертвляем. (П. к респонденту И.) Уточни ответ Ю., как ты тогда ответила?

35_И. (от имени свекрови): Ты, конечно, молодец, но я знаю, что лучше.

35_П.: Нелегко быть в роли свекрови и в роли себя, значит, нет свободы и нет объективного взгляда. Отсутствует децентрация, а есть определенная парализация: «Она меня загнала в состояние уже тем, что я к ней прикоснулась, и теперь я не могу выйти из этого образа». Значит, ответ Ю. не совсем адекватный к тому, как ты отвечала свекрови, поэтому воспроизведи ответ так, как ты ответила свекрови.

35_И. (*от имени свекрови*): Я подумала, и думаю, что для Василисы лучше будет, если она не будет ходить в детский сад, а с ней я буду сидеть. Летом я буду водить ее в разные кружки и буду с ней заниматься.

35_Ю. (*от имени И.*): Я ценю Вашу заботу о моем ребенке, спасибо за это. Но я хотела бы, чтобы мы решали такие вопросы вместе – с Вами и с мужем, а не только, чтобы Вы сами это делали.

35_П.: Оптимальным в этом ответе было то, что ты (И.) ценишь заботу свекрови. А то, что ты в этот момент говоришь ей «нет», то это уже свидетельствует о том, что она решает за себя и за мужа. А при этом ты говоришь: «Надо же вместе с мужем». Что она на это ответила бы?

35_И. (*от имени свекрови*): Хорошо.

Психодрама завершена

36_П.: Отлично! А что тебе мешало так отсрочить ей ответ? Наши проблемы не позволяют нам иметь отсрочку, так как сильный императив эмоций.

36_И.: Она все равно пошла бы, договорилась и сделала бы то, что она хотела. И потом подошла бы ко мне и сказала: «Все, Василиса идет», т.е. она все решила.

36_П.: Все-таки мы ввели персону мужа, чтобы вы посоветовались с мужем, и сейчас ты это нивелирована. Потому что ты не веришь, что человек поддержит твою позицию?

36_И.: Да!

37_П.: Не свекровь обходит ситуацию совместного вашего обсуждения, а, прежде всего, ты обходишь. Потому что свекровь это еще меньшая для тебя неприятность, чем если с мужем поговоришь и он поддержит ее позицию. Отсюда следует, что если ты хочешь наладить отношения с мужем, то у тебя есть перспектива использовать свекровь для построения прекрасных отношений с мужчиной. Потому что для мужчины это будет «бальзам на душу».

37_И.: Да, я это все понимаю.

38_П.: Но ты не можешь переступить через «огрызок» яблока (рис. 1-3). Потому что свекровь актуализирует в тебе не прекрасное целостное существо, а огрызок и колючки.

38_И.: Да, она во мне это все «включает».

38_П.: Значит И. остается маленькой девочкой, а не зрелой женщиной, которая может превзойти свою свекровь. Потому что ребенок будет ходить в разные кружки, развиваться, вы сможете уехать, отдохнуть.

39_И.: А если мой ребенок так полюбит ее, что не полюбит меня?

39_П.: Основываясь на том, что ты сказала, - кроется истина, которая тебя смущает. Ты знаешь, что ты недостаточно уделяешь внимание ребенку (И. плачет). Значит, в определенной степени ты сама себя не очень любишь за что-то. А ребенок и ты – это одно целое, поэтому на ребенка вся ситуация проецируется. Ты по отношению к ребенку можешь повторять что-то из линии поведения твоего отца. Адекватность твоей рефлексии говорит о том, что у тебя есть перспективы, что ты достаточно чувственный человек, и что не зря прошли твои усилия и предыдущие психокоррекционные сеансы. Теперь ты двигаешься вперед и сегодняшнее наше занятие не пройдет бесследно. Ты в большей степени успокоишься, поймешь, что задержка в инфантильном гештальте кроется из-за нерешенных проблем детства с первичными либидными объектами. Отпускать – это также проявление любви, стоит задуматься о благополучии твоего ребенка. Когда она (дочка) попадает в такую же ситуацию, чем она нагружается, что она вынесет?

40_И.: Я нагружаю дочь выбором. Она должна выбирать то, что хочет, а я заставляю ее выбирать то, что хочу я.

40_П.: Почти так, как тебя пресекали в твоих намерениях в детстве. Над чем ты задумалась?

41_И.: Я задумалась над тем, что я заставляю их (семью) «кружить» вокруг меня. А на самом деле надо позволять им находить то место, где им будет удобно.

41_П.: Ты будто не обучена этому, ты делаешь то, что вынесла из своей семьи?

42_И.: Мне кажется, что им неудобно. Возможно, на самом деле им там не удобно, пусть они пойдут туда, где им удобно. Я поняла, что беру на себя такую огромную работу и непонятно почему. Все их желания стараюсь подчинить своей воле, и это как критерий моей значимости.

43_П.: А на самом деле это только зона риска для твоего психологического благополучия. С самого начала ты сказала: «А теперь я сама себя съедаю» – это на то, как это происходит. Желаем тебе мудрости, сензитивности. У тебя есть перспектива к личностному росту, это чувствуется. Желаю успехов!

43_И.: Благодарю вас! Для меня эта работа стала очень продуктивной и на душе стало значительно легче!

Приложение 4.1

Структурно-семантический анализ диагностико-развивающей работы с респондентом И.

Таблица 4.1

№ к-та	Семантика коммуникатов психолога и респондента (имя респондента и психолога обозначены первой буквой)
1.	И. ощущает негативные чувства к фигуре «огрызок яблока»
2.	И. указывает, что фигура, символизирующая ее находится под деструктивным влиянием
3.	П. уточняет роль объединения фигур
4.	И. испытывает деструктирующие чувства, отчуждает фигуру, символизирующая ее (намек на чувство неполноценности)
5.	И. интерпретирует собственные чувства: раздражение и желание освободиться от влияния, которое негативно сказывается на ней.
6.	И. осознает, что фигура к которому испытывает негативные чувства – является она сама. Противоречие: желание освободиться от подавляющего в себе чувства и, одновременно – нежелание: «Я и там и там, поэтому оно целостное»
7.	Гипотеза П. о интроектировании качества от значимого человека, который не принимает И.
8.	И. осознает, что теперь сама себя, тем самым саморазрушая себя.
9.	Идентификация с отцом через негативные качества.
10.	Влияние значимых людей негативно отобразилось на И., побуждающее у нее чувство неполноценности.
11.	Блокирование в реализации потенциала И. со стороны родителей
12.	П. диагностирует противоречие: желание И. реализовать свои потребности и, одновременно – блокирование желаний, поскольку есть неосознанное желание быть вместе с родителями (эдипальная зависимость).
13.	Тенденция риска состоит в переносе негативного самоощущения на мужа.
14.	И. осознает перенос внутреннего саморазрушения на других людей, что является зоной риска.
15.	Потребность И. в единении с отцом. Такое энергетическое единение возможно при условии идентификации И. с отцом – «съесть» себя и кого-то (саморазрушение).
16.	И. проецирует отношение отца с ней на других людей.
17.	Блокирование либидной энергии с целью единения с отцом (намек на саможертвенность)

18.	Высказывание И. указывает на стремление родителей реализовать свои желания в И., отсюда возникает у нее чувство неполноценности
19.	Перенос на других, поскольку есть тревога, что будут блокировать потенциал как и отец (за самонаказанием следует наказание другого)
20.	П. способствует осознанию И. взаимосвязи ее деструктивного состояния с опытом детства.
21.	И. блокирует свою реализацию (самоимпотирование)
22.	И. переносит взаимоотношения с отцом на мужа, тем самым возмещая отцу с целью освобождения от груза
23.	Потребность в доказательстве любви отца переносится на отношения с мужем
24.	Намек на эдипальную зависимость
25.	П. уточняет о взаимоотношениях И. со свекровью
26.	Ощущение И. в свекрови качеств отца, в связи с этим – проявление негативного чувства к ней.
27.	И. ощущает властность свекрови, которое проявлял отец, поэтому испытывает незащитность в отношениях с ней, что вызывает агрессию.
28.	И. ощущает чувство неполноценности в взаимоотношениях со свекровью – перенос отношений с отцом.
29.	Желание высвободиться от деструктивного ощущения властности отца.
30.	Чувство обиды на отца проецируется на свекровь.
31.	Риск разрушения отношений с мужем.
32.	Самоимпотирование в отношениях со свекровью.
33.	Заинтересованность И. в задержке состояния блокирования.
34.	Потребность в воплощении нереализованных дел детства инфантильным способом, подвергая риску личные отношения.
35.	Фрагмент психодрамы иллюстрирует эдипальную зависимость, потребность воздать отцу в лице свекрови.
36.	Чувство неполноценности выражается в бессилии и незащитности.
37.	Пробуждение рефлексивности у И. в оптимизации отношений со свекровью.
38.	Чувство неполноценности у И. по причине отсутствия любви и непонимания со стороны отца.
39.	П. проясняет риск повторения деструктивного поведения отца на свою дочь. П. помогает И. осознать ее задержку в инфантильном состоянии по причине нерешенных проблем с отцом.
40.	Вынесенные издержки из родительской семьи повторяются в своей семье – тенденция к вынуждению повторения
41.	Идентификация с отцом, которое проецируется на личные отношения
42.	Осознание И. в потребности любви и быть значимой деструктурирующим путем
43.	Пробуждение рефлексивного интеллекта И.

Стенограмма диагностико-развивающей работы с респондентом Д. с использованием игрушки и предметной модели



Рис. 5.1. Презентант респондента Д.

1_Д.: Я выбрал этого пса, потому что он активный, разговорчивый, даже иногда не по делу (рис. 5.1.). Он может далеко пойти, но этот путь ему дается нелегко. Он часто испытывает агрессию, особенно, когда его кто-то ограничивает в действиях.

2_П.: Этот пес хотел бы чувствовать самостоятельность?

2_Д.: Да, он устал быть послушным, никогда не хотел подчиняться. Хочет отдалиться от всех и от всего.

3_П.: Есть те, кто все еще ограничивают его, требуют быть послушным?

4_Д.: Порой он это чувствует от окружающих. Но бывают такие ситуации, когда совет необходим.

5_П.: Бывают трудности с которыми он сам не справляется?

5_Д.: Да, иногда трудно «ходить» по жизни...

6_П.: В такие ситуации он истинно ощущает себя взрослым, самостоятельным и ответственным?

6_Д.: Да. Я считаю, что детскость и все, что связано с ним – это слабость.

7_П.: Вы не прощаете людям, когда они проявляют эту детскость?

7_Д.: Да, я считаю, что они не смогут развиваться.

8_П.: До какого возраста было проявление вашего детства?

8_Д.: Наверное, до 8-9 лет.

8_П.: Что-то повлияло на то, что в таком возрасте пришлось взрослеть?

8_Д.: Отец ушел из семьи. Маме было очень трудно переживать это. Отец хоть и помогал в материальном плане, но все равно все другие вопросы надо было решать. Мама сама не справлялась.

8_П.: Можете выбрать презентант отца?



Рис. 5.2. Презентант отца респондента

8_Д.: Это был бы человек без эмоций, робот (рис. 5.2.).

9_П.: Вы взяли на себя часть ответственности?

9_Д.: Да, я был ответственным за семью.

10_П.: Вы не прощаете отцу, что вы оказались в таком состоянии?

10_Д.: Я вообще не хочу прощать. Для меня это было будто он отвернулся, предал меня и маму (рис. 5.3). Теперь я отстранился, сам пресек все контакты с ним. С его стороны я видел только недостаток внимания, занятость собой, агрессивное поведение, а когда он ушел, то была лояльность и равнодушное отношение.



Рис. 5.3. Модель респондента Д.

10_П.: Вы не можете простить отца за украденное детство, потому что вам пришлось рано повзрослеть, отчасти взять ответственность за семью. Теперь вы почти такие же чувства агрессии испытываете по отношению к другим?

11_Д.: Я не очень сильно проявляю это, но агрессия спасает меня.

11_П.: Этим вы похожи на отца?

11_Д.: Возможно.

12_П.: Другого проявления вы от него не ощущали?

12_Д.: Нет, я хотел приблизиться к нему, почувствовать любовь, принимать меня таким, какой я есть.

13_П.: От мамы вы это тоже не ощущали?

13_Д.: Ощущал, но для меня это было уже не так важно.

14_П.: Потому что пришлось взрослеть и быть главным мужчиной в семье, решать дела, вопросы?

14_Д.: Да, так и есть. Было трудно.

15_П.: Сейчас вам иногда требуется помощь со стороны, когда возникают трудности?

16_Д.: Да. Как я уже сказал – иногда трудно идти.

17_П.: Тогда помощь требуется извне?

18_Д.: Иногда я хочу, чтобы окружающие относились ко мне как родители, любили и принимали таким, какая я есть, но не хочу прилагать к этому никаких усилий. Я бы забываю, что они посторонние люди.

19_П.: Не проявляете ли вы тогда свою слабость перед ними?

20_Д.: Может быть.

21_П.: Ваше стремление быть с родителями, в частности, с отцом, проявляется на взаимоотношениях с другими людьми и на саморазвитие?

22_Д.: Я понимаю насколько я еще скован в эти негативные отношения. Поэтому мне так трудно налаживать отношения с другими.