

English version: [Kabardov M.K., Aminov N.A., Gusev S.A. The study of losing a job experience](#)

Психологический институт Российской академии образования, Москва, Россия
Московский государственный областной гуманитарный институт,
Орехово-Зуево, Москва, Россия

[Сведения об авторах](#)
[Литература](#)
[Ссылка для цитирования](#)

Представлены материалы сравнительного анализа механизмов психологической защиты и характеристик и свойств переживания событий у клиентов Центра занятости населения, а также студентов 1–5 курсов вуза (всего 274 человека). Обнаружены существенные различия в механизмах психологической защиты, свойствах и характеристиках переживания событий у клиентов Центра занятости населения и студентов. Механизмы психологической защиты по-разному участвуют в регуляции переживания события как в период кризиса, так и в стабильной ситуации. Знак взаимосвязи между механизмами психологической защиты, с одной стороны, и свойствами и характеристиками переживания событий, – с другой, отражает направленность регуляторного характера каждого механизма психологической защиты. Обобщение результатов исследования позволило предложить новый подход к проблеме переживания событий.

Ключевые слова: переживание, событие, психологическая защита, индивидуально-типологические особенности, переживание событий, шкала временных установок

Уникальность жизненного пути каждого человека представляет собой сочетание событий положительного и отрицательного, кризисного и стабильного характера. В особую группу можно выделить кризисы, вызванные не зависящими от воли человека событиями. Одним из таких событий является потеря работы. Безработица остается на сегодня одной из самых сложных проблем в социальной жизни России. Для отдельной личности безработица подобна тупику, когда «выхода нет» и все перспективы перекрывает безысходность [Аминов, 1975; Забродин, 2002; Леана, 1995; Пельцман, 1992]. Эта проблема остро встает и перед выпускниками школ и вузов, которым необходимо трудоустроиться. Из-за воздействия неблагоприятных факторов, сказывающихся на их состоянии, зачастую они попадают в «группу риска», повышается вероятность их дезадаптации [Аминов, 1975; Белова, 2004; Забродин, 2002]. Стрессогенность безработицы стала очевидной и актуальной, и это ставит перед исследователями новые проблемы по ранней диагностике и оказанию адресной помощи тем, кто находится в подобной ситуации. Однако анализ литературы по переживанию событий и дифференциально-психологическим особенностям этого феномена свидетельствует о дефиците знания по данной теме [Москвин, Кабардов, 2006; Нюттен, 2004; Духновский, 2005 и др.]. Ситуация потери работы не проанализирована как особое событие в жизни человека, обладающее

своей спецификой. Недостаточно разработана и проблема адекватных методов исследования в этой области.

При столкновении с кризисными событиями перед личностью встает необходимость переживания, переориентации целей и постановки новых, поскольку попытки достижения прошлых целей терпят неудачу. Подобные конфликтные ситуации способствуют актуализации психологической защиты. Однако исследования психологической защиты как переживания-деятельности и переживания-созерцания событий ведутся раздельно друг от друга [Василюк, 1984]. На сегодня существует немало интересных источников по этой проблематике как с теоретической [Чумакова, 2001; Субботина, 2006; K. Vanicki, 2007 и др.], так и с практической точек зрения [Соколова, 1989; Вассерман и др., 2005; Духновский, 2005; Kramer, 2009; Соловова, 2009 и др.], и их количество продолжает расти.

В работах отечественных психологов достаточно подробно освещены сущность категории переживания, философские предпосылки становления понятия «переживания событий» [Бассин, 1988; Выготский, 2004; Леонтьев, 2005; Рубинштейн, 2000; Теплов, 1961; Кроник, Головаха, 1984; Абульханова, 2001; Василюк, 1984; Пахно, 2004; Духновский, 2005; и др.]. Исследователи сходятся во мнении, что переживание как психологическая категория изначально представляет собой комплекс относительно независимых процессов: это отражение, деятельность, отношение, а также эмоциональные состояния. В то же время в психологии отсутствует однозначное понимание этого понятия [Василюк, 1984; Духновский, 2005]. До сих пор нет единой точки зрения на переживание событий и обстоятельного определения данного понятия. Ввиду этого в исследованиях наблюдается неоднородность, размытость понятийного аппарата. Кроме того, существует большое количество подходов, методов исследования, трактовки данной проблемы.

Анализируя механизмы саморегуляции активности субъекта при кризисном событии потери работы, ряд авторов [Осницкий, Чуйкова, 1999; Забродин, 2002; Пахно, 2004; Леана, 1995] отмечают, что само исследование особенностей, факторов и внутренних причин переживания кризисного события и его преодоления может помочь сформировать адекватный подход к оказанию психологической помощи безработным. Помощь особо необходима личности при потере работы. Таким образом, выявлены следующие противоречия: а) между влиянием, оказываемым переживанием кризисных событий, с одной стороны, и саморегуляцией субъектов этого события – с другой; б) между необходимостью разработки адекватного метода диагностики переживания кризисных событий, с одной стороны, идефицитом разработок в этой области – с другой.

Первоначально зародившись как понятие в рамках психологии времени, переживание событий длительное время было предметом исследования различных направлений исследований. В рамках психологии времени авторы, изучая переживание событий, используют термин «переживание времени». Из работ по психологии времени видно, что за понятием «переживание времени» стоят следующие категории.

1. Переживание событий как отражение психикой времени вообще; переживание как непосредственная субъективная данность времени (П.Фресс, Ф.Кнапп, Ж.Нюттен, Е.И.Головаха, А.А.Кроник) [Нюттен, 2004; Головаха и др., 1984].

2. Переживание событий как набор характеристик, классифицированный по структурному составу: когнитивный компонент, эмоционально-оценочный, поведенческий (И.В.Пахно, А.В.Галактионова).

3. Переживание событий не как самостоятельная характеристика, включение его в специфическую структуру одной из временных модальностей.

4. Переживание событий как «переживание-созерцание», чувственно-эмоциональное отражение значимых ситуаций (К.А.Абульханова, Ж.Нюттен, А.Кроник, Е.Головаха).

В настоящее время наметилась тенденция к рассмотрению данного психического феномена как самостоятельного, изучаемого на личностном уровне (К.А.Абульханова) и в биографическом масштабе времени (А.Кроник, Е.Головаха). Несмотря на отсутствие единства терминологии, взглядов, переживание событий изучается в следующих парадигмах исследований.

1. В рамках изучения переживаний травматического, критического характера [Зоткин, 2006; Полетаева, 2005; Трубицына, 2005].

2. В рамках психологии эмоции и возрастной психологии [Выготский, 2001; Серый, 2005; Скиба, 2006 и др.].

3. В рамках изучения автобиографической памяти личности [Нуркова, 2004; Василевская, 2008 и др.].

4. Исследования психологии личностного времени [Абульханова, 2001; Кроник, Головаха, 1984; Рубинштейн, 2003; Нюттен, 2004; Белова, 2004; Галактионова, 2007; Шмакова, 2008].

Особого внимания заслуживает концепция Ф.Е.Василюка, в которой к переживанию он относит «особые жизненные ситуации, которые неразрешимы процессами предметно-практической и познавательной деятельности» [Василюк, 1984, с. 9]. В общем смысле переживание событий можно понимать как отношение между личностью и событием. Переживание событий имеет рефлексивно-деятельностную природу. Согласно положению о многоуровневом построении переживания [Василюк, 1984], конструкт «переживание событий» включает «переживание-созерцание» и «переживание-деятельность». С нашей точки зрения, «переживание-созерцание» событий имеет индивидуально-личностное содержание, первоначально протекающее спонтанно, в аффективной форме, как непосредственно-чувственная реакция на событие, затем выражающееся вербально, в системе общественно выработанных значений. Это выражение личного отношения к происходящим событиям. Оно имеет не только полярный тон эмоциональной оценки, но и отражает смысловую, образную сущность событий в переживании. Согласно представлениям Ф.Василюка, переживание событий может выступать в качестве деятельности, или внутренней работы. «Переживание как деятельность реализуется и внешними, и внутренними действиями» [Там же, с. 10]. Деятельность выступает как преодоление либо псевдопреодоление, под последним понимается психологическая защита.

Переживание событий непосредственно представлено в сознании личности. Личностный смысл события, согласно Е.Е. Насиновской (2003), имеет две основные субъективные формы представленности в сознании – «аффективную» и «вербальную» [Леонтьев, 2005; Насиновская, 2003]. Аффективная форма существования личностного смысла события – это эмоциональное переживание. Эмоция определенной модальности сигнализирует о личностном смысле событий. Вторая форма – вербализация личностного смысла события, воплощение его в определенной системе общественно выработанных и зафиксированных значений. Система установок субъекта по отношению к значимым для него событиям обнаруживается в его оценочных суждениях, которые классифицируются сознанием по схеме логических дихотомий. Изначально событие вызывает непосредственно-чувственное переживание, после чего происходит «воплощение его в определенной системе общественно выработанных и зафиксированных значений» [Цит. по: Насиновская, 2003]. После встречи с каким-либо событием человек производит его семантическую категоризацию, атрибутирует его (радостное – грустное, значительное – незначительное, ожидаемое – неожиданное).

В работах А.А.Кроника и Е.А.Головахи (1984) предлагается разделение характеристик и свойств переживания событий. Под характеристикой переживания событий мы понимаем элементарное дихотомическое отношение к определенной модальности пережитых событий. Каждая из характеристик имеет полярный тон семантической оценки. Свойство переживания событий представляет собой структуру взаимосвязанных отношений к определенной модальности пережитых событий. Это интегральное отношение, образующееся в семантическом слое после синтеза значений и смыслов, раскрывающее определенную грань личного прошлого, настоящего или будущего личности. Оно также имеет полярность от наименьшей до наибольшей степени выраженности.

Рефлексивность сущности переживания отмечается многими авторами [Нюттен, 2001; Рубинштейн, 2000; Выготский, 2004; А.Н.Леонтьев, 2005;Василюк, 1984]. Любое переживание (в том числе и события) не может отождествляться с эмоцией: «переживание является формой эмоций, достигших высокой степени рефлексивности» [Фахрутдинова, 2008, с. 55].

Все это определяет наибольшую популярность метода изучения переживания событий, основанного на принципах семантического дифференциала (СД) Ч.Осгуда [Нюттен, 2004]. Применение СД-методов позволяет «измерить» характеристику переживания событий – она становится доступной изучению с помощью отдельной, соответствующей именно ей шкалы, а свойство – с помощью фактора (факторного анализа). Попутно отметим, что впервые о факторной структуре переживания событий упомянул Р.Кнапп. Например, он выделял такие факторы переживания событий, как «континуальность–дискретность», «потребность в достижении» [Головаха и др., 1984].

Организация и методы исследования

Гипотезы исследования

Согласно нашей основной гипотезе существуют два типа переживания событий: переживание-созерцание и переживание-деятельность. Из этого вытекает, что:

- 1) существуют значимые взаимосвязи между механизмами психологической защиты (МПЗ) (вытеснение, отрицание, компенсация, рационализация, реактивное образование, замещение, регрессия и проекция) и характеристиками переживания событий;
- 2) взаимосвязи психологической защиты и характеристик переживания событий опосредуются двумя формами переживания – созерцания и деятельности;
- 3) переживание-созерцание событий прошлого, настоящего, будущего может выступать как метод анализа формы преодоления личности кризисных жизненных ситуаций.

Инструментарий исследования

В соответствии с целью и задачами работы были отобраны методики исследования.

1. «Шкала временных установок» (Ж.Нюттен) (ШВУ): а) прошлого; б) настоящего; в) будущего». При подсчете баллов за каждый крайне отрицательный ответ начислялся 1 балл, а за крайне положительный – 7 баллов. Для определения структуры взаимосвязей между шкалами переживания событий, или как метод классификации, был проведен факторный анализ (метод главных компонент, варимакс-вращение с нормализацией Кайзера). Также учитывалась дифференцированность (прошлого, настоящего, будущего) – показатель, определяемый по значению стандартного отклонения.
2. «Линия жизни» [Нуркова, 2000]. Обработка производилась с анализом следующих параметров: общее количество актуализированных воспоминаний; из них отдельно количество позитивных и негативных; их соотношение рассчитывалось (путем деления) как «индекс позитивности»; возраст первого актуализированного воспоминания; наличие события «рождение» на линии жизни; наличие темы «работа»; отдельно количество событий «потеря работы»; общее количество событий с темой «образование»; наличие событий с темой «любовь»; из них отдельно количество позитивных и негативных событий с темой «любовь»; общее количество событий с темой «смерть близкого».
3. Структура психологической защиты изучалась с помощью опросника «Индекс жизненного стиля» (в адаптации Вассермана Л.И., Ерышева О.Ф., Клубова Е.Б.) [Вассерман и др., 2005].
4. Личностные качества исследовались по опроснику 16PF Кеттелла.
5. Функциональный репертуар автобиографической памяти (АП) изучен по опроснику «Функции автобиографической памяти» [Василевская, 2008].

Выборка исследования

В исследовании приняли участие 274 испытуемых (в возрасте от 17 до 63 лет, возрастное распределение выборки имеет явное смещение в сторону молодых участников), из них 180 (130 женщин, 50 мужчин) – студенты 1–5-го курсов психолого-педагогического факультета Московского государственного областного гуманитарного института (г. Орехово-Зуево), 94 (73 женщины, 21 мужчина) – клиенты Орехово-Зуевского Центра занятости населения (ЦЗН), проходящие первичный прием.

В своем исследовании мы опираемся на субъектный подход к пониманию профессиогенеза [Абульханова-Славская, 2001; Головаха, 1984; Забродин, 2002], рассматривая обучение профессии (высшее образование) и потерю работы как стадии одного и того же процесса профессиогенеза. Выборка студентов рассматривалась как контрольная, клиенты ЦЗН – как экспериментальная. Опираясь на концепцию Г.Селье (1960), мы рассматриваем клиентов ЦЗН, проходящих первичный прием (начальная стадия безработицы), как испытывающих фазу шока (реакция тревоги). Студенты же находятся в относительно стабильных условиях [Аминов, 1975; Субботина, 2006]. Основанием для такого разграничения послужил доказанный эмпирический факт наличия у клиентов ЦЗН ряда проблем [Леана, 1995; Осницкий, Чуйкова, 1999; Забродин, 2002; Пахно, 2004; Субботина, 2006].

Обследование студентов виза осуществлялось очно, коллективно (каждый курс в отдельности), клиентов центра занятости – индивидуально (личный контакт с каждым испытуемым).

Методы анализа данных

Проверка на нормальность осуществлялась с помощью критерия Шапиро–Уилка. По большинству шкал статистика критерия Шапиро–Уилка дала значимый высокий результат на уровне $p = 0,0001$, поэтому гипотеза о нормальности распределения была отвергнута. Этот факт определил дальнейший выбор методов статистического анализа: для выявления статистических связей между переменными применялся коэффициент ранговой корреляции r -Спирмена. Для оценки значимости различий использовался непараметрический критерий U -Манна–Уитни.

Обработка данных проводилась с использованием пакета статистических программ Statistica 6.1.

Результаты и их обсуждение

Изучение структуры переживания событий

Процедура позволила организовать и классифицировать отдельные характеристики переживания событий испытуемых в структуру взаимосвязанных компонентов (факторов). Фактор переживания событий измеряет определенное, отличное от других, свойство переживания событий прошлого, настоящего, будущего человека, представляющее собой структуру взаимосвязанных характеристик.

Факторный анализ данных позволил выделить 12 свойств переживания событий: Глобальная аффективная оценка прошлого, Динамика прошлого, Удача (степень везения) прошлого; Глобальная аффективная оценка настоящего, Перспектива настоящего, Активность (динамика) настоящего, Полноценность настоящего, Личная ценность (принадлежность) настоящего; Глобальная аффективная оценка будущего, Активность будущего, Динамика будущего, Личная ценность (принадлежность) будущего (более подробно см. статью Гусева С.А. [Гусев, 2010]).

Индивидуальные особенности переживания событий. Половая дифференциация в переживании событий выразилась в отношении фактора «Глобальная аффективная оценка будущего». У женщин данный показатель является более выраженным по сравнению с мужчинами (критерий Манна-Уитни $U = 3,11$, $p = 0,002$). По остальным факторам переживания событий значимых отличий не найдено.

Значимых взаимосвязей семейного положения и напряженности защитных механизмов не найдено. Это исключает влияние данных переменных на переживание событий.

Найдена значимая отрицательная взаимосвязь между механизмами психологической защиты (регрессия) и уровнем образования (r -Спирмена = $-0,25$, $p = 0,013$), а также возрастом ($r = -0,27$, $p = 0,011$). Чем выше возраст и уровень образования, тем ниже напряженность МПЗ – регрессии.

Механизмы психологической защиты (МПЗ) у мужчин и женщин достоверно различаются по четырем из восьми показателей. У мужчин более выраженным оказывается МПЗ-вытеснение, причем отличия весьма существенны и высоко значимы ($p = 0,000$). Данный эмпирический факт полностью согласуется с выявленным в исследовании Е.В.Чумаковой (2001) на выборке отцов и матерей, а также с результатами исследований Л.Ю.Субботиной (2006), Л.Р.Гребенникова, Е.С.Романовой (1996). Оказывается, что при воспитании детей отцы чаще, чем матери, обращаются к вытеснению (различия на уровне $p \leq 0,05$).

У женщин сильнее выражены МПЗ реактивные образования ($U = 2,626$, $p = 0,009$). Данный факт полностью согласуется с полученными в исследованиях Е.В.Чумаковой (2001) на выборке матерей и отцов, Л.Ю.Субботиной (2006) – на выборке рабочих, Л.Р.Гребенникова, Е.С.Романовой (1996) – на выборке старшеклассников.

Совокупность данных фактов можно объяснить влиянием социальных стереотипов и установок. Развитие защиты по типу реактивных образований зависит как минимум от двух факторов: «от того, какие переживания признаются обществом неприемлемыми, и от того, сколько внимания в период становления личности общество уделяет необходимости скрывать эти чувства. К переживаниям, на открытое выражение которых в той или иной мере в большинстве человеческих сообществ наложены ограничения, принадлежат эротические и агрессивные. Разница в основном только в степени этих ограничений, что зависит от культурных норм и традиций каждого общества. Понятно и то, что традиционно девушки с детства получают больше запретов на проявление этих чувств, что и способствует

впоследствии развитию соответствующего механизма психологической защиты. Традиционные же представления о мужественности, которые внушаются мальчикам, не приветствуют излишнюю фиксацию на переживаниях и содержат установки на хладнокровное избавление от них, в частности, на их вытеснение» [Цит. по: тЕ.В.Чумакова, 2001, с. 96–97].

Найдены также половые различия (U-критерий Манна–Уитни) по МПЗ – компенсации и рационализации. В нашем исследовании женщины имеют более высокие показатели напряженности МПЗ компенсации и рационализации ($p = 0,009$ и $p = 0,019$ соответственно). На развитие регрессии может влиять не только пол, но и возраст испытуемых, а также уровень образованности. Факт зависимости МПЗ от пола подтвержден также Л.Ю.Субботиной (2006). Как отмечает Л.Ю.Субботина (2001), динамические изменения структуры психологической защиты характерны не только для онтогенеза в целом, но и для конкретной ситуации.

Также найдены значимые взаимосвязи личностных факторов по Кеттелу и факторов переживания событий, а также механизмов психологической защиты (от $p \leq 0,05$ до $p \leq 0,001$).

В частности, обнаружено наличие большого количества отрицательных значимых связей между вторичным фактором F2 («Тревога» по Кеттелу) и свойствами переживания событий (табл. 1), что свидетельствует о чувствительности факторов, измеряемых ШВУ, к степени тревожности. И человек, низко оценивающий какой-либо из факторов переживания событий, с большей вероятностью демонстрирует и свою тревожность по этому показателю. Фактор 4 («Глобальная аффективная оценка настоящего») и фактор 12 («Личная ценность (принадлежность) будущего») также обнаружили значимую отрицательную корреляцию с фактором O+ («Склонность к чувству вины»). Фактор 7 («Полноценность настоящего») и Фактор 4 («Глобальная аффективная оценка настоящего») показали отрицательную значимую связь с фактором O+ («Склонность к чувству вины») и Q4+ («Внутренняя напряженность») (табл. 1).

Таблица 1

Интеркорреляция показателей личностных факторов (по Р.Кеттелу) и факторов переживания событий

Факторы переживания событий	Личностные факторы		
	O+	Q4+	F2
Ф1 Глобальная аффективная оценка прошлого			-0,25
Ф2 Динамика прошлого		-0,19	-0,18
Дифференцированность П (прошлого)	0,18		0,25
Ф4 Глобальная	-0,22	-0,18	-0,32

аффективная оценка настоящего			
Ф6 Активность (динамика) настоящего			-0,29
Ф7 Полноценность настоящего	-0,40	-0,29	-0,41
Ф8 Личная ценность настоящего		-0,20	-0,20
Дифференцированность Н (настоящего)	0,19		0,29
Ф9 Глобальная аффективная оценка будущего			-0,18
Ф10 Активность будущего		-0,16	-0,27
Ф11 Динамика будущего		-0,15	-0,24
Ф12 Личная ценность (принадлежность) будущего		-0,27	

Приведены только коэффициенты корреляции Спирмена, удовлетворяющие критерию статистической значимости ($p \leq 0,05$). Факторы 16PF: O+ – Склонность к чувству вины; Q4+ – Внутренняя напряженность; F2 – Тревога.

Дифференцированность (прошлого, настоящего, будущего) – показатель, определяемый по значению стандартного отклонения. Данный показатель измеряет, насколько личность дифференцированно переживает события, то есть сложно и многомерно, разнообразно. Поскольку переживание – это характеристика сознания, большая дифференцированность является положительным показателем, так как отражает высокую степень осознанности и разносторонности чувств. Низкая дифференцированность – показатель безраздельного, сугубо аффективного, однобокого переживания событий.

Сравнительный анализ показателей опросника Р.Кеттелла у студентов вуза и клиентов центра занятости по критерию U-Манна-Уитни показал, что последние имеют достоверные, на высоком уровне значимости ($p = 0,001$) отличия по факторам С– (Эмоциональная неустойчивость), L+ (Подозрительность), O+ (склонность к чувству вины), Q 4 + (Внутренняя напряженность) и вторичному фактору F2 «Тревога». Эти результаты нашего исследования подтверждают теоретические представления целого ряда авторов (Г.Селье, Л.Пельцмана, А.К.Осницкого, Н.А.Аминова, М.К.Кабардова и

др.) о том, что событие потери работы является кризисным и вызывает у личности бурные конфликтные реакции.

Клиенты Центра занятости населения переживают кризисное событие, находясь на первой стадии стресса (по Г.Селье, Л.Пельцману), поэтому резко повышается тревога, являющаяся активационной силой, мобилизующей защитные силы. Потеря работы чаще всего непредсказуема. В этот кризисный момент клиентам ЦЗН приходится произвести существенную внутреннюю работу, например переориентировать цели [Нюттен, 2001], переструктурировать систему ценностей и самооценку [Субботина, 2006], а в крайних случаях может произойти потеря смысла жизни [Осницкий и др., 1999]. Такая работа переживания не может не отражаться на общей эмоциональной оценке (фактор С), приводит к чувству вины (фактор О+), которое активирует чуть ли не весь комплекс МПЗ, таких как регрессия, замещение, проекция, реактивные образования, компенсация).

Сравнение динамики МПЗ клиентов Центра занятости населения и студентов вуза показало следующие различия: 1) более высокие показатели напряженности МПЗ – регрессии и замещения – у студентов вуза; 2) более высокие показатели напряженности отрицания – у клиентов ЦЗН.

Кроме того, у студентов МПЗ наблюдается меньше пиков, что соответствует большей стабильности. Данное явление, во-первых, может быть следствием нарастающей ригидности личности, что не раз отмечалось исследователями МПЗ [Субботина, 2006; Пахно, 2004]. Во-вторых, не менее важен и тот факт, что при обращении к корреляционному анализу обнаруживается существенно меньше значимых связей МПЗ у клиентов центра занятости в отличие от студентов вуза. По-видимому, можно говорить о некоторой тенденции к примитивности механизмов психологической защиты, но не о единственно возможном исходе поведения.

Все выявленные различия (более высокие показатели МПЗ регрессии и замещения у студентов вуза и более низкие показатели МПЗ отрицания у клиентов ЦЗН) имеют высокий уровень статистической достоверности при сравнении по критерию Манна–Уитни ($p < 0,01$ и $p < 0,001$ соответственно). Это, на наш взгляд, объясняется тем, что, во-первых, с возрастом растет репертуар освоенных средств саморегуляции [Осницкий и др., 1999], во-вторых, снижается ценность регрессивных и инфантильных форм реагирования, так как использование последних подвергается критике социума.

Сравнение динамики свойств переживания событий клиентами центра занятости и студентами

Найдены различия в факторе Глобальная аффективная оценка настоящего по критерию Манна–Уитни на уровне $p = 0,035$, у студентов этот показатель выше. По фактору Активность настоящего найдены различия на уровне $p = 0,001$. Данный показатель выше у клиентов ЦЗН. Таким образом, в свойствах переживания событий студентов вуза и клиентов ЦЗН имеются малые, не кардинальные различия.

В ходе корреляционного анализа механизмов психологической защиты и свойств и характеристик переживания событий были выявлены следующие основные, повторяющиеся факты.

Механизмы психологической защиты регрессия и замещение образуют исключительно отрицательные связи с характеристиками и свойствами переживания событий. МПЗ компенсация, отрицание, рационализация имеют только положительные связи, на разных выборках испытуемых. Остальные МПЗ образуют зависимости различного характера.

Наблюдается повторение выявленных закономерностей для характеристик переживания событий любой модальности (прошлого, настоящего, будущего); наличие одного и того же направления связи между конкретными МПЗ и характеристиками и свойствами переживания событий как у студентов, так и у клиентов ЦЗН; проявление феномена как на уровне характеристик, так и на уровне свойств переживания событий.

Количество и теснота связей в кризисной ситуации (клиенты центра занятости) выше, чем в стабильной (студенты вуза).

Установлены следующие эмпирические факты:

- нет кардинальных различий в факторах переживания событий у студентов и клиентов ЦЗН, напряженность МПЗ клиентов ЦЗН даже ниже по регрессии и замещению;
- есть существенная разница, выражающаяся в увеличении количества значимых связей между МПЗ и свойствами (факторами) и характеристиками (шкалами) переживания событий у клиентов ЦЗН в отличие от студентов. Клиенты ЦЗН имеют существенные различия по фактору F2 «Тревога» – можно утверждать, что психологическая защита участвует в регуляции переживания при кризисном событии потери работы, являясь деятельностным компонентом переживания событий;
- характер регуляции каждого МПЗ и психологической защиты в целом носит неоднозначный характер. Знак зависимости отражает направленность регуляционного характера каждого МПЗ.

По результатам анализа данных исследования мы предлагаем разделять типологически психологическую защиту (на уровне механизмов) по критерию функций в регуляции переживания событий:

1) оборонительные (отгораживающие). Механизмы психологической защиты, наиболее эффективно поддерживающие переживание – созерцание событий на позитивном уровне. Имеют корреляционные связи с характеристиками и свойствами переживания событий прямого характера. Сюда можно отнести: компенсацию, отрицание, рационализацию;

2) экстренные. Механизмы психологической защиты, активизирующиеся и действующие в ситуации безысходности, когда переживание события смещается к негативному полюсу. Сюда относятся: МПЗ регрессия и замещение, имеющие с каждой модальностью переживания событий исключительно отрицательные

взаимосвязи. Стоит особо отметить, что данные показателей МПЗ обнаружили одинаково значимые связи с такими факторами методики Кеттелла, как F2 – «Личностная тревожность» ($r = 0,56$; $p = 0,000$ и $r = 0,59$; $p = 0,000$); C – «Эмоциональная неустойчивость» ($r = -0,47$, $p = 0,000$ и $r = 0,51$; $p = 0,000$); G – «Беспринципность» ($r = -0,35$, $p = 0,0018$ и $r = -0,37$, $p = 0,0009$); Q3 – «Недостаток самоконтроля, индифферентность» ($r = -0,26$, $p = 0,0216$ и $-r = 0,2513$, $p = 0,0274$); Q4+ – «Внутренняя напряженность» ($r = 0,43$, $p = 0,0000$ и $r = 0,45$, $p = 0,0000$); O+ – «Склонность к чувству вины» ($r = 0,53$, $p = 0,0000$ и $r = 0,51$, $p = 0,0000$), что отчетливо подтверждает их функцию;

3) полифункциональные. Механизмы психологической защиты, имеющие статус гибкой, разнонаправленной активизации. Сюда мы относим МПЗ, образующие связи различного (по знаку) характера: вытеснение, реактивные образования, проекция.

Специфические формы переживания при кризисном событии

Согласно нашей гипотезе, переживание-созерцание событий прошлого, настоящего, будущего может выступать значимой характеристикой при анализе формы преодоления личностью кризисных жизненных ситуаций. Другими словами, каждая форма переживания-деятельности должна обладать специфическими именно для нее атрибутами по методике ШВУ, то есть переживанием-созерцанием. Поэтому на заключительном этапе исследования мы поставили цель, во-первых, выяснить специфические формы переживания, характеризующие человека при кризисном событии. Во-вторых, необходимо было выяснить, существуют ли связи данных форм переживания-деятельности с характеристиками и свойствами переживания-созерцания событий прошлого, настоящего, будущего.

С этой целью был проведен факторный анализ показателей МПЗ клиентов ЦЗН. Далее был проведен корреляционный анализ (по Спирмену) показателей МПЗ и характеристик и свойств переживания-созерцания событий. Это позволило перейти от анализа отдельных защитных механизмов к изучению форм переживания личностью кризисного события потери работы, а также выяснить их специфические признаки. Каждой форме мы присвоили название по ведущему МПЗ (критерий – наибольший факторный вес) в структуре фактора. Факторный и корреляционный анализ показали, что при кризисном событии выявленные функциональные типы МПЗ образуют следующую триаду форм защитного поведения и характерных для них переживаний.

1. Регрессивная. Образована МПЗ регрессия, замещение, вытеснение. Связана с негативным переживанием настоящего на уровне характеристик: скучное ($r = 0,33$, $p \leq 0,01$), темное ($r = 0,42$, $p \leq 0,001$), тяжелое ($r = 0,22$, $p \leq 0,05$), закрытое ($r = 0,28$, $p \leq 0,01$); и переживанием будущего: пустое ($r = 0,28$, $p \leq 0,01$), угрожающее ($r = 0,34$, $p \leq 0,001$), холодное ($r = 0,45$, $p \leq 0,001$), скучное ($r = 0,40$, $p \leq 0,001$), темное ($r = 0,23$, $p \leq 0,05$), тяжелое ($r = 0,38$, $p \leq 0,01$), отдаленное ($r = 0,30$, $p \leq 0,01$), неизменное ($r = 0,21$, $p \leq 0,05$); а также на уровне негативных полюсов свойств: Глобальная аффективная оценка настоящего ($r = -0,32$, $p \leq 0,01$), Личная ценность

(принадлежность) будущего ($r = -0,39, p \leq 0,01$). Доминирование эмоционального фактора.

2. Отрицающая. Образована МПЗ оборонительного типа – отрицание и компенсация. Переживания – в положительных тонах. Прошлое на уровне характеристик атрибутируется как: приятное ($r = 0,45, p \leq 0,001$), полное ($r = 0,38, p \leq 0,01$), привлекательное ($r = 0,59, p \leq 0,000$), прекрасное ($r = 0,40, p \leq 0,001$), интересное ($r = 0,31, p \leq 0,01$), светлое ($r = 0,37, p \leq 0,01$); настоящее: Прекрасное ($r = 0,43, p \leq 0,001$), завершённое (успешное) ($r = 0,38, p \leq 0,01$), полное надежд ($r = 0,36, p \leq 0,01$), стремительное ($r = 0,30, p \leq 0,01$), краткое ($r = 0,42, p \leq 0,001$), открытое ($r = 0,32, p \leq 0,01$), знакомое ($r = 0,30, p \leq 0,01$); будущее: приятное ($r = 0,63, p \leq 0,000$), полное ($r = 0,51, p \leq 0,000$), прекрасное ($r = 0,57, p \leq 0,000$), теплое ($r = 0,32, p \leq 0,01$), завершённое (успешное) ($r = 0,45, p \leq 0,001$), светлое ($r = 0,56, p \leq 0,000$), полное надежд ($r = 0,57, p \leq 0,000$), легкое ($r = 0,32, p \leq 0,000$), важное ($r = 0,44, p \leq 0,001$); на уровне полюсов свойств: Глобальная аффективная оценка прошлого ($r = 0,42, p \leq 0,001$), Активность (динамика) настоящего ($r = 0,37, p \leq 0,01$), Глобальная аффективная оценка Будущего ($r = 0,61, p \leq 0,000$), Перспектива настоящего ($r = -0,40, p \leq 0,001$). Доминирующая роль эмоционально-экспрессивного фактора.

3. Рационализирующая. Образована реактивными образованиями, проекцией, рационализацией. Преимущественно связана с положительными переживаниями прошлого на уровне характеристик: легкое ($r = 0,31, p \leq 0,01$), мое личное ($r = 0,41, p \leq 0,001$), постоянно меняющееся ($r = 0,33, p \leq 0,01$), полное надежд ($r = 0,24, p \leq 0,05$), стремительное ($r = 0,25, p \leq 0,05$); на уровне свойств относительно прошлого: Глобальная аффективная оценка прошлого ($r = 0,21, p \leq 0,05$), Динамика прошлого ($r = 0,36, p \leq 0,01$); с негативными переживаниями относительно будущего: пассивное ожидание ($r = 0,32, p \leq 0,01$), скучное ($r = 0,28, p \leq 0,05$), неважное ($r = 0,27, p \leq 0,05$), незнакомое ($r = 0,24, p \leq 0,05$). Здесь явно выступает доминирующая роль гностических процессов.

Как видно из описания, каждый фактор образован главным образом либо оборонительными, либо экстренными механизмами психологической защиты и дополнен одним из полифункциональных МПЗ. Каждый фактор имеет уникальную вариативность зависимостей с характеристиками и свойствами переживания событий. Данные переживания-созерцания являются характерными сигналами, по ним можно судить о типе преодоления личности кризисной ситуации.

Заключение

В целом данное исследование подтверждает значимость типологического подхода при исследовании как процессов коммуникации, так и познавательной сферы личности, индивидуальности. На основании выделенных в исследовании форм переживания событий нами разработана программа реабилитации безработных «Тренинг субъектного роста».

Результаты проведенного исследования подтвердили выдвинутые гипотезы и

позволили сформулировать следующие выводы.

1. Взаимосвязи психологической защиты с одной стороны и характеристик переживания событий – с другой опосредуются двумя формами переживания – созерцания и деятельности.

2. Механизмы психологической защиты при потере работы разделяются по критерию функций в регуляции переживания событий:

а) оборонительные. Механизмы психологической защиты, наиболее эффективно поддерживающие переживание – созерцание события на позитивном уровне;

б) экстренные. Механизмы психологической защиты, активизирующиеся и действующие в ситуации безысходности, когда переживание события смещается к негативному полюсу;

в) полифункциональные. Механизмы психологической защиты, имеющие статус гибкой, разнонаправленной активизации.

3. При потере работы типы механизмов психологической защиты образуют три формы переживания: регрессивную, гиперкомпенсаторную, отрицающую. Каждая форма образована свойственными именно ей переживаниями, которые могут выступать характеристикой типа преодоления личностью последствий события – потери работы.

4. Выявляются характерные признаки кризисного события и особенности психологической защиты личности в стабильных и кризисных ситуациях.

Литература

Абульханова К.А., Березина Т.Н. Время личности и время жизни. СПб.: Алетейя, 2001.

Аминов Н.А. Психические состояния, вызываемые однообразной работой, и свойства нервной системы: автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 1975.

Аминов Н.А., Кабардов М.К., Жамбеева З.З. Дифференциальный подход к исследованию механизмов распознавания эмоциональных состояний и их осознания // Нейропсихология и психофизиология индивидуальных различий: монография. М.; Белгород: Поли-Терра, 2007. Вып. 2. С. 226–246.

Бассин Ф.В., Бурлакова М.К., Волков В.Н. Проблема психологической защиты // Психол. журн. 1988. Т. 9. N 3. С. 79–86.

Белова Д.Е. Смысловое будущее в контексте профессионального самоопределения студентов-психологов: дис. ... канд. психол. наук. Екатеринбург, 2004.

Василевская К.Н. Индивидуально-типологические особенности автобиографической памяти: автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2008.

Василюк Ф.Е. Психология переживания. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984.

Вассерман Л.И., Ерышев О.Ф., Клубова Е.Б. Психологическая диагностика индекса жизненного стиля. Спб.: Изд-во НИПНИ им. В.М.Бехтерева, 2005.

Выготский Л.С. Психология развития человека. М.: Смысл: Эксмо, 2004.

Галактионова А.В. Восприятие и переживание времени в структуре внутренней картины болезни пациентов с инфарктом миокарда [Электронный ресурс] // Материалы докл. XIV Междунар. конф. студентов, аспирантов и молодых ученых «Ломоносов – 2007» / отв. ред. И.А.Алешковский, П.Н.Костылев. М.: Изд. центр фак. журналистики МГУ им. М.В.Ломоносова, 2007. URL: http://lomonosov-msu.ru/archive/Lomonosov_2007/index.htm (дата обращения 12.10.2010).

Гусев С.А. Факторная структура переживания событий // Психология. Журн. Высш. шк. экономики. 2010. Т. 7. N 1. С. 104–113.

Духновский С.В. Переживание дисгармонии межличностных отношений: монография. Курган: Изд-во Курган. гос. ун-та, 2005.

Забродин Ю.М. Психология личности и управление человеческими ресурсами. М.: Финстатинформ, 2002.

Зоткин Н.В. Деятельностный подход к феномену психологической защиты [Электронный ресурс] // Изв. Самар. науч. центра РАН. Вып.: Актуальные проблемы психологии. 2006. N 4. URL: www.psycheya.ru/lib/deyatelnii_podhod.pdf (дата обращения 12.10.2010).

Леана К., Фельдман Д. Как справиться с потерей работы. М.: Нива России, 1995.

Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. 2-е изд., стер. М.: Смысл: Академия, 2005.

Москвин В.А, Кабардов М.К., Москвина Н.В., Гейман Ю.П. Функциональные асимметрии и особенности временной перцепции у лиц с химической аддикцией (на примере наркозависимых) // Материалы междунар. конф. «Развитие научного наследия Бориса Михайловича Теплова в отечественной и мировой науке (к 110-летию со дня рождения)», Москва, 15–16 ноября 2006 г. М.: Твердислов, 2006. С. 208–214.

Насиновская Е.Е. Вопросы мотивации личности с позиций деятельностного подхода [Электронный ресурс] // Психология в вузе. 2003. N 1–2. С. 216–226. URL: <http://anleontiev.smysl.ru/vospomin/nasinov.htm> (дата обращения 12.10.2010).

Нуркова В.В. Свершенное продолжается: Психология автобиографической памяти личности. М.: Изд-во УРАО, 2000.

Нюттен Ж. Мотивация, действие и перспектива будущего: пер. с англ. М.: Смысл, 2004. Пер. изд.: Nuttin J.: 1) Motivation, planning, and action: a relational theory of behavior dynamics. Leuven: Leuven University Press; Hillsdale: Erlbaum, 1984; 2) Future time perspective and motivation. Leuven: Leuven University Press; Hillsdale: Erlbaum, 1985.

Осницкий А.К., Чуйкова Т.С. Саморегуляция активности субъекта в ситуации потери работы // Вопр. психол. N 1. 1999. С. 92.

Пахно И.В. Переживание времени в кризисных ситуациях: дис. ... канд. психол. наук: Хабаровск, 2004.

Пельцман Л. Стрессовые состояния у людей, потерявших работу // Психол. журн. 1992. Т. 13.1. С. 126–130.

Полетаева А.В. Психологические механизмы переживания жизненного события, имеющего травматический характер: дис. ... канд. психол. наук: Кемерово, 2005.

Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2000.

Серый А.В. Психологические механизмы функционирования системы личностных смыслов у студентов вуза в процессе обучения: дис. ... д-ра психол. наук. Кемерово, 2005.

Селье Г. Очерки об адапционном синдроме: пер. с англ. М.: Медгиз, 1960. Пер. изд.: Selye H. The Story of the Adaptation Syndrome. Montreal, Canada: Acta Inc. Med. Pub., 1952.

Скиба Н.В. Психологическая защита как средство личностного развития подростков: дис. ... канд. психол. наук. Курск, 2006.

Соколова Е.Т. Самосознание и самооценка при аномалиях личности. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1989.

Соловова Н.А. Выраженность механизмов психологической защиты как предиктор успешности реабилитации наркозависимых // Изв. Рос. гос. пед. ун-та им. А.И.Герцена. 2009. N 113. С. 291–297.

Субботина Л.Ю. Структурно-функциональная организация психологической защиты личности: дис. ... д-ра психол. наук. Ярославль, 2006

Теплов Б.М. Проблемы индивидуальных различий. М.: Изд-во Акад. наук РСФСР, 1961.

Трубицина Л.В. Переживание травмирующего события как проблема психологии личности: дис. ... канд. психол. наук. М., 2005.

Фахрутдинова Л.Р. Психология переживания человека. Казань: Изд-во КГТУ, 2008. С. 603.

Чумакова Е.В. Психологическая защита личности в системе детско-родительского взаимодействия: дис. ... канд. психол. наук. СПб., 1998.

Шмакова С.С. Временная транспектива личности в контексте ее направленности // Вестник МГОУ. Серия: Психологические науки. 2007. N 3. С. 32–40.

Banicki K. Defence Mechanisms: Modern Conceptualization and Measurement: diss. ... mast. art. ps. Kracow, 2007.

Kramer U. Coping and defence mechanisms: What's the difference? Second act // Psychol. Psychother. 2009. Vol. 83, Issue 2. P. 207–221. doi: 10.1348/147608309X475989

Поступила в редакцию 4 октября 2010 г. Дата публикации: 30 декабря 2010 г.

[Сведения об авторах](#)

Кабардов Мухамед Каншобиевич. Доктор психологических наук, профессор, заместитель директора, заведующий лабораторией дифференциальной психологии и психофизиологии, Психологический институт Российской академии образования, ул. Моховая, д. 9, стр. 4, Москва, Россия.
E-mail: kabardov@mail.ru

Аминов Николай Александрович. Кандидат психологических наук, ведущий научный сотрудник лаборатории дифференциальной психологии и психофизиологии, Психологический институт Российской академии образования, ул. Моховая, д. 9, стр. 4, Москва, Россия.

Гусев Сергей Алексеевич. Аспирант, преподаватель психологии, Московский государственный областной гуманитарный институт; психолог-консультант, клиника «Ормедикл», Московская область, 142600 Орехово-Зуево, ул. Набережная, д. 10А.
E-mail: xcreativ@gmail.com

[Ссылка для цитирования](#)

Кабардов М.К., Аминов Н.А., Гусев С.А. Исследование специфики переживания события потери работы [Электронный ресурс] // Психологические исследования: электрон. науч. журн. 2010. N 6(14). URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: чч.мм.гггг). 0421000116/0057.

[Последние цифры – номер госрегистрации статьи в реестре ФГУП НТЦ "Информрегистр".]

[К началу страницы >>](#)