

Терапевтические сказки несут в себе функции зеркала, модели и посредника.

Психологические сказки, подобно зеркалу, проецируют эмоциональные потребности человека, вызывая множество близких для него образов. Это зеркало позволяет обследуемому отделиться и дистанцироваться от конфликтной ситуации в собственной жизни и своего личного опыта, и смотреть на ситуацию отстраненно и справедливо, а не с точки зрения жертвы.

Функция модели раскрывается в поиске возможных решений и поощряет активное изучение собственных моделей, часто приводя к обнаружению принципиально нового пути.

Функция посредника проявляется как буферная зона. Субъект терапии не включает привычную для него реакцию самообороны. Однако данная функция идеально работает лишь при творческом подходе психолога к составлению сказки, где вымышленный герой похож на настоящего, завуалированно, частично.

Все перечисленное наглядно иллюстрирует всю важность овладения данным методом в полном объеме для любого психолога и психотерапевта. Некоторые специалисты скептически относятся к подобному методу, называя его детским, несерьезным, а также сложным, поскольку написать достойную сказку, обладающую должным психотерапевтическим эффектом, под силу не каждому специалисту. Однако при использовании данного метода на надлежащем уровне запустить серьезные процессы внутренней трансформации личности зачастую проще и легче, чем при иных методах консультирования.

Как только понимание достигнуто, психологическая сказка начинает давать эффект, поскольку человек чувствует, что ему помогают, стремится к исцелению, отождествляет себя со своим героем и продуктивно, а главное добровольно работает над своей личностью. [1].

Список использованных источников

1 D. Pasca. The Therapeutic Fairytale. A Strategic Choice for a Psychological Counselor. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://journal.dresmara.ro/issues/volume6_issue2/10_pasca_vol6_issue2.pdf – Дата доступа: 1.01.2021 г.

Н. Г. Новак, канд. психол. наук, доцент
Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины
г. Гомель, Республика Беларусь

МЕТОДЫ ИЗУЧЕНИЯ ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВОЙ СФЕРЫ ЛИЧНОСТИ, ПЕРЕЖИВШЕЙ КРИЗИСНОЕ СОБЫТИЕ

В статье рассматривается проблема ценностно-смысловой сферы личности под влиянием пережитого кризисного события. Раскрывается понятие «транзитивность» применительно к динамике ценностей и смыслов. Описаны основные направления и методики диагностики ценностно-смысловой направленности личности.

Ключевые слова: критическая ситуация, кризисное событие, транзитивность.

В гуманистической психологии принято считать, что целью и результатом становления, развития субъекта будет являться зрелая автономная личность, обладающая такими интегральными характеристиками, как аутентичность и интенциональность, отличающаяся осмысленностью и продуктивностью жизни и деятельности. Соответственно, в качестве наиболее обобщенного показателя развития личности может рассматриваться достигнутый уровень развития ценностно-смысловой сферы, ее иерархия, общая ценностно-смысловая направленность человека, способность к позитивному функционированию (К. Роджерс, А. Маслоу, К. Рифф и др.). Однако в жизни каждого человека встречаются такие проблемные

ситуации, в разрешении, преодолении которых как предметно-практическое действие, так и психическое отражение бессильны. Такого рода ситуации предъявляют особые требования к устойчивости ценностей и смыслов личности, поскольку в такие моменты жизни необходимо не познать имеющийся смысл, а сотворить, создать его (смыслопорождение, смыслостроительство) [1, с. 43]. Именно поэтому их Ф. Е. Василюк назвал «критическими».

В силу своей «сверхнормативности» критические ситуации всегда привносят в жизнь человека определенные психологические изменения. Происходит смена функций, ролей, круга общения, меняется образ жизни, и, безусловно, представлений о самом себе. В наибольшей степени сложные жизненные события отражаются на ценностно-смысловых ориентациях человека, что связано с процессами переоценки, осмысления и переосмысления происходящего, с трансформацией системы ценностей.

Ценностно-смысловая сфера личности включает в себя два основных компонента – ценностные ориентации и систему личностных смыслов. Оба компонента неразрывно связаны с понятием личность, поскольку тесно соприкасаются с изучением человеческого поведения и побуждений (А. В. Серый, М. С. Яницкий) [4].

Содержание и структура ценностно-смысловой сферы личности определяют выбор активности, обоснование своих действий, а также представления и оценку других людей, себя и событий. Значимость и актуальность заявленного проблемного поля в первую очередь обусловлены интенсивными изменениями ценностно-смысловой сферы личности юношеского возраста. Освоение новых социальных ролей, стремление к активности в плане самоопределения и самореализации – это лишь немногие процессы, которые оказывают влияние на изменения ценностей, смыслов, общей направленности (работы К. А. Абульхановой, Б. С. Братуся, М. Р. Гинсбург, А. Н. Бражниковой, О. С. Дейнека, В. Н. Пищука, Ю. В. Тищенко и др.).

На формирование ценностно-смысловой сферы личности оказывают влияние референтная группа сверстников, СМИ, экономические и социально-культурные факторы, условия жизни. Особое значение для становления мировоззрения и самосознания растущей личности имеет семья.

В современной психодиагностике существует достаточно большое количество методик исследования ценностно-смысловой сферы личности, все многообразие которых условно можно разделить на несколько направлений.

1. Методики, целью которых является диагностика ведущих, доминирующих ценностных ориентаций, личностной направленности, либо мотивационной тенденции (тесты Оллпорта-Вернона-Линдсея, Эдвардса и др.).

2. Методики, целью которых является исследование целостной системы или иерархии ценностных ориентаций личности (тесты Рокича, Фанталовой, Шварца, Сенина, Инглхарта, Шледера).

3. Проективные методы, направленные на изучение ценностно-смысловой сферы личности (методики Кантрила, Оллпорта-Гилеспи, аксиобиографическая методика Вардомацкого).

4. Методики, целью которых является изучения процессов и уровня личностного развития, позволяющие судить о сформированности ценностно-смысловой сферы (САТ, УСК).

5. Методики исследования жизненных целей, уровня осмысленности жизни и смысло-жизненных ориентаций (PII, СЖО, МПС) [4].

В современной психологии широко применяется Шкала экзистенции (А. Лэнгль, К. Орглер), которая представляет собой личностный опросник, предназначенный для измерения экзистенциальной исполненности, качества жизни личности, связанного с ощущением наполненности жизни определенным смыслом. Опросник измеряет экзистенциальную исполненность, как она субъективно ощущается испытуемым, отношение человека к профессии и собственной жизни, там, где важны базовые человеческие способности справляться с жизнью, вносить в нее смыслы [2].

Для диагностики основных жизненных ценностей человека используется Морфологический тест жизненных ценностей (МТЖЦ). Методика разработана В. Ф. Соповым и Л. В. Карпушиным в результате усовершенствования методики И. Г. Сенина.

Помимо диагностики структуры и иерархии ценностей и смыслов личности в обычных условиях жизни, не менее значимым является вопрос об их трансформации под воздействием переживания сложных жизненных ситуаций. По нашему мнению, особого внимания заслуживает проблема транзитивности ценностно-смысловой сферы личности под влиянием переживания кризисного события.

Понятие «транзитивность» для психологии является новым. Этимологически оно связано со способностью к переходу через что-то или во что-то. Схематично это можно объяснить через отношения между элементами x , y и z так, что если x связан определенным образом с y , а y – таким же образом с z , то x обязательно таким же образом связан с z [3]. То есть, транзитивность ценностно-смысловой сферы – это переход, динамика, в процессе которых проявляется новая структура и содержание ценностно-смысловой ориентации, сохраняющая определенные, наиболее значимые, ценности и смыслы, но в то же время, начинающая приобретать новые очертания.

С практической точки зрения важно понимать, каков механизм влияния приобретенного опыта переживания на способность личности позитивно функционировать и самореализовываться на дальнейших этапах жизни. Ряд ученых в своих исследованиях касались разных аспектов данной проблемы (Л. И. Анцыферова, Ф. Е. Василюк, Л. С. Выготский, Д. А. Леонтьев, С. Л. Рубинштейн; А. Антоновский, С. Кобейса и С. Мадди, А. Лэнгле, В. Франкл, Г. Томэ; R.G. Tedeschi, L.G. Calhoun; S. Joseph, P.A. Linley).

В рамках данного исследования мы рассматриваем кризисное событие как катализатор, активизирующий процесс транзитивности ценностных ориентаций, целей, смыслов личности. В связи с этим важно оценить изменения в структуре ценностно-смысловой сферы личности, обусловленные переживанием кризиса, что позволит выявить более стабильные и менее подверженные влиянию компоненты.

Традиционно исследования в области переживания кризисных событий проводились в рамках клинической психологии, а описание последствий травматического опыта было сконцентрировано на эмоциональных и психосоматических нарушениях. В последнее десятилетие активно развивается теория посттравматического роста. Планируемое нами исследование позволит обосновать психологический механизм транзитивности ценностно-смысловой сферы личности, пережившей кризисное событие и разработать модель опосредованного влияния кризисного события на формирование ценностно-смысловой сферы личности.

Список использованных источников

1 Василюк, Ф. Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций) / Ф. Е. Василюк. – М. : МГУ, 1984. – 200 с.

2 Майнина, И. Н. Стандартизация опросника «Шкала экзистенции» А. Лэнгле, К. Орглер / И. Н. Майнина, А. Ю. Васанов // Психологический журнал. – Т. 31. – 2010. – С. 87–99

3 Оксфордский толковый словарь по психологии [Электронный ресурс] / под ред. А. Ребера. – Режим доступа : <http://vocabulary.ru/dictionary/487/word/tranzitivnost>. – Дата доступа: 01.05.2021.

4 Яницкий, М. С. Основные методологические подходы к изучению ценностно-смысловой сферы личности / М. С. Яницкий, А. В. Серый // Вестник Кемеровского государственного университета культуры и искусств. – 2012. – № 19. – С. 82–97.