



⇒ "Дерефлексия". Ее суть – отвлечь пациента от собственного "я". Пациенту предписывается перестать фокусироваться на себе и заняться поиском смысла вне "я".

⇒ "Программируемый смысл" – чтобы найти общий паттерн своих сложных жизненных ситуаций, человек должен быть способен исчерпывающе охватить в восприятии детали и события, а затем заново соединить их в некий новый гештальт.

⇒ "Вовлеченность" – галактический взгляд клиента. Терапевт должен помочь понять пациенту, что нынешние сомнения (или принятие новой смысловой схемы) не уничтожают реальность прошлых значимостей. Терапевт – объект идентификации, для которого значим рост других людей, который помогает им искать смысл.

Несомненно, что для использования представленных выше техник, психологу необходимо дополнительное психотерапевтическое образование. Но и психолог-консультант, должен уметь распознавать психологические проблемы, корни которых уходят в утрату смысла жизни. Такое понимание проблемы позволит оказывать адекватную помощь клиенту, даже если для этого необходимым будет перенаправить его к другому специалисту (психотерапевту).

Пухова А.М.
г. Пермь
ПГПУ

Феномены агрессивности и тревожности у подростков, специфика практической работы

Согласно взглядам Л.С. Выготского, подростковый возраст – самый устойчивый и изменчивый период, который нуждается в специфическом психологическом сопровождении. В данной работе нас интересовали такие личностные проявления подростков как агрессивность и тревожность, экспериментальная проверка их взаимосвязи и возможность их практической проработки.



Тревога рассматривается нами как психическое состояние, выражающееся в переживаниях опасения и нарушения покоя. Постоянная тревога может перерасти в тревожность как личностную особенность человека, состоящую в повышенной склонности человека испытывать беспокойство в различных жизненных ситуациях (Ч.Д. Спилберг). Отмечают не только отрицательные, но и положительные стороны тревожности. Постоянное чувство тревоги способствует развитию страха к проявлению активности, а именно страха социального неодобрения, страха наказания. Считается, что тревожность может являться причиной подавления агрессии (Доллард, 1939, Берковиц, 1962). С другой стороны, тревога стимулирует активность личности, побуждает к более интенсивным и целенаправленным усилиям; способствует разрушению недостаточно адаптивных поведенческих стереотипов, замещению их более адекватными формами поведения в данной ситуации.

Центральное место в изучении агрессивности занимает проблема агрессивности несовершеннолетних. Подросток наиболее сензитивен к внешнему влиянию и поэтому очень подвержен подобным чувствам. Специфической особенностью агрессивного поведения в подростковом возрасте является его зависимость от группы сверстников на фоне крушения авторитета взрослых. В данном возрасте быть агрессивным часто означает "казаться или быть сильным" (Е.В. Змановская, 2003). Такое поведение помогает отстаивать свои интересы, защищает от внешней угрозы, освобождает от страха, а значит и от чувства тревоги.

Под агрессивностью мы будем понимать, с одной стороны, свойство человека, в соответствие с которым он поступает определенным образом, и не вписывается в социальные нормы и правила (Н.Д. Левитов, В.П. Зинченко, Б.Г. Мещеряков и др.), а с другой, поведение, направленное на причинение ущерба или вреда другому живому существу (З. Фрейд, К. Лоренц, Р. Бэрон, Н. Зильманн и др.).



Целью нашего экспериментального исследования выступило выявление особенностей взаимосвязей между агрессивностью и тревожностью у подростков. Практической составляющей нашей работы являются рекомендации по работе с данной группой подростков.

Утверждение о связи данных феноменов уже звучало в работах зарубежных исследователей. Эта гипотеза была подтверждена в исследованиях Бандуры (1986), Денгеринка (1971), Дорски и Тэйлора (1972). Однако исследования по данной теме проводились только на зарубежных выборках. Специфика же российского менталитета налагает ряд ограничений на использование подобных данных в масштабе другой территории и культуры.

В экспериментальном исследовании будет логично опираться на данные диагностики группы подростков 15 – 16 лет, обучающихся в средней общеобразовательной школе и воспитывающихся в полных семьях. Выборка данной группы обусловлена тем, что эта типичная семейная ситуация, в которой агрессивность личности дает ей возможность самоутвердиться, а страх наказания способствует подавлению агрессии. Постановка цели и гипотезы определили следующие задачи исследования.

1) Провести диагностику методиками:

➤ тест школьной тревожности Филлипса для выделения групп подростков с высоким и низким уровнями тревожности;

➤ опросник показателей и форм агрессии А. Басса и А. Дарки для выявления различий в степени выраженности и качества агрессивности.

2) Изучить особенности зависимостей показателей агрессивности и тревожности у высоко/низко тревожных подростков для выявления их взаимосвязей.

При наличии значимой взаимосвязи между агрессией и тревожностью, зная специфику этих связей, мы будем иметь возможность разработать адекватную программу поддержки и сопровождения.



Практическую значимость нашей работы мы видим в возможности применения полученных результатов в образовательном процессе. Предположительно с помощью методов активного социально-психологического обучения существует возможность коррекции уровня агрессии и тревожности у подростков.

Опыт работы многих психологов (Э.М. Александровская, А.Г. Лидерс и др.) показал, что тренинг – оптимальная форма для работы с тревожными подростками, т.к. создаются условия для неформального межличностного общения и эмоционального проявления себя. Во время занятий у подростков происходит смена внутренних установок и возможна минимизация представленности агрессии в структуре ценностных ориентаций подростка. Расширяются знания, появляется опыт позитивного отношения к себе и окружающим людям, таким образом, меньшее число жизненных ситуаций воспринимаются как потенциально агрессивные по отношению к себе, что ведет к уменьшению тревожности. В процессе тренинга каждый подросток окружается вниманием и заботой. Он может рассчитывать на помощь других, а значит, способен активно пробовать различные способы общения, способы которые не предполагают агрессивных реакций по отношению к другим. По большому счету, эти занятия готовят к более активной и полноценной жизни в социуме, жизни без страхов и необходимости нападать.

Усикова А.В.,
Белова Д.Е.
г. Екатеринбург
РГПУ

К проблеме исследования ценностей и ценностных ориентаций студентов-психологов

В настоящее время в психологической науке наблюдается возвращение исследовательского интереса к сложнейшим философским проблемам, одной из которых является проблема ценностей и ценностных ориентаций. Данные феномены никогда не утрачивали своей актуальности, однако осо-