

перь освещается проекцией рефлексии, прежде всего, самые близкие: дом, семья.

По-мнению большинства исследователей, агрессивные проявления можно условно разделить на два основных типа:

- мотивационная агрессия, или агрессия как самооценność;

- инструментальная агрессия, как средство.

При этом подразумевают, что оба вида агрессии могут проявляться как под контролем сознания, так и вне его и сопряжены с эмоциональными переживаниями, такими как гнев, враждебность.

На наш взгляд, практических психологов в большей степени должна интересовать мотивационная агрессия как прямое проявление реализации присущих личности деструктивных тенденций. Определив уровень таких деструктивных тенденций, можно с большой степенью вероятности прогнозировать возможность проявления открытой мотивационной агрессии. Одной из подобных диагностических процедур является опросник А. Басса-Дарки.

Цель проведенного исследования заключалась в изучении особенностей проявления агрессии, как одного из факторов подросткового кризиса.

В исследовании приняли участие ученики 11 класса МОУ СОШ №148, г. Екатеринбург.

В результате проведенного исследования установлено, что для подростков наиболее ярко выражается вербальная агрессия, что является показателем того, что подростки в этот период часто прибегают к таким эмоциональным проявлениям как ссора, крик, визг, а также проявляют свои негативные чувства через содержание словесных ответов, таких как угроза, проклятья, ругань.

Наименее ярко выражается негативизм, что является показателем того, что небольшое количество подростков в этот период рискуют вступать в открытую борьбу с руководителями и авторитетами, и им приходится чаще всего соблюдать те правила и нормы, которые установлены обществом.

Полученные в ходе исследования результаты находят свое подтверждение, так как переход к подростковому возрасту, по мнению большинства исследователей, характеризуется возникновением различных форм отстаивания собственной самостоятельности, независимости. Чаще всего это проявляется в упрямстве, открытом непослушании, конфликтах со взрослыми, в стремлении всегда настоять на своем, то есть в повышенной конфликтности и демонстративном противопоставле-

нии себя не столько взрослым, сколько образу послушного ребенка, который часто культивируется взрослыми.

В дальнейшем мы планируем продолжить работу в направлении более детального и комплексного изучения факторов подросткового кризиса.

И.В. Селивохина  
г. Екатеринбург, РГШУ

### **Субъективное ощущение одиночества:**

#### **диагностика и возможности коррекции**

Общность и одиночество являются без сомнения основными видами человеческого опыта.

Одиночество как сложное явление имеет многоуровневый и противоречивый характер. Эта противоречивость вытекает из самой сущности человеческого бытия. Человек, с одной стороны – рефлексирующий субъект, личность, испытывающая потребность в автономии и индивидуализации. С другой стороны, он – существо общественное, испытывающее потребность в единении с другими людьми. В человеке, как существе социальном, исторически развивавшемся в больших группах, филогенетически закрепилась потребность к постоянному общению с себе подобными. Поэтому потеря контактов с людьми, одиночество, представляют для него серьезную проблему.

Достоверную информацию о причинах, признаках и последствиях одиночества получить трудно. Оно для большинства людей является источником стыда, неловкости, слабости, причиной «отвода глаз» и выражением социальной некомпетентности. Вследствие этого об одиночестве говорят неохотно.

Проанализировав понятие одиночества, представленное в работах выдающихся ученых (Р. Вейс, О.В. Данчева, Т.Джонс, О.Б. Долгинова, Ж.В. Пузанова, Г. Зилбург, И.С. Кон, В.И. Лебедев, М. Литвак, Д. Майерс, С.В. Малышева, Б. Миюскович, К. Мустакас, Е.Н. Покровский, У. Адлер, Г. Салливан, Д. Фландерс, Ф. Фромм-Рейхман, Р.Г. Шагивалеева, Ю.М. Швалб и др.), мы пришли к выводу, что все изученные нами определения одиночества могут быть отнесены к трем основным подходам. Первый опирается на объективное понятие социальной изоляции. Второй — на субъективное чувство переживания одиночества. Третий подход базируется на функциональном, регулятивном значении чувства одиночества.

Соотношение первых двух подходов в понимании природы одиночества может очень силь-

но различаться. Так, например, В.И. Лебедев ставит знак равенства между одиночеством и групповой изоляцией. У. Садлер и Т. Джонс, напротив, рассматривают одиночество как переживание, вызывающее комплексное и острое чувство, которое выражает определенную форму самосознания.

Таким же разнообразием отличается и проблема типологии одиночества. Приведем несколько в качестве примера.

Одна из наиболее известных типологий одиночества принадлежит Р. Вейсу. Он рассматривает две разновидности одиночества – эмоциональное и социальное.

И. Ялом предлагает разделить одиночество на три типа: межличностное, внутриличностное, экзистенциальное.

У. Садлер и Т. Джонсон выделили три измерения одиночества: космическое, культурное, социальное.

В известных нам системах измерения одиночества доминируют два подхода: одномерный и многомерный. Первый рассматривает одиночество как единое явление, которое отличается по испытываемой интенсивности переживания. Многомерный же подход объясняет одиночество как многогранное явление, которое нельзя подвести под единую мерку глобального одиночества.

Шкала Эдди — одна из первых одномерных систем измерения одиночества, состоящая из 24 пунктов, которые описывают различную степень интенсивности одиночества.

Шкала Сизенвейна. Сизенвейн расширил шкалу Эдди до 75 пунктов, что благотворно сказалось на уменьшении погрешности измерения одиночества. Вместо анкеты-опросника Сизенвейн просил респондентов оценить по шкале, состоящей из 4 пунктов, как часто они испытывают состояние одиночества, используя для этого слова: «часто», «иногда», «редко», «никогда».

Шкала Брэдли состоит из 38 высказываний. Она включает как позитивно, так и негативно сформулированные пункты, на основе которых респонденты оценивали, в какой мере для них подходит каждый из предлагаемых пунктов.

Шкала Бернса — одномерная система измерения, которая создавалась в клинических целях для терапии одиночества и не ставила своей задачей сбор данных для структурного анализа конструкта. Автор определяет одиночество как эмоциональный и когнитивный способ выражения негативного видения самого себя и мира в целом. Негативные мысли он рассматривает как цен-

тральный момент саморазрушающего чувства и поведенческой ориентации одинокого человека. Шкала состоит из восьми пунктов, которые содержат прямые вопросы о масштабе одиночества. Для ответов предложена пятиступенчатая рейтинговая шкала.

Шкала Янга предназначена для измерения хронического одиночества. Янг предлагает всеобъемлющий подход к лечению одиночества, который основан на когнитивно-бихевиоральных принципах. Одиночество, как и депрессия, представляет собой преимущественно когнитивный феномен; иными словами, точка зрения человека на его отношения в обществе – вот самая важная детерминанта удовлетворенности человека своими дружескими связями и, следовательно, меры испытываемого им чувства одиночества.

Шкала Бельшер является самой ранней многомерной системой измерения одиночества и представляет собой модифицированную форму шкалы Брэдли. К психологическим аспектам одиночества автор добавил социологические, используя при этом пункты из ранее созданных систем измерения отчуждения и аномии. Полученная таким образом шкала содержит 60 пунктов.

Многомерная шкала Джонг-Гирвельд понимает одиночество как одномерный конструкт, который определяется через следующие четыре компонента: 1) типы недостающих отношений; 2) механизмы приспособления и защиты; 3) будущие перспективы одиночества; 4) способность личности решить проблему одиночества.

Рассмотрев две основные системы измерения одиночества, можно утверждать, что многомерные шкалы измерения одиночества являются более адекватными и располагают большими возможностями для идентификации самых разнообразных случаев одиночества, что может быть особенно полезным в деле помощи одиноким людям.

Стержневой проблемой в коррекции чувства одиночества, связанной с трудностями, в частности, с трудностями в общении, является создание продуманной системы формирования и развития гуманистического по своим характеристикам коммуникативного ядра личности на всех ступенях ее онтогенеза. А это предполагает постоянное внимание к развитию у индивида высокого уровня способностей к познанию другого человека и самопознанию, отношения к другому как к высшей ценности и умения творчески строить непосредственное общение с ним.

Коррекция общения должна строиться на основе диагностики трудностей в его мотивации, потому что, изменяя только внешнюю операциональную сторону общения и не раскрывая глубинных причин затруднения и их устранения, невозможно гармонизировать человеческое взаимодействие.

Подготовка к общению должна разворачиваться на основе индивидуально-групповых программ обучения, учитывающих центральную проблему общения не только для группы, но и для каждого из ее участников. Программа обучения должна носить подвижный характер, изменяться в соответствии с развитием личности как субъекта общения и появления новых трудностей.

Создание дифференцированных программ индивидуально-групповой работы предполагает решение ряда задач и, прежде всего, определение «полей» психологических трудностей общения участников обучения. Наряду с названной задачей необходимо изучить особенности оценки трудностей общения, по крайней мере, в двух аспектах: оценка и определение трудностей, которые испытывает сам субъект, и оценка трудностей, возникающих из-за партнера. И, наконец, должен быть выделен комплекс устойчиво повторяющихся трудностей в ситуации изменения статусно-ролевых характеристик партнера.

Коррекционную работу, нацеленную на оптимизацию общения, следует строить с учетом возраста, вида труда, пола, индивидуальных особенностей и спецификации социализации. В школьном возрасте бывает достаточно обучения внимательно выслушивать товарища или взрослому, адекватно понимать переживания и мотивы поступков людей, старательно следя за их невербальным поведением. В отношении же взрослых необходимо использовать приемы изменения базовых специальных установок их личности или ценностных ориентаций.

Работа должна быть направлена не столько на отработку необходимых навыков общения, тренировку экспрессивно-речевых умений, сколько на коррекцию отношения к другим людям и связанной с ним самооценки преодоление внутренних конфликтов, активизацию самосознания. Наиболее эффективным для таких людей является обучения самоанализу как средству, способствующему саморазвитию, а также групповой социально-психологический тренинг, повышающий готовность к принятию себя и других в общении.

Специалистами осуществлена систематизация отдельных техник социально-психологического тренинга. В поведенческом тренинге преимущественно имеет смысл использовать ролевую игру, в психокоррекционном — в основном групповую дискуссию. Вооружение педагогов элементами и приемами актерского и социально-психологического тренинга ускоряет их личностный рост, позволяет им осознавать коммуникативные свойства своей личности и грамотно пользоваться ими в общении с воспитанниками, гармонизирует их взаимоотношения с окружающими людьми в целом.

В заключение следует отметить, что мы не ставили перед собой задачу исчерпывающе представить основную феноменологию психологических трудностей межличностного общения и раскрыть все субъективные причины, их вызывающие. Мы лишь конспективно указали основные пути предотвращения и устранения этих трудностей. Конечно же, можно и нужно анализировать психологические трудности общения с позиций основных областей психологической науки, но сейчас особенно важна разработка интегративного подхода к их научному осмыслению.

#### **Библиографический список**

1. Корчагина С.Г. Генезис, виды и проявления одиночества. — М.: Московский психолого-социальный институт, 2005. — 196с.
2. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие. — Самара: Издательский Дом «БАХРАХ-М», 2000—672с.
3. Ромек В.Г. Тренинг уверенности в межличностных отношениях. — СПб.: Речь, 2005. — 175 с.
4. Садлер У., Джонсон Т. От одиночества к анонии // Лабиринты одиночества. — М.: Прогресс, 1989.
5. Янг Дж. Одиночество, депрессия и когнитивная терапия: терапия и ее применение // Лабиринты одиночества. — М.: Прогресс, 1989.

О.Н. Силяди  
г. Армавир, АГПУ

#### **Особенности воображения у детей**

##### **дошкольного возраста**

В психической жизни дошкольника исключительно важную роль играет воображение. Воображение в дошкольном возрасте проявляется настолько ярко и интенсивно, что многие психологи рассматривали его как изначально заданную детскую способность, которая с годами теряет свою