

наглядное моделирование, все те активные виды деятельности, которые свойственны этому возрасту – сюжетно-ролевая игра, продуктивная деятельность (рисование, лепка и т.д.), носят моделирующий характер, т.е. во всех этих видах деятельности дети не просто «символизируют» ситуации или события, они создают наглядные модели тех или иных событий, отношений, ситуаций [8, с. 222].

Таким образом, мы видим, что благодаря арт-терапии ребёнок в привычной для себя игровой атмосфере получает возможность экологичного осуществления коррекции возникших нарушений в развитии. Являясь достаточно эффективным способом избавления от негативных эмоциональных переживаний, от внутренних конфликтов, арт-терапия также способствует повышению самооценки и личностного роста ребёнка.

ЛИТЕРАТУРА

1. Киселева М. В. Арт-терапия в практической психологии и социальной работе / М. В. Киселева. – Речь, 2007. – 336 с.
2. Колягина В. Г. Арт-терапия и арт-педагогика для дошкольников : Учебное методическое пособие / В. Г. Колягина. – М. : Прометей, 2016. – 164 с.
3. Копытин А. И. Арт-терапия для детей и подростков / Л. И. Копытин, Е. Е. Свистовская. – М. : Когито – Центр, 2014. – 197 с.
4. Копытин А. И. Практикум по арт-терапии / А. И. Копытин. – СПб. : Питер, 2001. – 448 с.
5. Лебедева Л. Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий / Л. Д. Лебедева. – СПб. : Речь, 2003. – 256 с.
6. Мусийчук М. В. Психологические функции арт-терапии как средства профилактики эмоционального выгорания менеджеров / М. В. Мусийчук, М. С. Киба // Мир науки. – 2015. – № 3. – С. 4.
7. Семёнов В. Е. Социально-психологический подход к воздействию искусства / В. Е. Семёнов // Вопросы психологии. – 1994. – № 1. – С. 117-122.
8. Смирнова Е. О. Детская психология : Учебник для вузов. 3-е изд., перераб. / Е. О. Смирнова. – СПб. : Питер, 2009. – 304 с.
9. Поддяков Н. Н. Новый подход к развитию творчества у дошкольников / Н. Н. Поддяков // Вопросы психологии. – 1990. – № 1. – С. 16-19.
10. Тарарина Е. Практикум по арт-терапии: шкатулка мастера. Научно-методическое пособие / Е. Тарарина. – Луганск : Элтон-2. – 160 с.

АННОТАЦИЯ

Ковалевская А. П. Арт-терапия в развитии личности ребёнка.

В данной статье демонстрируется значимая роль арт-терапевтического направления в развитии личности ребёнка в дошкольном возрасте. В статье раскрываются основные преимущества использования именно данного психологического направления в работе с детьми. Автор обращает внимание на непосредственную связь эмоций с творческим процессом.

Ключевые слова: арт-терапия, эмоциональная сфера, творчество, катарсис.

SUMMARY

Kovalevskaya Alla. Art therapy in the development of the child's personality.

This article demonstrates the significant role of the art therapy direction in the development of the child's personality in the preschool age. The article reveals the main advantages of using this psychological direction in working with children. The author draws attention to the direct connection of emotions with the creative process.

Key words: art therapy, emotional sphere, creativity, catharsis.

*Кондрашова Марина Вячеславовна,
г. Горловка, ДНР*

УДК 159.9

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ СТУДЕНТОВ В ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ СИТУАЦИИ

Непрекращающийся пятый год военный конфликт на Донбассе наталкивает на большее понимание и осмысление тех психических состояний, с которыми приходится сталкиваться населению, вынужденному находиться в данной ситуации, продолжать жить, работать, развиваться, учиться, взаимодействовать друг с другом. Несомненно, тот временной отрезок с момента начала первых обстрелов до сегодня, характеризующийся то периодическими обострениями, то периодами условного затишья, не мог не оставить свой отпечаток на восприятии, эмоциональном состоянии каждого жителя Донбасса. Психологическое время личности, входящее в структуру самосознания и позволяющее мыслить о себе в трех ипостасях: индивидуальном прошлом, настоящем и будущем, является ценной характеристикой в раскрытии метаморфоз, происходящих с человеком, проживающим в условиях экстремальной

ситуации, а также является важнейшим позитивным образованием самосознания развивающейся личности. Без психологической подготовки у людей появляется неконтролируемое чувство страха, которому сопутствуют шок, оцепенение мышц, а также желание сиюминутно покинуть опасную зону. И именно в этом контексте психологическая подготовка людей является первоочередной задачей при регуляции психического состояния.

В разных этнокультурных наследиях сформировалось схожее понимание безопасности, где единым ориентиром выступают чувства и переживания человека, которые связаны с его положением в настоящем моменте и перспективами в будущем. Защищенность жизненно важных интересов личности, общества, государства от внутренних и внешних угроз определяют понятием «безопасность». Психологическую безопасность личности можно описать следующими свойствами: интегративность, многомерность, сложность, эмоциональная окраска, ситуативность, единство переживания и деятельности, целостность и осознаваемость. Таким образом, то состояние защищенности, которое обеспечивает целостность личности как социального субъекта при информационном взаимодействии с окружением, будем называть психологической безопасностью личностью. Психологическая безопасность личности – это состояние защищенности личности, обеспечивающее ее целостность как активного социального субъекта и возможности развития в условиях информационного взаимодействия с окружающей средой [2, с. 198]. Особую важность проблема психологической безопасности приобретает в условиях возникновения экстремальной ситуации.

Далее, рассмотрим подробно категорию «экстремальная ситуация». На сегодня нет единого определения экстремальной ситуации. В. Д. Небылицын одним из первых в отечественной психологии раскрыл это понятие. По его мнению, значения элементов ситуации, которые ощущаются и переживаются человеком как источник дискомфорта, следует считать экстремальными условиями. Он предлагает разделять факторы на внешние и внутренние. Основными характеристиками, определяющими внешние факторы, выступают: определенный вид воздействия – его содержательные, специфические особенности; продолжительность воздействия; интенсивность; объективная трудность работы или достижения цели; ограниченность времени достижения цели; дефицит информации или неопределенность возможных исходов; физические, климатические, гигиенические и другие экологические факторы, препятствующие деятельности.

К внутренним факторам относятся: субъективная значимость воздействий; особенности предшествующего опыта деятельности в

определенных условиях; уровень развития неспецифической (но в то же время индивидуальной) и специфической адаптации – состояние здоровья, выносливости, тренированности и степени развития навыков и умений действовать в данных условиях; индивидуальные особенности человека – индивидуальная выносливость и диапазон функциональных возможностей отдельных систем; степень готовности к деятельности в данных условиях; отношение к деятельности, мотивы и степень стремления к достижению цели, волевые качества личности.

М. Ш. Магомед-Эминовым определена экстремальность как вектор специфических условий жизнедеятельности, имеющих ситуативный, преходящий и временной характер. Экстремальную ситуацию можно охарактеризовать как разрушающую целостность жизненного мира человека; являющуюся новой реальностью и принципиально отличающуюся от повседневных условий для человека; выдвигающую перед человеком проблему экзистенциальной дилеммы жизни и смерти и влияющую на картину мира личности; трансформирующую личность с возможной фрагментацией самоидентичности; затрудняющую реализацию прогноза дальнейших событий и понимание происходящих событий; ограничивающую самореализацию личности и затрудняющую возможности удовлетворения потребностей; детерминирующую работу по поиску смысла происходящего и, наконец, сопровождающую появление триады «расстройство – адаптация – рост».

Как было определено ранее, «у молодежи отношение к экстремизму и подверженность экстремистским настроениям непосредственно связаны с формированием идентичности. Формирование негативной идентичности в молодом возрасте влечет за собой отрицание социально значимых ценностей, проявления агрессии, жестокости, нетерпимости к мнениям других людей, категоричности суждений, конфронтации с теми, кто воспринимается как «чужие». Размытая социальная и личностная идентичность приводит к конформности, неопределенности ценностных ориентиров, нравственных представлений, неразличению границ социально-нормативного и противоправного поведения. Что создает предпосылки для принятия экстремистских идей, вовлечения в различного рода экстремистские группировки» [3, с. 80].

Важнейшим качеством личности для осуществления сопротивления в нестабильных условиях является устойчивость к различным кризисным ситуациям. Л. В. Куликовым определена психологическая устойчивость как качество личности, отдельными аспектами которого являются стойкость, уравновешенность и

сопротивляемость. Это то качество, которое позволяет личности противостоять экзистенциальным проблемам, неблагоприятному давлению обстоятельств, сохранять здоровье и работоспособность в различных испытаниях.

Теперь возникает необходимость интерпретации психических состояний, которые возникают, прежде всего, в экстремальных ситуациях. Психические состояния изучались многими психологами-исследователями, как отечественными, так и зарубежными. Но, тем не менее, большое количество феноменов остается неясным, например, влияние личностных потенциалов на регуляцию психических состояний. Анализируя информацию относительно определения, состава, классификации, функций психических состояний, можем прийти к выводу о значимости проблемы психических состояний. Понятие «психическое состояние» в статус психологической категории впервые введено Н. Д. Левитовым, который полагал, что решение данной проблемы восполняет пробел – разрыв между учением о психических процессах и психических свойствах личности. Ю. Е. Сосновикова акцентировала внимание на исследовании конкретных интегральных проявлений психики через психические состояния. Следует учитывать тот факт, что совокупность факторов, которые приводят к психической напряженности, могут оказывать как положительное, мобилизующее влияние на человека, так и отрицательное, дезорганизирующее воздействие. Поэтому возникает необходимость рассматривать ресурсное состояние в экстремальных ситуациях, которое имеет мобилизующее, консолидирующее значение и приводит к положительным изменениям в эмоциональной, познавательной и поведенческой сфере личности.

Агрессивные факторы, воздействуя на человека, запускают систему саморегуляции посредством психических механизмов, направленную на его защиту и адаптацию к внешним условиям среды. Говоря о психической саморегуляции, подразумеваются сознательные и бессознательные механизмы в комплексе, которые обеспечивают приспособление к предметному и социальному миру. Те поведенческие стратегии, которые человек задействует для разрешения экстремальной ситуации, в ситуациях психологической угрозы, в условиях приспособления к болезни как угрозе, физическому, личностному и социальному благополучию, называют копинг-стратегиями или механизмами совладания. Для рассмотрения содержательных компонентов индивидуальных личностных ресурсов необходимо использовать системный подход, который позволит изучать данные характеристики человека во взаимодействии с окружающей средой. Ведь только при таких обстоятельствах, в конкретных жизненных ситуациях, запускаются

механизмы, определяющие личностные ресурсы, которые являются системной интегральной характеристикой личности [4, с. 207].

Таким образом, можно сказать, что посредством способностей и личностных качеств происходит преобразование сложных экстремальных ситуаций. Их мы будем детерминировать как жизненные индивидуальные ресурсы личности, т.е. источник внутренних сил человека, благодаря которому он имеет возможность прожить стрессовые ситуации, справиться с трудностями, проблемами, наметить правильные жизненные ориентиры, учитывая внешнюю обстановку, добиться успеха и признания.

Проведя анализ различных теоретических подходов в понимании влияния ресурсов на психологическую безопасность студентов, мы предлагаем в дальнейшем эмпирическом исследовании индивидуальных ресурсов опираться на следующие критерии:

В исследовании личностной идентичности:

1. Согласованность / рассогласованность личностной идентичности.
2. Моральная устойчивость / неустойчивость.
3. Согласованность / рассогласованность ценностей на двух уровнях: на уровне нормативных идеалов и на уровне индивидуальных приоритетов.
4. Морально-этическая ответственность / безответственность.
5. Склонность к уважительному / пренебрежительному отношению к морально-этическим ценностям общества.

В исследовании индивидуальных ресурсов психологической безопасности студентов в экстремальной ситуации:

1. Личностные ресурсы:
 - ресурсы устойчивости;
 - мотивационные ресурсы;
 - ресурсы саморегуляции.
2. Социально-психологические ресурсы:
 - тип отношения к изменениям и нововведениям.

ЛИТЕРАТУРА

1. Баева И. А. Психология безопасности как основа анализа экстремальной ситуации / И. А. Баева // Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена. – Санкт-Петербург, 2012. – № 145. – С. 6-18.
2. Вербина Г. Г. Психологическая безопасность личности / Г. Г. Вербина // Вестник Чувашского университета. – Чебоксары, 2013. – № 4. – С. 196-202.
3. Кондрашова М. В. Психологический аспект позитивной личностной идентичности студенческой молодежи в экстремальных условиях / М. В. Кондрашова // Научная

скровищница образования Донетчины. – Донецк, 2018. – № 1. – С. 78-82.

4. Медведева Н. И. Психологические механизмы обеспечения безопасности личности в экстремальных условиях / Н. И. Медведева // Мир науки, культуры, образования. – Горно-Алтайск, 2016. – 3 (58). – С. 206-207.

АННОТАЦИЯ

Кондрашова М. В. Индивидуальные ресурсы психологической безопасности студентов в экстремальной ситуации.

В статье проведён теоретический анализ проблемы психологической безопасности в контексте экстремальной ситуации. Определены индивидуальные ресурсы личности, которые будут рассмотрены в дальнейшем эмпирическом исследовании.

Ключевые слова: личностные ресурсы, психологическая безопасность, социально-психологические ресурсы, экстремальная ситуация.

SUMMARY

Kondrashova Marina. Individual resources of students' psychological safety in an extreme situation.

The article presents a theoretical analysis of the problem of psychological safety in the context of an extreme situation. There have been identified individual resources of the personality, which will be considered in further empirical research.

Key words: resources of the personality, psychological safety, socio-psychological resources, extreme situation.

*Максименко Елена Георгиевна,
г. Донецк, ДНР*

УДК 159.923.2

ГЛУБИННАЯ ПСИХОКОРРЕКЦИЯ ПСИХОСОМАТИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

В научной литературе существуют различные варианты понимания природы психосоматических заболеваний. Согласно определению А. Менегетти, «здоровье – это свободное течение энергии, которая, проходя через множество различных частей, сходится в единой точке, интегрируется в единое целое. Когда одна из точек многообразия перестает быть точкой приема и передачи энергетического или жизненного импульса, индивид испытывает страдание, боль» [4, с. 18]. А. Менегетти подчеркивает

приоритет чистой динамики психического над вещественной динамикой биологического: «Психический мир – это динамическая реальность, которая управляет любой человеческой органикой в ее волюнтаристском, биодинамическом, химическом и материальном аспектах. Без психики жить невозможно, она первична по отношению к биологическому...» [там же, с. 17].

Источником психосоматического заболевания А. Менегетти [4] определяет семью, являющуюся основной организационной единицей жизни, первосхемой, своеобразным «чипом», встроенным в психику ребенка в первые шесть лет жизни и «идентифицирующим формы передачи коммуникации» [там же, с. 230]. Онтогенез человека А. Менегетти сравнивает с процессом деления клетки, в котором в течение определенного периода существует два центра или полюса: «С рождения ... все люди питаются от диады и сосуществуют с ней» [там же]. Разделение происходит в момент полной зрелости, что обеспечивает дальнейшее независимое развитие. Если первосхема «больна», питание не обеспечивает достаточного уровня зрелости и диадические отношения не разрываются на клеточном и химическом уровне. Физический отрыв вносит дисбаланс в систему «индивид – семья (мать)», нарушающий способность к самостоятельному движению. Базовая матрица диадических отношений, идентифицированная индивидом, срабатывает как механизм принудительного влечения к повторению. «Субъект не находит новые решения, а повторяет старые» [4, с. 235]. Решение проблемы «питания» с помощью болезни в детстве приводит к появлению в старшем возрасте психосоматического (невротического, аддиктивного) заболевания для решения проблемы получения от общества необходимого «питания».

В. Райх [7] также связывает появление психосоматических расстройств с особенностями раннего воспитания, отмечая важность разработки воспитательных условий, способных обеспечить гармонию «вегетативной живости и общительности». «Страх перед наказанием за сексуальные манипуляции, пережитый больным в детстве, закрепился в хронической форме как страх перед удовольствием» [там же, с. 270]. Торможение удовольствия превращает последнее в неудовольствие. Мышечные зажимы, участвующие в акте торможения, свидетельствуют о нарушении и застое вегетативной (психической) энергии, основной функцией которой есть обеспечение целостности психики. «С ощущением целостности связано ощущение непосредственного контакта с миром» [там же, с. 271]. В. Райх обращает внимание на связь психического и соматического, в которой внешнее (телесное) является формой латентно функционирующих психических содержаний, источником которых служит аффективная реакция индивида на