

Е. В. КОСТЮЧЕНКО

Беларусь, Гродно, ГрГУ имени Янки Купалы

РАННИЕ ДЕЗАДАПТИВНЫЕ СХЕМЫ У ЛИЦ С АУТОАГРЕССИВНЫМ ПОВЕДЕНИЕМ

Проблема сохранения психического здоровья в настоящее время является одним из основных приоритетов развития современного общества. Связано это прежде всего с огромным влиянием не только на социальную, культурную, но и на экономическую составляющие общественной жизни. Вместе с тем приходится отмечать увеличение общего количества тех или иных нарушений психологического здоровья в разных возрастных группах населения. Этому способствует целый ряд факторов, связанных с особенностями как социальной, так и профессиональной деятельности человека. Указанные обстоятельства ставят перед специалистами, занимающимися сохранением психологического здоровья людей, задачи поиска новых, научно обоснованных методов, методик, технологий оказания психологической помощи и поддержки, проведения комплексных исследований, направленных на анализ возможностей применения того или иного метода оказания психологической помощи в практике специалиста-психолога.

Одним из таких методов является схема-терапия – современный интегративный метод оказания психологической помощи, разработанный Дж. Янгом. Схема-терапия представляет собой научно-доказательный подход оказания психологической помощи, сочетающий в себе когнитивно-поведенческую терапию, гештальттерапию, психодинамический подход, что дает ей возможность формирования целостного взгляда на проблему человека и построения концептуализированной модели конкретного случая [1]. Одним из центральных понятий в схема-терапии является категория «ранняя дезадаптивная схема». Ранняя дезадаптивная схема (РДС) – это особый когнитивный, эмоциональный и поведенческий паттерн, который формируется в раннем возрасте, принимает устойчивый характер и актуализируется в зрелом возрасте, определяя особенности когнитивно-аффективного реагирования и реализации соответствующего этому реагированию поведения. Основными этиологическими факторами, способствующими формированию РДС, являются неудовлетворенные в детстве потребности ребенка, а именно потребность в безопасности, автономии, признании и принятии и т. п. Возникнув в детстве как итог дисфункциональных, в первую очередь родительско-детских, отношений РДС без соответствующего психокоррекционного вмешательства продолжают развиваться дальше в силу столкновения уже взрослого человека с трудными жизненными ситуациями. РДС, как правило, слабо осознаются и продол-

жают поддерживаться даже в тех случаях, когда их неэффективность для жизни становится очевидной. Более того, РДС выступают как специфические селективные фильтры, фиксирующие преимущественно ту информацию, которая соответствует представлениям человека о себе, других людях и мире в целом, даже если она весьма ошибочна и не способствует полноценной самореализации.

Анализируя особенности раннего детского опыта, Дж. Янг выделил следующие ранние дезадаптивные схемы: схема эмоциональной депривации; схема покинутости/нестабильности отношений; схема недоверия/ущемления; схема социальной изоляции/покинутости; схема дефективности/стыда; схема некомпетентности/неизбежности неудач; схема зависимости/беспомощности; схема ожидания катастрофы (уязвимости к болезням, неопределенности); схема слияния/неразвитой личностной идентичности; схема подчинения; схема самопожертвования; схема подавления эмоций; схема сверхвысоких стандартов/самокритичности; схема особого статуса и прав/привилегированности; схема недостаточного самоконтроля/самодисциплины; схема признания; схема негативизма/пессимизма; схема наказания/пунитивности.

Анализируя особенности представлений о ранних дезадаптивных схемах, можно предположить, что в первую очередь и особенно ярко они будут проявляться у некоторых категорий лиц, довольно часто демонстрирующих необходимость в оказании психологической помощи. В частности, предметом нашего внимания выступили респонденты, имеющие в своем анамнезе эпизоды аутодеструктивного поведения. Аутодеструктивное поведение фиксируется для целого ряда нозологий – от расстройств личности (в частности, пограничное расстройство личности) до более тяжелых нарушений психического функционирования. В нашем исследовании группу лиц с аутоагрессивным поведением составили 30 молодых людей в возрасте от 20 до 25 лет, не имеющих установленного психиатрического диагноза. Группу сравнения составили юноши и девушки 20–25 лет, не имеющие аутоагрессивного поведения в анамнезе.

Для первичного анализа мы использовали методы описательной статистики, вычислив среднее значение выраженности каждой дезадаптивной схемы в выделенных группах респондентов (таблица).

Анализ полученных результатов позволяет сделать вывод о большей выраженности РДС среди респондентов экспериментальной группы. Наиболее выраженными схемами среди лиц с аутоагрессивным поведением оказались «схема ожидания катастрофы», «схема недоверия/ущемления», «схема самопожертвования», «схема зависимости/беспомощности», «схема подавления эмоций». Указанные схемы входят в состав следующих схем-доменов: «сверхбдительность и запреты», «нарушение связи и отвержение», «направленность на других» и «нарушенная автономия».

Таблица – Показатели описательной статистики для переменной «Ранние когнитивные схемы»

Название переменной	М	
	Лица с ауто-агрессией	Конт-рольная группа
1. Схема эмоциональной депривации	32,2	10,8
2. Схема покинутости/нестабильности отношений	30,4	14,3
3. Схема недоверия/ущемления	36,2	21,5
4.Схема социальной изоляции/покинутости	24,5	11,6
5. Схема дефективности/стыда	22,2	18,2
6.Схема некомпетентности/неизбежности неудач	32,2	10,8
7. Схема зависимости/беспомощности	35,4	14,3
8.Схема ожидания катастрофы	38,2	23,5
9. Схема слияния / неразвитой личностной идентичности	21,5	12,6
10. Схема подчинения	26,2	18,2
11. Схема самопожертвования	36,2	11,8
12. Схема подавления эмоций	35,4	14,3
13. Схема сверхвысоких стандартов/самокритичности	33,2	21,5
14. Схема особого статуса и прав/привилегированности	24,5	11,6
15. Схема недостаточного самоконтроля/самодисциплины	22,2	10,2
16. Схема признания	30,2	10,8
17. Схема негативизма/пессимизма	32,4	14,3
18. Схема наказания/пунитивности	33,2	12,4

Выявленные особенности позволяют предположить проблемную направленность развития и поведения лиц, склонных к аутодеструктивному поведению. Поскольку эффективность психологического вмешательства, ко всему прочему, определяется правильно поставленными целями, полученные результаты можно рассматривать в качестве мишеней оказания психологической помощи. Адресная проработка указанных особенностей позволит быстрее получить нужный результат, а также сохранить его в последующем.

Список использованной литературы

1. Концептуальные основы групповой и индивидуальной схематерапии / П. М. Касьяник [и др.] // Рос. психотерапевт. журн. – 2013. – № 1. – С. 23–26.

Л. Ф. КРУПЕЛЬНИЦКАЯ

Украина, Киев, КНУ имени Тараса Шевченко

СМЫСЛОВЫЕ АСПЕКТЫ МИФОПОЭТИЧЕСКОЙ САМОПРЕЗЕНТАЦИИ

В исследовании приняли участие студенты-психологи КНУ имени Тараса Шевченко, $n = 79$ (47 – женщины и 32 – мужчины). Из них 30 – военные психологи (ВП), 49 – гражданские психологи (ГП). Средний возраст – 21,9. Испытуемые писали мифопоэтические я-тексты в своем индивидуальном стиле, не ориентируясь на языковые стандарты и нормы, стараясь не использовать рационально-рефлексивные навыки [1]. Обобщение разных тематических категорий позволило выделить пять основных смысловых блоков, разных по объему в разных группах испытуемых.

В смысловом блоке **«Рефлексивный человек»** в группе ГП доля от общего количества использованных в этой группе тем – 20,01 %, в группе ВП – 8,75 %. В группе ГП образы более разнообразны. Например, для символизации работы психолога использованы образы слепого художника и ведьмы, умеющей лечить печаль и рисующей розы; движения к мудрости – образ человека, идущего через лес и день к ночной луне; смыслового тупика – образ человека, который идет по крутой лестнице по кругу и приходит в то же место; нереализованности подлинных ценностей – образы неуютного дворца и маски, под которой нет лица; позиции наблюдателя и аналитика – образы птицы, поднявшейся вверх и наблюдающей свысока за происходящим внизу, и мифического существа, сидящего высоко в горах и наблюдающего. В группе ВП в этом блоке зафиксировано только два образа с использованием металогических средств: для символизации разумного начала использован образ мудреца в хижине рядом с лесом; непознанной жизни – образ книги жизни, переписывая которую находишь себя.

Доля от общего количества использованных тем в рамках смыслового блока **«Человек в развитии и поиске»** в обеих группах является наибольшей по сравнению с другими блоками, причем в группах ГП и ВП она примерно одинакова – соответственно 36,84 % и 35,59 %. В группе ГП использованы следующие образы: полет птиц, символизирующий поиск нового и преодоление ограничений существующего; путь к звездам как символ жизненного пути; долго сидящая в гнезде птица, боящаяся вылетать, а когда осмелевается улететь, ее ловит черный кот – символ «отложенной» жизни; одинокая луна на ночном небе, которая приковывает взгляды и вызывает любовь – символ интровертированного одинокого человека, который, тем не менее, пользуется вниманием многих людей;