

УДК 159.923

Г.И. Малейчук

ИДЕНТИЧНОСТЬ КАК ИНТЕГРАТИВНЫЙ КРИТЕРИЙ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ЛИЧНОСТИ

В статье делается попытка рассмотрения психического здоровья с позиции переживаний самого человека. Критерием психического здоровья при таком подходе выступает феномен идентичности, а предметом исследования становятся тексты испытуемых. Предлагаются показатели для диагностики качества идентичности.

Обращение к понятию «психическое здоровье» является важным и актуальным по той причине, что оно выступает в качестве центрального понятия в современной профессиональной, прежде всего, практической деятельности психолога. Используемая психологом модель психического здоровья выступает непосредственным «инструментом» для оценки состояния обратившегося к нему за помощью человека, и от того, какой видится профессионалом эта модель, во многом будет определяться содержание и стратегия оказываемой им психологической помощи.

Возникновение в нашей стране профессии «практический психолог» акцентировало внимание на человеке не как носителе симптомов, а как активном «творце» своего здоровья, что обусловило интерес и практическую необходимость уточнения термина «психическое здоровье».

Понятие психического здоровья, определяемое в рамках существующих медицинской и патопсихологической модели, выступая в качестве средства мышления в современных теоретических и прикладных аспектах психологии и психиатрии, сегодня уже не соответствуют тенденциям гуманизации современного общества, а также запросам психологической практики. В настоящее время происходит постепенный, но уверенный переход от патоцентричной (ориентация на болезнь, патологию, лечение) к современной саноцентричной модели (ориентация на здоровье, оздоровление, профилактику) психического здоровья. В публикациях последних лет по психологии всё настойчивее чувствуется призыв к амплификации понятия «психическое здоровье» в сторону психологической составляющей (В.И. Слободчиков, И.В. Дубровина, А.В. Шувалов, О.В. Хухлаева и др.).

Однако, несмотря на такой интерес, в отношении термина «психологическое здоровье» сохранялась двусмысленная ситуация: с одной стороны, психологическое здоровье в самом общем значении предложено как смыслообразующая и системообразующая категория практикующего психолога, как критерий эффективности функционирования личности; с другой – психологическое здоровье остается метафорой, не имеющей определенного научного содержания (А.В. Шувалов).

Понятие психического здоровья в контексте психологической модели в зарубежной психологии разрабатывается в так называемой концепции «позитивного психического здоровья», у истоков которой стоят такие представители гуманистической психологии, как К. Роджерс, К.-Г Юнг А. Маслоу, Дж. Бьюдженталь, В. Франкл и др. Вышеназванные авторы определяют психическое здоровье через призму личности в терминах активности и личностного развития. На современном этапе развития психологии их идеи нашли свое воплощение по преимуществу в различных системах психологических практик (клиентцентрированная психотерапия, экзистенциально-гуманистическая,

логотерапия гештальттерапия, и др.) Что же касается теоретической психологии, то здесь все усложняется из-за описательного характера используемых гуманистически ориентированными психологами понятий.

В России разработка данного понятия осуществляется в трудах И.В. Дубровиной, Б.С. Братуся, В.И. Слободчикова, А.В. Шувалова, Е.Р. Калитиевской, В.И. Ильичевой, О.В. Хухлаевой и др. В работах названных авторов идея нового подхода к пониманию психического здоровья разрабатывается в русле гуманистической традиции и находит воплощение в попытке обоснования термина «психологическое здоровье». Вышеназванные авторы, во-первых, говорят о целостном подходе к изучению человека, во-вторых, не ограничиваются представлениям о человеке лишь как о психическом измерении, а настаивают на необходимости выделения «личностного», «духовного» как особого измерения. Так, например, И.В. Дубровина говорит о психологическое здоровье как о понятии, характеризующем личность в целом и отражающем высшие проявления человеческого духа.

Таким образом, можно утверждать, что сегодня в психологии назрела необходимость разработки концепции «психического здоровья» с уточнением, как самого понятия, так и критериев, определяющих его содержание и качество.

Феномен психического здоровья можно рассматривать на двух уровнях проявления: внешнем, рассматривающем его с точки зрения наблюдателя (врача, психолога), и внутреннем, или субъективном, с точки зрения самого человека, переживающего себя как здорового или нездорового. В нашей работе в фокус внимания помещен на субъективный уровень проявления психического здоровья, что определило обращение к таким понятиям, как «переживание», «текст», «Я-высказывание». В качестве же системного понятия, интегрирующего все предыдущие, нами рассмотрено понятие «идентичность».

Психическое здоровье является динамическим, процессуальным феноменом, к его оценке необходимо подходить с учетом таких его особенностей. Рассмотрение психического здоровья как процесса предполагает обращение при его описании к таким феноменам, которые бы обладали схожими характеристиками, а именно – процессуальностью, динамичностью, целостностью. На наш взгляд, одним из таких феноменов, который мог бы выступать в качестве интегративного критерия психического здоровья, является феномен идентичности, как динамическое образование сознания.

В.П. Зинченко и Е.Б. Моргунов, рассуждая о единицах психологического анализа, предлагают следующие требования к ним:

- Единица должна быть не диффузным или синкретическим образованием, а структурным образованием, связанной психологической структурой;
- Единица должна содержать в противоположном виде свойства целого;
- Единицы, сохраняющие структурные свойства целого, должны быть способны к развитию, в том числе к саморазвитию;
- Единица должна быть живой частью целого;
- Единица анализа должна позволять исследовать отношение изучаемой психологической функции (или процесса) ко всей полноте жизни сознания в целом и к его важнейшим функциям [1].

Идентичность, на наш взгляд, отвечает всем вышеперечисленным требованиям. Идентичность – динамичное, развивающееся, структурное, многоуровневое, сложно-организованное, целостное, процессуальное образование.

Рассмотрение идентичности как критерия психического здоровья не ново. Ряд авторов (Э. Эриксон, О. Кернберг, Р. Бернс, Дж. Бьюдженталь, Р. Лейнг и другие) придают особое значение становлению и формированию здоровой идентичности как осно-

вы, стержня развіваючайся во всем своем многообразии личности человека и считают идентичность интегративным критерием личностного здоровья.

Для Э. Эриксона зрелая идентичность или психосоциальная тождественность – это твёрдоусвоенный и личностно принимаемый образ «себя» вместе со всем богатством отношений личности к окружающему миру и соответствующими формами поведения, выступает как важная характеристика целостности личности на высших уровнях развития. «...Здоровая личность активно строит свое окружение, характеризуется определенным единством личности и состоянии адекватно воспринимать мир и саму себя» [2, с. 101]. Идентичность – условие психического здоровья, характеристика достаточно зрелой личности.

Для Г. Амона Я-идентичность представляет собой ядерное психологическое образование, обеспечивающее целостность личности и теснейшим образом связанное с центральными психическими функциями [11]. «Здоровье есть не отсутствие болезни, а защищенность и свобода собственной идентичности, ее конструктивно агрессивная и креативная реализация в группе» [3, с. 222].

Понятие идентичности, как уже говорилось, относится к тем понятиям, которые рассматривают психическую реальность как целостное, динамическое образование. Под идентичностью или самоидентичностью мы понимаем процесс переживания человеком своего Я как ему принадлежащего, то есть, переживание тождественности самому себе, своему Я.

Такое понимание идентичности опирается на идеи рассмотрения данного феномена в русле экзистенциально-гуманистической концепции (А. Маслоу, Р. Мэй, Дж. Бьюдженталь и др.) Так, например, Дж. Бьюдженталь говорит о внутренней, подлинной, процессуальной идентичности, противопоставляя ее внешней идентичности, сформированной в социуме и обладающей ригидностью. Такого рода внутренняя идентичность формируется в результате личностного и духовного роста, в результате внутреннего осознания, внутреннего слушания.

Идентичность, являясь единицей переживания человеком своего Я как себе принадлежащего, выступает как одно из проявлений содержания психической реальности, дает возможность выделить собственное Я, его нетождественность Другому.

Выбор в качестве критерия психического здоровья идентичности как *переживания* своего Я не случайно, так как переживание как «...внутреннее отношение...к тому или иному моменту действительности» [4, с. 383] является динамической единицей сознания, в которой «...основные свойства сознания даны как таковые». Всякое переживание, по Л.С. Выготскому, «...есть всегда переживание чего-нибудь». Переживание есть основная единица для изучения личности и среды, так как «переживание и есть единица личности и среды» [4, с. 386]. Схожей точки зрения придерживается В.П. Зинченко, утверждая, что «не только всякое душевное переживание есть переживание Я, но и во всяком переживании последнее заключено целиком» [5, с. 8].

Понятие идентичности, понимаемое нами как процесс переживания человеком своего Я, является конкретизацией переживания Л.С. Выготского как переживания, направленного на Я. Таким образом, идентичность выступает как процесс и результат переживания внутренней действительности, своего Я. Переживание характеризуется следующими признаками:

1. Через переживание мы можем представить единство личностных и средовых моментов.

2. Переживание – это внутреннее отношение человека к тому или иному моменту действительности.

3. Переживание интенционально. Всякое переживание есть всегда переживание чего-нибудь. Нет переживания, которое не было бы переживанием чего-нибудь.

4. Переживание индивидуально, так как оно показывает, «чем в данный момент среды является для личности».

5. Переживание есть динамическая единица сознания.

Идентичность представляет собой непрерывный, изменяющийся поток переживаний личностью своей тождественности. Это динамическое, комплексное, внутреннее образование, которое в норме находится в процессе постоянного уточнения, построения образа своего Я, вписанного в контекст внешней среды – мира и других людей, и представляет собой системное процессуальное единство. Функцией данного системного процесса, как уже указывалось, является уточнение, коррекция и самопостроение образа своего Я, других людей и мира в целом. Результатом же этого процесса выступает определенная для данного момента Я-концепция и концепция Другого, которые являются структурными компонентами системы «идентичность». Вышеперечисленные структурные компоненты феномена «идентичность» находятся в тесной зависимости и взаимовлиянии. Каждый отдельно взятый компонент системы одновременно несет в себе все основные качества системы, но не может представлять всю систему, которая в совокупности всех структурных компонентов, как известно, представляет собой новое качество. С другой стороны, согласно теории систем, изменение в любом из компонентов системы автоматически ведет к перестройке всей системы.

Следовательно, идентичность как динамическое свойство личности можно рассматривать как структуру и как функцию, как процесс и как результат. Структурно-динамический анализ идентичности предполагает наличие структурных компонентов и сложно интегрированных связей между ними. Структурность и целостность, динамичность и стабильность – таковы диалектические свойства идентичности. Только наличие одновременно этих противоречивых свойств дает возможность говорить о существовании подлинной идентичности. Выделим показатели качества идентичности, используя теоретический анализ литературы по данной проблеме.

Показатели качества идентичности

По отношению к показателю критерий находится на более высоком уровне обобщения. *Показатели – то, по чему можно судить о состоянии, развитии, ходе чего-либо, используются как показатели степени или изменения.* Они фиксируют определенное состояние или уровень развития исследуемой реальности по выделенному критерию.

Поскольку идентичность является родственным феноменом сознания, то она будет иметь схожие показатели. В психиатрии известны формальные признаки сознания, предложенные К. Ясперсом:

- Чувство деятельности – осознание себя в качестве активного существа.
- Осознание собственного единства: в каждый данный момент я сознаю, что я един.
- Осознание собственной идентичности: я остаюсь тем, кем был всегда.
- Осознание того, что «Я» отлично от остального мира, от всего, что не является «Я» [6].

Согласно К. Ясперсу, «в рамках этих четырех признаков сознание «Я» выказывает различные уровни развития: от простейшего, убогого бытия до полнокровной жизни, богатой самыми разнообразными осознанными переживаниями» [6, с. 23].

В психологии М. Розенберг выделил следующие параметры развития самосознания личности:

- Степень когнитивной сложности и дифференцированности образа Я, измеряемая числом и характером связи осознаваемых личностных качеств. Чем больше своих качеств человек вычленяет и относит к своему Я, чем сложнее и обобщеннее эти качества, тем выше уровень самосознания.

- Степень субъективной значимости образа Я для личности.
- Степень внутренней цельности, последовательности образа Я.
- Степень устойчивости, стабильности образа Я во времени.
- Степень самопринятия, положительное или отрицательное отношение к себе.

В характеристике идентичности, которую предлагает Е.Т. Соколова как «*устойчиво переживаемой тождественности Я во времени и пространстве*», она выделяет следующие ее качества: целостность, дифференцированность, динамичность и устойчивость [7, с. 4]. Анализ показателей самосознания и идентичности показывает наличие в этих образованиях ряда внешне противоречивых противоположных качеств на самом деле диалектически связанных: целостности и дифференцированности, динамичности и устойчивости.

Постоянство (стабильность) и изменчивость (динамичность)

Понятие идентичности характеризуется двойственностью, которая, как отмечает П. Рикер, применительно к вопросу о тождестве себе человека оборачивается антиномией [8]. С одной стороны, это то, что достигает в своем развитии кульминации и обретает некоторую целостность и законченность в пубертатный период, с другой же стороны, мы можем видеть идентичность как постоянно меняющуюся до самого конца жизни, никогда не остающуюся неизменной. Как совмещаются в идентичности эти, на первый взгляд, противоречивые качества? Переход от нечто неизменного к заполняющей его противоположности суть диалектического развития идентичности в истории существования индивида. Об этой некоторой семантической двусмысленности, П. Рикер пишет следующее. Идентичность существует в двух значениях: во-первых, «то же» – подобное, сходное, неизменное (*idem* – лат., «то же самое») [8]. Во-вторых, «то же» есть оно само, любой индивид есть он сам. Здесь речь идет не об идентичности в смысле неизменности, а о непрерывности, т.е. тождестве себе при изменениях. Непрерывность здесь выступает в значении преемственности. Рикер указывает на антиномию идентичности: личности присуща некоторая неизменная основа, и в то же время мы знаем, что все в нас меняется [8].

Стабильность проявляется, во-первых, в ощущении себя как личности неизменной, независимо от изменения ситуации, роли, самовосприятия; во-вторых, в переживании своего прошлого, настоящего и будущего как единого целого; в-третьих, в ощущении связи между собственной непрерывностью и признанием этой непрерывности другими людьми. Исходя из этого, идентичность рассматривается как некая структура, состоящая из определенных элементов, переживаемая субъективно как чувство тождественности и непрерывности собственной личности при восприятии других людей, признающими эти тождество и непрерывность.

Динамичность переживается как потенциальная изменчивость себя, своего Я, открытость новому опыту, как условие развития. Процесс развития идентичности Э. Эриксон понимает как одновременно интеграцию и дифференциацию различных взаимосвязанных элементов (идентификаций). Для каждого человека эти элементы образуют уникальный гештальт. Всякий раз, когда возникают какие-либо изменения – биологические или социальные, – необходимы интегрирующая работа эго и переструктурирование элементов идентичности, так как разрушение структуры ведет к потере идентичности и связанным с этим негативным состояниям, вплоть до депрессии и самоубийства.

Развитие идентичности идет от неосознаваемой идентичности к осознаваемой. Осознаваемая идентичность предполагает наличие способности к рефлексии. Дж. Марсиа в своих последних публикациях также отмечает, что идентичность развивается на протяжении всей жизни человека [9]. Он вводит различие двух путей достижения идентично-

сти: 1) постепенное осознание некоторых данных о себе (имя, гражданство, наличие способностей и т.п.); этот путь ведет к формированию присвоенной (или преждевременной) идентичности; 2) самостоятельное принятие человеком решений относительно того, каким ему быть; этот путь ведет к формированию конструируемой (или достигнутой) идентичности.

Таким образом, идентичность как функция – динамичная, постоянно изменяющаяся субъективная реальность переживания своего Я, как структура – относительно стабильные во времени формообразования Я-концепции и концепции Другого.

Идентичность выполняет эссенциальную и интегративную функцию в психике, являясь стержнем, который скрепляет и вокруг которого объединяется личность. Но идентичность – это не только конфигурация. Можно также определить идентичность как важную психическую функцию, являющуюся необходимым условием существования личности. Как психическая функция идентичность характеризуется своим динамическим постоянством.

В клинической психологии параметру стабильности самоидентичности уделяется особое внимание, что объясняется, во-первых, его диагностической значимостью в связи с расстройствами самосознания, во-вторых, пристальным интересом современного психоанализа и клинической психологии к феноменологии «диффузной», «хамелеонообразной», «фальшивой», «ситуативной» идентичности (О. Кернберг, С. Ахтар, Е.Т. Соколова). С другой стороны, излишняя стабильность приводит к статичности, ригидности – качеству идентичности, свойственной клиентам невротического уровня. Следовательно, оптимальным здесь будет баланс динамичности – статичности.

Дифференцированность – диффузность

Еще одним показателем качества идентичности являются степень ее дифференцированности. Согласно общему закону развития, сформулированному В.С. Соловьевым, идентичность как каждое развивающееся образование проходит в своем развитии три обязательных момента: первичная, мало определенная и слитная целостность; дифференциация, расчленение первичной целостности; внутренняя свободная связность, органическое свободное единство всех элементов внутри целого. Самая общая логика развития систем предполагает движение от слитного, недифференцированного, нерасчлененного единства к дифференциации и образованию ясно очерченных границ подсистем как необходимого условия их последующего взаимодействия и интеграции в единое целое. Стоит заметить, что столь общие принципы могут относиться к организации любой системы: и «внутренней», такой, как самоидентичность, и «внешней», например, к системе семейных отношений.

В историческом процессе «синкретизм нерасчлененности сменяется отношениями противопоставления себя сначала миру, потом другим людям, затем установления различной степени согласованности или оппозиции, взаимности или разобщенности» [10].

К. Ясперс в монографии «Общая психопатология», размышляя о дифференциации, пишет, что она, во-первых, означает приумножение качественных форм опыта. Во-вторых, она означает расчленение обобщенного, туманного психического опыта на некоторое число отчетливо определенных переживаний, что сообщает опыту в целом богатство и глубину. Из отдельных феноменов низкого уровня в результате такой дифференциации рождаются феномены более высокого уровня; смутная инстинктивная жизнь обогащается новым содержанием. Рост дифференциации приводит к большей ясности и осознанности. Неопределенные ощущения и чувства уступают место отчетливым мыслям [11].

Е.Т. Соколова пишет о том, что диффузная идентичность рассматривается как «ядерное образование внутри пограничной личностной организации, которая обнару-

живается по преимуществу при пограничных и нарциссических расстройствах личности как отсутствие связного и стабильного чувства собственной индивидуальной определенности [12, с.5].

Целостность – фрагментарность

Под целостностью идентичности О. Кернберг в данном случае подразумевает интегрированность отдельных элементов идентичности Я и объект-репрезентаций. Хорошая интеграция Я и объект-репрезентаций по Кернбергу, характерна для невротического уровня (самого высокого уровня функционирования в рамках психоанализа), и чем менее интегрировано Я, тем более вероятно наличие пограничного и психотического уровня психического функционирования [13].

Э. Джекобсон считала критерием сформированности идентичности способность Я признавать всю целостность собственной психической организации (несмотря на ее возрастающую структурированность, дифференцированность и сложность) [14].

Н.И. Непомнящая, изучая зависимость фрагментарности (диссоциации) либо целостности образа Я от особенностей осознания рефлексии себя, определила, что «чем выше уровень рефлексии себя, т.е. чем шире и богаче то содержание, с позиций которого человек осуществляет рефлексии себя, тем устойчивее его Я, тем сохраннее целостность личности. То есть способность оставаться самим собой зависит от «выхода» за пределы себя (трансцендирования). Во всех описанных случаях диссоциации страдает именно «целостно-рефлексивное Я». «Таким образом, можно говорить о том, что «целостно-рефлексивное Я» представляет собой основание целостности личности». Целостно-рефлексивное Я есть переживание человеком своей универсальности и бесконечности, своего тождества с миром [15, с. 153].

Она выделяет уровни рефлексии себя как показатели целостности-диссоциации:

- «Ситуативное Я» (Я погружено в конкретные ситуации, отсутствие рефлексии).
- Частично-ценностноориентированное Я (поднятие над случайной, любой ситуативностью, избирательность значимых конкретных ситуаций).
- Ценностное Я (поднятие над конкретными частными ситуациями к наиболее значимому обобщенному содержанию).
- Целостно-рефлексивное Я (выход за пределы ценностных Я).

Подводя итог, сформулируем некоторые ракурсы теоретического изучения проблемы. Несмотря на известные различия трактовок, авторы, на наш взгляд, едины в прочерчивании онтогенетической линии развития идентичности, которая проходит путь от фрагментарного, конкретного, парциального «частичного» образа Я до целостного и обобщенного; от эмоционально лабильных, «текучих», нагруженных аффектами и недифференцированных репрезентаций себя и Другого – к более дифференцированной, сложно организованной и когнитивно-аффективно сбалансированной структуре, способной организовывать и «удерживать» противоречивый и амбивалентный опыт, структуре, в ходе развития становящейся все более свободной от непосредственного влияния удовлетворения/фрустрации, аффективных противопоставлений «хорошего» и «плохого». Иначе говоря, развитие самоидентичности может быть понято в терминах возрастающей дифференциации частных идентификаций от непосредственного влияния аффектов, а, следовательно, развития и более совершенных механизмов саморегуляции, способных обеспечить всей системе большую устойчивость («константность»), интегрированность, цельность. Мы также приходим к выводу, что ключевым фактором в ее нормальном или аномальном функционировании следует считать уровень механизмов саморегуляции, так что «примитивный уровень» защитных механизмов, типич-

chology. – N.Y. : John Wiley, 1980. P. – 213–231.

10. Абраменкова, В.В. Проблема отчуждения в психологии / В.В. Абраменкова // Вопросы психологии. – 1990. – № 1. – С. 5–3.

11. Ясперс, К. Собрание сочинений по психопатологии : в 2-х т. / К. Ясперс. – М. : Академия, 1996. – Т. 2. – 350 с.

12. Соколова, Е.Т. Изучение личностных особенностей и самосознания при пограничных личностных расстройствах / Е.Т. Соколова, В.В. Николаева. – М. : Аргус, 1995. – С. 27–206.

13. Кернберг, О.Ф. Тяжёлые личностные расстройства: стратегии психотерапии / О.Ф. Кернберг. – М. : Класс, 2001.–464 с.

14. Jacobson, E. The self and the object world / E. Jacobson. – N.Y. : Inter. Univ. Press, 1964.

15. Непомнящая, Н.И. Целостность или диссоциация личности и рефлексивные уровни самосознания / Н.И. Непомнящая // Мир психологии. – 2003. – № 2. – С. 145–155.

Maleychuk G.I. Identity as an Integrated Criterion of Psychical/mental Health

The article focuses on the attempt to treat psychical/mental health in terms of human experience. The main criterion of psychical/mental health according to this approach is the identity phenomenon and the subject of the research is the studies of the texts issued by the group members under observation. The article propounds indices for diagnosing identity qualities.

Рукапіс паступіў у рэдкалегію 1.04.2010