

ПРАВИТЕЛЬСТВО РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ» (СПбГУ)
Факультет психологии

Кафедра психологии кризисных и экстремальных ситуаций

Дипломная работа на тему:

***ВЗАИМОСВЯЗЬ ИДЕНТИЧНОСТИ И ПЕРЕЖИВАНИЯ СИТУАЦИЙ
ТРАВМАТИЧЕСКОГО ХАРАКТЕРА У СОТРУДНИКОВ ПОЛИЦИИ***

по специальности 37.05.01 – Клиническая психология

специализация: психология кризисных и экстремальных ситуаций

Рецензент
К пс.н., зам.нач. кафедры
педагогике
и соц.психологии,
«Санкт-Петербургский
университет МВД РФ»
А.М. Иванова
_____ (подпись)

Выполнил:
Студент 6 курса
дневного отделения
Д.И. Покатович
_____ (подпись)
Научный руководитель:
К.мед.н., доцент
С.П. Шклярчук
_____ (подпись)

Санкт-Петербург
2017

СОДЕРЖАНИЕ

Generating Table of Contents for Word Import ...

Аннотация

Для изучения взаимосвязи компонентов идентичности с особенностями переживания травматических ситуаций, способами совладания с ними, а также с разнообразием последствий травматического воздействия служебного и личностного характера (дезадаптация на соматическом, эмоциональном и поведенческом уровнях, признаки ПТСР), были обследованы 69 сотрудников полиции мужского пола в возрасте от 21 до 47 лет и стажем работы в МВД от 1 до 25 лет. Изучались: особенности развития центральных Я-функций в конструктивном, деструктивном и дефицитарном проявлениях (Психодинамически ориентированный личностный опросник (ПОЛО) «Ресурс» (В. А. Шаповал, Санкт-Петербургский университет МВД России)); признаки психической травматизации (Опросник травматического стресса (И.О. Котенев, Санкт-Петербургский университет МВД России)); базисные убеждения, сформированные на момент исследования (Методика исследования базисных убеждений личности (М. А. Падун, А. В. Котельникова); способы совладающего поведения (копинг-стратегии) (Опросник «Способы совладающего поведения» Лазаруса), уровень соматической дезадаптации («Шкала соматической адаптации» И.Н. Гурвич), объем и сформированность компонентов идентичности (Тест двадцати высказываний «Кто я?» (М.Кун, Т.Макпартленд; модификация Т.В. Румянцевой); особенности негативного влияния профессиональной деятельности, виды ситуаций травматического характера, наличия/отсутствия ресурсов, а также интенсивность переживаний и субъективных последствий произошедшего события (специально разработанная анкета «Оценка травматического опыта» (Тураносова В. В - старший психолог отделения по организации психологической работы 10 отдела ФГКУ УВО ГУ МВД России по СПб и ЛО)). Обработка данных производилась посредством сравнения средних с использованием критерия U-Манна-Уитни для независимых выборок и корреляционного анализа. Результаты: было выявлено, что на проявление травматизации и соматической дезадаптации оказывает влияние не сам факт наличия "травматического события", а субъективное его

переживание: пребывание в ситуации угрозы жизни и здоровью субъективно не воспринялось сотрудниками, как травматический опыт, в то время, как переживание тяжелых жизненных событий личностного характера вызвало травматизацию сотрудников в виде наличия признаков ПТСР и повышения показателей соматической дезадаптации. Также обнаружено, что объем и сформированность компонентов идентичности взаимосвязаны с переживанием и выраженностью последствий ситуаций травматического характера, с типом реагирования (копинг-стратегия) на них, а также с базисными убеждениями, сложившимися на момент исследования.

Annotation

Theme: Correlation between the identity and experience of traumatic situations among police officers

To study the relationship of identity components to traumatic experiences, ways of coping with them, as well as to the variety of consequences of traumatic influence of service and personal nature (disadaptation at the somatic, emotional and behavioral levels, signs of PTSD), 69 male police officers aged From 21 to 47 years old and work experience in the Ministry of Internal Affairs from 1 to 25 years. We studied: the features of the development of central I-functions in constructive, destructive and deficit manifestations (Psychodynamically oriented personal questionnaire (POLO) Resource (V.A. Shapoval, St. Petersburg University of the Ministry of Internal Affairs of Russia)); Signs of mental traumatization (Questionnaire of traumatic stress (I.O. Kotenev, St. Petersburg University of the Ministry of Internal Affairs of Russia)); Basic beliefs formed at the time of the study (Method for studying the basic beliefs of the individual (M.A. Padun, A.V. Kotelnikova), methods of coping behavior (coping strategy) (Questionnaire "Methods of coping behavior" Lazarus), the level of somatic disadaptation ("Scale of somatic adaptation" I. Gurvich), the volume and the formation of identity components (Test of twenty statements "Who am I?" (M.

Kun, T. McPartland, modification of T.V. Rumyantseva), features of negative influence of professional activity, types of situations Traumatic nature, presence / absence of resources, as well as the intensity of experiences and the subjective consequences of the event (specially developed questionnaire "Assessment of traumatic experience" (V.V. Turanosova - senior psychologist of the department for the organization of psychological work of the 10th Department of the FGKU of the Department of Internal Affairs of the Ministry of Internal Affairs of Russia for St. Petersburg and Leningrad Region). Data processing was performed by comparing the averages using the U-Mann-Whitney criterion for independent samples and correlation analysis. Results: it was revealed that the fact of traumatization and somatic disadaptation is influenced not by the fact of having a "traumatic event" but by his subjective experience: being in a situation of a life and health threat was subjectively not perceived by the staff as a traumatic experience, while the experience. Severe life events of a personal nature caused traumatization of employees in the form of signs of PTSD and an increase in the indicators of somatic disadaptation. It was also discovered that the volume and the formation of identity components are interrelated with the experience and severity of the consequences of traumatic situations, with the type of response (coping strategy) on them, as well as with the basic beliefs that developed at the time of the study.

Введение

Актуальность исследования. В современных условиях деятельность сотрудников полиции предъявляет все более и более жесткие требования к их

характерологическим качествам, к умению регулировать свое поведение, сдерживать чувства, контролировать настроение, считаясь с требованиями окружающей ситуации.

В то же время в их работе, как и в обществе в целом, существенно возрастает значение и распространенность травматических ситуаций экстремального характера, ведь сотрудники полиции все чаще стали вовлекаться в работу по предотвращению локальных конфликтов и по проведению контртеррористических операций. При этом с объективной точки зрения наиболее значимым стрессором, приводящим к личностной трансформации, является воздействие боевого стресса. На данном этапе развития психологической науки общеизвестным и неоспоримым является факт того, что даже кратковременное участие в боевых действиях оказывает сильное психотравмирующее воздействие на сотрудников полиции и несет за собой серьезные психологические последствия (Стрельникова Ю. Ю. 2005, Inger Öster 2011, Змановская Е. В., Новикова И.А. 2009). Кроме того, в настоящее время психологическое сопровождение в структуре МВД организовано в основном для лиц, переживших психотравмирующие события и определяется нормативными документами (приказы МВД России от 11.02.2010 № 80, от 10.01.2012 № 5, от 30.04.2004 № 273 (ред. от 02.09.2013), от 24.12.2008 № 1142 (с изменениями, внесенными приказом МВД России от 04.12.2012 № 1076). Мероприятия по психологическому сопровождению ориентированы на участников служебно-боевых, крупномасштабных операций, оперативно-служебных мероприятий, связанных с реальной опасностью для жизни и применивших оружие в местах постоянной дислокации (Тураносова В.В. 2015). Однако не стоит умалять значение различных стрессогенных факторов, являющихся особенностью несения службы в подразделениях полиции в обычных (мирных) условиях, которые также нередко препятствуют успешному несению службы.

Согласно результатам многочисленных научных работ российских и зарубежных исследователей, специфика деятельности полиции, как в России,

так и за рубежом, заключается в том, что реализация служебных задач нередко происходит в ситуациях с непредсказуемым исходом, сопряжена с повышенной ответственностью сотрудника за принятые им решения, необходимостью общаться с различным контингентом граждан, воздействием физических и психических перегрузок, требует от сотрудников решительных действий, способности пойти на риск и т.д. Эти факторы обычно заставляют психику сотрудника работать на максимальном пределе, «на износ», что в свою очередь неблагоприятно влияет на психическое здоровье и личность в целом (Антонова Н.А. 2009, Федотов А.Ю., Медведев И.Н. 2012, Zhen Wang. 2010, Serpil Aytaca. 2015).

Следует отметить, что существующие на данный момент нормативные документы учитывают не все категории сотрудников, оказавшихся в ситуациях травматического характера, которые подлежат медико-психологической реабилитации. Нередко, сотрудники полиции переживают травматические события, находятся в кризисных состояниях, связанных не только с профессиональной деятельностью, но и с ситуациями личного характера (утрата, развод, заболевание близкого и пр.), которые могут накладывать не меньший отпечаток на психическом и физическом состоянии сотрудников. Известно, что тип пережитой травматической ситуации менее важен в сравнении с ее тяжестью, а также индивидуальной восприимчивостью, уязвимостью [24].

Практическая значимость: Изучение наличия связей между личностью сотрудника и особенностями восприятия ситуаций травматического характера предоставляет возможность поиска личностных, глубинных структур, изменяющихся под неблагоприятным воздействием профессии, что может иметь значение для диагностики лиц, нуждающихся в оказании своевременной психологической помощи и поддержки. Это, в свою очередь, может быть полезным для процедуры совершенствования психологического сопровождения сотрудников полиции, находящихся под постоянным воздействием стрессогенных факторов, профилактики развития ПТСР,

прогнозирования и поддержания профессионально-психологического здоровья, а также организации и реализации форм и методов психологической работы (приказ МВД России от 10.01.2012 № 5), в том числе с сотрудниками, находящимися в кризисных ситуациях.

Цель исследования: анализ связей между компонентами идентичности сотрудника полиции и наличием/отсутствием, интенсивностью переживания, а также выраженностью признаков травматизации и дезадаптации впоследствии наличия или отсутствия опыта нахождения в ситуациях травматического характера.

Гипотезы:

1) объем и сформированность компонентов идентичности взаимосвязаны с переживанием и выраженностью последствий ситуаций травматического характера;

2) уровень сформированности компонентов идентичности связан с типом реагирования (копинг-стратегия) на ситуации травматического характера, а также с базисными убеждениями, сложившимися на момент исследования;

3) на проявления травматизации и соматической дезадаптации оказывает влияние не сам факт наличия "травматического события", а субъективное его переживание;

4) показатель личностной деструктивности и дефицитарности выше в группе сотрудников, столкнувшихся с травматической ситуацией служебного или личностного характера.

Задачи исследования:

1. Проанализировать психологические характеристики сотрудников полиции, особенности служебной деятельности, ситуации травматического характера, с которыми сотрудникам приходилось сталкиваться, а также признаки наличия переживаний травматического опыта;

2. Изучить особенности идентичности, базисных убеждений и личностный профиль сотрудников.
3. Проследить существование взаимосвязи идентичности и психической устойчивости к травматическим ситуациям у сотрудников полиции.
4. Исследовать стратегии совладания с травматическими ситуациями профессиональной и личностной направленности, уровень травматизации и соматической адаптации сотрудников.

Объект исследования: сотрудники полиции ФГКУ УВО ГУ МВД России по г. Санкт-Петербургу и ЛО.

Предмет исследования: глубинные, «ядерные» структуры личности (особенности самосознания и самоидентификации, базисные убеждения).

Методы исследования: Психодинамически ориентированный личностный опросник (ПОЛО) «Ресурс». (В. А. Шаповал Санкт-Петербургский университет МВД России), опросник травматического стресса И. О. Котенев (Санкт-Петербургский университет МВД России), методика исследования базисных убеждений личности (М. А. Падун, А. В. Котельникова), Опросник «Способы совладающего поведения» Лазаруса, Шкала соматической адаптации И.Н. Гурвич, Тест двадцати высказываний «Кто я?» (М.Кун, Т.Макпартленд; модификация Т.В. Румянцевой), анкета «Оценка травматического опыта» (Тураносова В. В - старший психолог отделения по организации психологической работы 10 отдела ФГКУ УВО ГУ МВД России по СПб и ЛО).

Глава 1 Обзор литературы по теме исследования

1.1 Виды и особенности негативных факторов профессиональной деятельности в структуре МВД России и формы реакций на них

1.1.1 Общая характеристика служебной деятельности сотрудников полиции

Служба в специальных подразделениях органов внутренних дел предполагает выполнение профессиональных обязанностей не только в обычных, но и в экстремальных условиях жизнедеятельности, сопряженных с постоянной психической напряженностью, угрозой жизни и здоровью сотрудников, неблагоприятным режимом труда и отдыха.

На сотрудников полиции ежедневно оказывают влияние различные негативные факторы профессиональной деятельности. В особом ряду стоят те из них, которые, обладая широким спектром воздействия, сами способны вызвать личностные изменения. Результатом такого воздействия может явиться психическая и соматическая дезадаптация в социуме и в профессиональной деятельности, иначе говоря, профессиональная деформация. Профессиональная деформация личности сотрудника полиции представляет собой изменение профессиональных возможностей и личности в асоциальную сторону, возникающее в результате негативных особенностей содержания, организации и условий служебной деятельности [10, 11]. Это заставляет со всем вниманием обратиться к исследованиям механизмов такого стрессорного воздействия и способам реабилитации и психотерапевтической работы с его последствиями у сотрудников полиции.

Неотъемлемой частью профессии сотрудника полиции является непосредственное взаимодействие и общение с людьми. В этой связи, очень важно, чтобы представители данной профессии были устойчивы к влиянию деформирующих факторов и до последнего дня службы сохраняли целостное “ядро” своей личности, оставаясь полноценным, сохраненным субъектом профессиональной деятельности.

Для несения успешной службы сотрудникам необходимо иметь достаточный уровень:

- социально-правовой подготовки;
- финансово-экономической подготовки;
- технической подготовки;
- психологической подготовки;
- медицинской подготовки;
- подготовки по топографии;
- подготовки по гражданской обороне;
- строевой подготовки;
- огневой подготовки;
- социально-правовой подготовки.

Применение сотрудниками физической силы, специальных средств и огнестрельного оружия регулируются Федеральным законом “О полиции” от 07.02.2011 № 3-ФЗ (принят ГД ФС РФ 28.01.2011). Известны случаи превышения сотрудниками полиции должностных полномочий в отношении применения силы и специальных средств, что и является одним из ярких проявлений профессиональной деформации. При этом сотрудник настолько «вживается» в роль, что либо теряет контроль над своими действиями, либо считает, что имеет полное право на то или иное опасное деяние. Ярким примером таких абсурдных действий может служить несчастный случай, произошедший 19 октября 2016 года в Москве: «В 20.00 сотрудники Росгвардии сдавали смену. 26-летний сержант полиции зашел в комнату разряжения оружия, чтобы сдать табельный пистолет Макарова. По правилам по окончании смены сотрудник должен был вытащить из оружия магазин и проверить в нем количество патронов. Причем производить действия перед пулеуловителем. Но, по словам очевидцев, молодой человек нарушил порядок действий при сдаче оружия — он не удостоверился, что в патроннике нет патрона. Раздался выстрел, пуля попала в голову коллеге. В отделение экстренно вызвали карету «скорой помощи», медики госпитализировали еще живого пациента. В больнице пострадавшего прооперировали, но около 2.00 он скончался. Стрелка задержали. Кстати,

товарищи полицейских предполагают, что сотрудники после 12-часовой смены играли с оружием, что и привело к трагедии».¹ Данный случай, к сожалению, является не единичным. Из года в год новостные заголовки пестрят информацией о новых происшествиях, главными действующими лицами которых являются попавшие под влияние негативных факторов служебной деятельности, деформированные сотрудники полиции.

Факторы, определяющие тяжесть профессиональной деятельности, которые наиболее часто отмечают сотрудники полиции, можно условно разделить на 2 группы: психофизиологические, которые, как правило, приводят к нарушению процессов, обеспечивающих поддержание физического гомеостаза организма, а также личностные (факторы распределены по мере убывания тяжести и значимости).

К психофизиологическим факторам можно отнести:

- Монотонность и однообразие в работе.

В процессе трудовой деятельности помимо состояния утомления возникает состояние монотонии, отрицательно действующее на работоспособность человека. Психическое состояние переживания монотонии вызывается действительным и кажущимся однообразием выполняемых на работе движений и действий. Под влиянием переживания монотонности человек, который не может сдерживать или устранять это психическое состояние становится вялым, безучастным к работе. Состояние монотонности отрицательно действует на организм работающих, приводя их к преждевременному утомлению.

- Значительное время приходится проводить на ногах, что также приводит к быстрой утомляемости организма.

- Ненормированный рабочий день, который делает невозможным формирование стереотипа регуляции постпроизвольного внимания, заключающегося в сосредоточении на объекте в силу его ценности, значимости или интереса для личности. Его появление возможно по мере

¹ <http://www.mk.ru/incident/2016/10/19/v-moskve-sotrudnik-rosgvardii-zastrelil-kollegu.html>

развития операционально-технической стороны деятельности в связи с ее автоматизацией. При этом снимается психическое напряжение и сохраняется сознательная целенаправленность внимания, а выполнение деятельности уже не требует специальных умственных усилий и ограничено во времени лишь утомлением и истощением ресурсов организма.

- Необходимость ночных дежурств;

- Невозможность отдохнуть в течение ночной смены, что приводит к нарушению временного цикла «сон-бодрствование», необходимого организму для нормального функционирования. При этом невозможно полное восстановление утраченных за время дежурства ресурсов, в результате чего может возникнуть хроническая усталость, а также велика угроза различных заболеваний.

Среди личностных факторов напряженности профессиональной деятельности выделяют следующие:

- Чрезмерное количество контактов с людьми;

- Сильное эмоциональное напряжение, при котором наблюдается частичное снижение разумного, волевого контроля поведения. В данной связи могут возникать различные аффективные, бесконтрольные действия, порой, влекущие за собой негативные последствия.

- Чрезмерный контроль со стороны руководства, который чаще всего оказывает чрезмерное давление на самооценку сотрудника, и, в конечном итоге, может привести к серьезным внутриличностным конфликтам. Если же по решению начальства по каким-либо причинам происходит передача полномочий другому сотруднику, это и вовсе может довести человека до осознания собственной никчемности.

- Большое количество обязанностей [20]. Иногда в число так называемых “обязанностей” сотрудников входит выполнение преступных приказов. При этом, каким бы характером и набором ценностных ориентаций ни обладал человек, он непременно задумается, прежде чем сделать выбор в пользу исполнения/ не исполнения приказа. Его состояние, скорее всего,

будет чем-то вроде когнитивного диссонанса, которое выражается в наличии психического дискомфорта, вызванного столкновением в сознании индивида конфликтующих представлений: идей, верований, ценностей или эмоциональных реакций. Теория «когнитивного диссонанса» была предложена Л. Фестингером. В ее основе лежат две гипотезы: в случае возникновения диссонанса индивид будет всеми силами стремиться снизить степень несоответствия между двумя своими установками, пытаясь достичь консонанса (соответствия). Это происходит вследствие того, что диссонанс рождает «психологический дискомфорт». Вторая гипотеза, подчеркивая первую, говорит о том, что, стремясь снизить возникший дискомфорт, индивид будет стараться обходить стороной такие ситуации, в которых дискомфорт может усилиться.

Итак, главный отличительный признак профессии сотрудника полиции – монотонность деятельности, со всеми вытекающими из нее последствиями, которые отрицательно влияют на работоспособность. Однообразие рабочих действий и их многократное повторение накладывает на функциональное состояние сотрудника определенный отпечаток. Часто ее отрицательное влияние проявляется в утрате интереса к выполняемой работе, возникновении гнетущего состояния, переоценке продолжительности времени работы, снижении бдительности. Безусловно, энергетические ресурсы человека склонны к истощению. Переносимость сотрудниками состояния монотонии зависит с одной стороны от конкретных условий труда, а с другой, и, по нашему мнению, в большей степени – от индивидуально-психологических свойств личности. Можно провести параллель с работой В. Франкла «Сказать жизни Да. Психолог в концлагере». Автор описывает нечеловеческие, монотонные условия работы в лагере заключенных. Несмотря на все тяготы, издевательства и лишения, люди, пусть и с чрезмерным трудом, но находили в себе силы работать, справляться с несправедливостью, отсутствием какой-либо жалости со стороны эсесовцев. При этом затраты на поддержание физиологического гомеостаза вовсе не

были автоматизированные, как в привычной для нас жизни вне концлагеря, они требовали значительного вложения личностных ресурсов. Причиной того становилось резкое повышение значимости внешне не значимой деятельности, что, скорее всего, и являлось негативным, разрушающим личность, фактором [34].

Вторым по значимости фактором, определяющим напряженность труда, является необходимость длительное время проводить на ногах. Возникает чувство усталости, раздражительности, эмоционального оскуднения и равнодушия, что требует специальных психопрофилактических мер для купирования этих состояний. Кроме того, чрезмерное количество поверхностных контактов с людьми в течение дня и полная изоляция в течение ночи являются сильным фактором нервно-психической напряженности.

Очевидно, что процесс профессионального деформирования сотрудников, несущих службу на различных постах, будет также различным (здесь будут играть роль наличие, интенсивность стрессогенных ситуаций, степень ответственности, круг общения, предмет и объект деятельности, и многое другое) [22]. Можно объяснить это на примере подразделения вневедомственной охраны. Характер деятельности отделения охраны диктуется конкретными условиями и может быть коллективным или индивидуальным. Отделы и отделения охраны при городских, районных отделениях (управлениях) внутренних дел и городских, поселковых отделениях полиции – это те самостоятельные единицы, которые включают управленческий персонал, строевые подразделения полиции, инженерно-техническую службу, подразделения военизированной и сторожевой охраны, пункт централизованной охраны. Отсюда следуют различные виды охраны – сторожевая, полицейская, пультовая. Таким образом, существует множество внешних факторов, оказывающих влияние на последствия служебной деятельности и накладывающих свой отпечаток на личность сотрудника.

1.1.2 Формы реакций на воздействие ситуаций травматического характера, возникающих в процессе служебной деятельности

В зависимости от интенсивности негативного воздействия ситуации формы реакций могут быть различны. Говоря об этом, мы будем опираться на классификацию последствий психической травматизации в условиях чрезвычайной ситуации, так как они, по моему мнению, являются универсальными и вполне могут быть применены относительно стрессогенных ситуаций, возникающих во время служебной деятельности в силовых структурах полиции.

В ответ на любое воздействие процесс адаптации включает центральные и периферические механизмы саморегуляции, с помощью которых организм приспосабливается к воздействующим факторам. При сверхсильном воздействии на человека, происходящем в чрезвычайной ситуации, включаются защитно-приспособительные механизмы, которые при определенных условиях превращаются в свою противоположность: одна и та же приспособительная реакция может выступать одновременно как в виде защитной (адаптивной), так и в виде патологической (дезадаптивной).

Для непатологических психоэмоциональных реакций характерна большая адекватность ситуации: их можно объяснить с учетом происходящего, и, как правило, они кратковременны, обратимы и парциальны. Характерным является относительная сохранность работоспособности, контакта с окружающими и критического анализа своего поведения. Типичным для человека, оказавшегося в катастрофической ситуации, являются такие чувства, как растерянность, тревога, страх, подавленность, беспокойство за судьбу родных и близких, стремление выяснить истинные размеры катастрофы. В литературе такие состояния обозначают как состояние стресса, психической напряженности, аффективные реакции и т.п.

Для патологических защитно-приспособительных реакций характерны произвольность, неадекватность, не критичность к своему состоянию,

выраженность расстройств и тенденция к их саморазвитию. Нарушения наблюдаются практически во всех сферах психического функционирования (в сознании, мышлении, двигательной и эмоциональной сфере). Человек теряет способность реалистично оценивать ситуацию, принимать адекватные решения, поддерживать продуктивный контакт с окружающими людьми, осуществлять целенаправленную деятельность. В дальнейшем патологические реакции делятся на психотические и непсихотические (для подробного их описания нет необходимости, так как у сотрудников, обследованных для написания данной выпускной квалификационной работы, такие реакции не возникали).

Типы реакции и степень воздействия ситуации травматического характера на человека носят многомерный характер, так как напрямую зависят от нескольких факторов. Мной будут рассмотрены ситуационно-средовые и факторы "внутренних" условий.

Ситуационно-средовые факторы.

Ситуационно-средовые факторы делятся на три группы с учетом объективных количественных критериев (внезапность и причины возникновения, интенсивность, продолжительность действия), а также субъективных критериев, т. е. индивидуальной значимости их содержания для человека, наличия помощи и социальной поддержки (на микро и макросоциальном уровне). Различают следующие основные типы патогенных факторов:

1. Шоковые факторы ЧС. Такие факторы связаны с угрозой жизни и здоровью и характеризуются значительной силой и внезапностью воздействия (например, при стихийных бедствиях и техногенных катастрофах), физическим или психическим насилием.

Внезапность и интенсивность воздействий вызывают сужение сознания, тем самым затрудняя интрапсихическую переработку их содержания и вовлекая витальные инстинкты (самосохранения) и низшую аффективную сферу. Шоковые факторы сопровождаются эмоцией страха.

Страх в качестве защитной реакции, являющийся наиболее древней (наравне с болью) формой переживаний, активирует или тормозит двигательную активность, а сопровождающие его вегетативные сдвиги осуществляют его энергетическое обеспечение. Защитные проявления в этих условиях наследственно зафиксированы в виде автоматически закрепленных ответов - универсальных неспецифических, "примитивных" аффективных (эмоционально-вегетативных и поведенческих) реакций.

2. Ситуационные факторы ЧС короткого действия. В отличие от шоковых факторов они не несут непосредственной витальной угрозы, воздействуют на более высокие, сознательные уровни личности. К таким факторам относятся тяжелая травма или гибель родных и близких; потеря жилья или имущества; вынужденное недосыпание; переутомление; психоэмоциональное напряжение; нарушения питания, режима труда и отдыха и т.д. Несмотря на кратковременность, ситуационные факторы оказываются субъективно значимыми для личности и, являясь несоразмерными с личностными ресурсами вызовами, обуславливают перенапряжение механизмов психологической и физиологической защиты.

3. Ситуационные факторы ЧС длительного действия. Включают обширную группу социально-психологических и социально-экономических влияний, которые осознаются в полной мере и на протяжении длительного времени подвергаются интрапсихической переработке, вызывая перенапряжение механизмов физиологической и психологической защиты, истощение резервных возможностей организма и личности. К таким факторам относятся: ухудшение во время ЧС материального положения, необходимость переезда на новое место жительства, потеря работы, отсутствие социально-психологической поддержки, изменение социального статуса, длительно сохраняющаяся конфликтная ситуация и др. Не представляя непосредственной угрозы для жизни, данные факторы существенно изменяют образ жизни - именно в этом заключается их неблагоприятное влияние на психическое и соматическое здоровье.

Факторы "внутренних" условий.

- *Возраст.* Ранимость к стрессу особенно велика в самой младшей и самой старшей возрастных группах. Это связано с несформированностью механизмов копинга в детском возрасте и чрезмерной ригидностью копинг-механизмов, затрудняющей гибкий подход к преодолению последствий травмы у пожилых людей. Ранимость в старшей возрастной группе объясняется также возрастным снижением функционирования сердечно-сосудистой и нервной системы.

Применительно к сотрудникам полиции в данном аспекте стоит упомянуть, что важную роль в наличии/отсутствии (истощении) внутриличностных ресурсов для борьбы с негативными факторами профессии играет выслуга лет, как определенная ступень профессионального развития, а также накопленный за годы службы профессиональный опыт.

- *Пол.* Сходные психотравмирующие ситуации взрослые женщины описывают как более болезненные по сравнению с мужчинами, но среди детей мальчики оказываются более чувствительными по отношению к сходным стрессорам, чем девочки.

- *Индивидуально - типологические особенности.* Прогностически патогенными являются возбудимость, эмоциональность, неустойчивость, импульсивность.

- *Личностные характеристики.* В наибольшей степени развитию психической патологии подвержены лица с тревожно-мнительными чертами характера, со склонностью к переживаниям тревожного спектра, повышенной сенситивностью, демонстративно-истероидными чертами, проявлениями психического инфантилизма, ригидностью копинг-механизмов, затрудняющей гибкий подход в преодолении последствий травмы. Важными факторами также являются морально-волевые качества, социально-психологические установки, уровень мотивации и т.д.

- *Степень готовности* к экстремальным вызовам, предшествующий опыт и имеющиеся в арсенале сотрудника внутренние ресурсы, для преодоления экстремальной ситуации (ситуации травматического характера).

На каждом этапе служебной деятельности можно обнаружить сотрудников с недостаточным количеством внутренних ресурсов, необходимых для успешного несения дальнейшей службы. С годами количество сотрудников, находящихся в группе риска либо уже попавших под влияние явления профессиональной деформации, становится все больше. Это объясняется суммой негативных влияний служебной деятельности на личность сотрудника, которую можно выразить в форме прямо пропорциональной зависимости: чем больше проходит времени, тем больше происходит событий, оставляющих негативный отпечаток на личности сотрудника, требующих максимальных затрат внутренних ресурсов для возможности совладания с ними. Если вдобавок ко всему проследить дальнейшие последствия, реакции и переживания одной и той же ситуации травматического характера у разных сотрудников, можно предположить, что существует определенная связь между наличием/глубиной/разнообразием этих последствий, и уровнем идентичности, а также ресурсным потенциалом личности, которые, зачастую, являются показательными и определяющими. В соответствии с этими предположениями нам представляется логичным условное разделение всей популяции сотрудников полиции на 3 группы:

1) Сотрудники, профессионально сохранные (недеформированные). Профессиональная деформация не наступает, человек проходит по «ступеням службы», не оказавшись под влиянием неблагоприятных факторов. Так же его внутриличностных ресурсов оказалось достаточно для того, чтобы справиться с негативом, который несмотря ни на что все же присутствует в данном виде профессиональной деятельности. Для легкости восприятия такой тип службы в Министерстве внутренних дел можно условно назвать «карьера развития».

2) Сотрудники, адаптировавшиеся к неблагоприятным условиям деятельности. Это люди с недостаточным количеством личностных ресурсов, которые приспособляются к жестким условиям службы без особого личностного самоконтроля, следуя правилам исполнения всего, что приказано. (Плывут по течению, смиряясь со всеми тяготами службы, выполняя все приказы, даже преступные, списывая все на судьбу: «Такая вот моя доля- все терпеть...иначе выгонят с работы») Такой тип служебной деятельности - «карьера адаптации».

3) Профессионально деформированные сотрудники.

Это люди, испытавшие тяжелые нервные срывы и эмоциональные потрясения из-за служебных тягот, лишений и моральных дилемм, связанных с исполнением преступных приказов. У таких сотрудников личностные ресурсы для борьбы со сложившейся ситуацией исчерпаны, либо они используют деструктивные способы совладания, в результате чего и наступает деформация в профессиональном плане, а также актуальным становится вопрос о возможности дальнейшего несения службы. Очевидно, такой вид деятельности в силовых структурах является самым неблагоприятным – «карьера деформации».

- *Нервно-психическое и соматическое здоровье.* Снижение функционального состояния нервной системы, резидуальная церебрально-органическая недостаточность, соматическая ослабленность, физическое истощение, преморбидная отягощенность психотравмами - все это повышает "ранимость" нервно-психической сферы [24].

Вышеперечисленные особенности ухудшения нервно-психического и соматического здоровья у сотрудников полиции могут послужить пусковым механизмом для развития негативных эмоциональных состояний. Под негативными эмоциональными состояниями понимаются переживания сотрудников органов внутренних дел, вызванные различными эмоциогенными, травматическими факторами при действиях в экстремальных (опасных для жизни и здоровья) ситуациях, создающие препятствия к эффективному

выполнению поставленных служебных задач и увеличивающих предрасположенность к несчастным случаям, ранению или гибели.

Имеется достаточно данных как в юридической психологии, так и практике деятельности полиции, которые позволяют предположить зависимость переживаемых сотрудниками негативных эмоциональных состояний в экстремальных ситуациях от ряда факторов: 1) эмоциональной предрасположенности к негативным эмоциональным переживаниям, зависящих от доминирующих у личности эмоциональных качеств и склонности к частому переживанию отрицательных эмоций; 2) уровня профессионально-психологической подготовленности к самоконтролю поведения и управлению эмоциональными состояниями; 3) особенностей (в том числе типологических) экстремальных, опасных ситуаций, в которых действуют сотрудники органов внутренних дел.

В ряде научных работ по экстремальной психологии указывается на значимую связь негативных эмоциональных состояний со снижением эффективности деятельности индивидов в экстремальных ситуациях (Ф.Д. Горбов, М.И. Дьяченко, М.П. Коробейников, А.И. Ушатилов и др.). Применительно к изучению негативных эмоциональных состояний при выполнении служебных задач сотрудниками полиции в экстремальных (в том числе опасных) ситуациях ряд исследований проведен Н.В. Андреевым, Я.Я. Белик, И.О. Котеневым и др. В научном и прикладном отношении изучение указанной проблемы и разработка направлений и методов психологической профилактики негативных эмоциональных состояний у сотрудников органов внутренних дел представляют значительный интерес.

Наблюдения и исследования свидетельствуют, что негативные эмоциональные состояния, возникающие у сотрудников полиции при выполнении служебных обязанностей в экстремальных, опасных для жизни и здоровья ситуациях, несущих травматический характер, значительно осложняют успех профессиональной деятельности и нередко приводят к несчастным случаям, ранению и гибели личного состава. Поэтому одной из

задач психологии является разработка проблем психологической профилактики и регуляции негативных эмоциональных состояний сотрудников полиции при выполнении служебных обязанностей в экстремальных (опасных) ситуациях профессиональной деятельности [21].

1.2 «Личность сотрудника, подвергающаяся изменению под влиянием ситуаций травматического характера профессиональной и личной направленности»

1.2.1 Понятие личностной конструктивности

«Конструктивность» личности может рассматриваться как критерий профессионально-психологического здоровья. Она выступает в роли центрального понятия, стягивающего в узел биологические, психологические и социальные предпосылки гармоничного развития психологически здоровой личности. Несмотря на большой интерес ряда исследователей к проблеме личностной конструктивности, на сегодняшний день общепринятого определения содержания понятий «конструктивное» - «деструктивное» не существует.

Термин «Конструктивность» происходит от лат. Constructivus - «служащий для построения, конструктивный». Антонимом «конструктивности» является термин «деструктивность».

«Конструктивное» раскрывается отечественным психологом Л.С. Выготским (1896 – 1934) как «формообразующее». По его мнению, конструктивное развитие, прежде всего, характеризуется качественными изменениями, появлением новообразований, новых механизмов, процессов, структур.

Анализ литературы отечественных и зарубежных авторов позволил заключить, что «личностная конструктивность» характеризуется переходом от низшего к высшему, от менее совершенного к более совершенному (Анцыферова Л.И.), эволюцией на протяжении всей жизни, устремленностью

в будущее и прошлый опыт (Юнг К.), стремлением к совершенству (Адлер А.), успешным прохождением кризисов идентичности (Эриксон Э.), «самопротяженностью», которая выражается в проекции в будущее, в планах, надежде (Олпорт Г.), потребностью в самоактуализации (Маслоу А.), «полноценным функционированием» личности (Роджерс К.).

Понятие «личностная конструктивность» имеет отношение к здоровой личности. Только психологически здоровая, стрессоустойчивая и конструктивная личность в состоянии совладать с выраженным психотравмирующим воздействием.

В контексте предмета исследования особый интерес может представлять рассмотрение вероятности подверженности сотрудника негативному влиянию профессиональной деятельности с позиций *структурно-функциональной модели личности* (G.Ammon, 1979). Созданная в результате трансформации топографической модели З. Фрейда (Я, Оно, Сверх-Я), гуманструктуральная модель рассматривает личность как генетически-функциональную иерархию, включающую в себя систему *первичных* (морфо-физиологических, врожденных), *центральных* (находящихся в области бессознательного) и *вторичных* (осознаваемых) функциональных носителей или Я-функций. Особое значение в данной концепции отводится шести, отобраным для решения психотерапевтических задач, центральным Я-функциям, отражающим целостную структуру бессознательного и понимаемым, как наделенных конструктивным ресурсом механизмов: *агрессии* (деятельной активности), *страха* (совладания с тревогой), *внешнего «Я-отграничения»* (автономии с гибкой границей «Я»), *внутреннего «Я-отграничения»* (гибко регулируемой границы между «Я» и бессознательным), *нарциссизма* (принятия себя), *сексуальности* (способности к взаимообогащающему единению). Согласно концепции Г. Аммона, центральные Я-функции, развиваясь на психодинамической почве всех межличностных отношений и всего историко-биографического опыта индивида, могут оказаться сформированными *конструктивно* (нормально),

деструктивно (патологически) или *дефицитарно* (задержанными в своем развитии), предопределяя дальнейшую социализацию, личностное развитие, профессиональный выбор, психическое и психологическое здоровье человека.

Таким образом, каждая из центральных Я-функций феноменологически представляет собой соотношение трех качественных аспектов бессознательного: *конструктивности, деструктивности и дефицитарности*, детерминирующих как степень устойчивости или подверженности сотрудника развитию ПТСР, так и его профессионально-психологическое здоровье в целом [43].

1.2.2 Профессиональная идентичность сотрудника полиции и факторы, разрушающие ее

В психологическом и социальном смысле человек есть то, что он о себе думает, что думают о нем другие и то, с кем и чем он себя идентифицирует. Особенность каждого из нас заключается в том, что рано или поздно мы начинаем задавать себе вопросы: «Кто Я? В чем смысл моего существования? Своей ли жизнью я живу, своим ли делом занимаюсь?». На протяжении нелегкого пути к ответам на эти вопросы мы делаем открытия, терпим поражения и преодолеваем кризисы, порой посвящая этому всю свою жизнь.

Анализ существования явления не возможен без его изучения с точки зрения функционирования словесного образа в различных языках. С английского *identification* переводится как 1. отождествление. 2. узнавание, опознание. 3. (психоанал. соц. психол.) идентификация (со значимым другим лицом). С немецкого языка *die Identität* означает тождество. Выражения “*personal identity* (тождество личности)”, “*I-identity (Ich-Identität)*, тождество Я) и “*sense of identity* (чувство самотождественности)” более или менее тесно связано с такими терминами как “*self-feeling*” (чувство себя), “*I-feeling*” (“чувство Я”). Выражение *identity formation* обозначает близкую, но другую реальность и переводится как самоопределение. Таким образом,

термин «идентичность» в самом широком смысле означает тождественность, совпадение чего-либо с чем-либо. Если речь идет о человеке, им обозначают совокупность самобытных характерных особенностей человека, составляющих его неповторимую индивидуальность. «Самоидентичность» является синонимом этого понятия и обозначает самосознание, понимание своей самобытности, неповторимости, отличия от других субъектов.

Помимо индивидуальной (Эго, «Я») идентичности на сегодняшний день можно услышать о гендерной, групповой, социальной, этнической, религиозной, профессиональной идентичности, обозначающей все те аспекты бытия, с которыми человек себя идентифицирует. Поэтому в современной психологии идентичность традиционно разделяется на два вида: личностную (внутреннюю) и социальную (внешнюю). Личностная идентичность - это совокупность индивидуальных характеристик, делающих человека подобным себе и отличным от других. Социальная определяется преимущественно тем, с какой группой человек себя отождествляет (но не только тем, к какой социальной группе он относится).

Эриксон понимал идентичность как итоговое, интегрирующее свойство личности, формирование которого продолжается на протяжении всей жизни и проходит ряд стадий [41]. На каждом этапе жизни новые элементы должны быть интегрированы в имеющуюся структуру, а старые и отжившие - реинтегрированы или отброшены. Развитие идентичности нелинейно, оно проходит через так называемые кризисы идентичности - периоды, когда возникает конфликт между сложившейся к данному моменту конфигурацией элементов идентичности с соответствующим ей способом «вписывания» себя в окружающий мир и изменившейся биологической или социальной нишей существования индивида. Для выхода из кризиса, индивид должен приложить определенные усилия, с тем, чтобы найти и принять новые ценности и виды деятельности [38].

По Г. Аммону, профессия, как часть жизненного пространства, посредством вторичных Я-функций (способностей, навыков, умений,

поведения, переживаний и др.), определяется центральными функциями «Я», представляющими уровень гипотетических конструкторов, основывающийся на первичных психических функциях. В этой связи в рамках современного субъектного подхода профессиональная идентичность рассматривается как проявление Я-идентичности сквозь призму профессионального выбора субъекта профессиональной деятельности. Как и Я-идентичность профессиональная идентичность может носить конструктивный и деструктивно-дефицитарный характер. В первом случае она отражает высокую степень самоактуализации и самореализации индивида в профессии, и помимо высокой эффективности при невысокой «цене» профессиональной деятельности, способствует личностному развитию, сохранению и укреплению психического здоровья, препятствуя профессиональному выгоранию и личностной деформации, имеющим место при деструктивно-дефицитарной профессиональной идентичности [44].

Возникает вопрос: каковы же могут быть причины деформации или трансформации здоровой, конструктивной идентичности личности сотрудника полиции? Работая большую часть времени с людьми, нарушающими закон, пытаясь усмирить буйных задержанных, сотрудники часто применяют грубую физическую силу, как бы идентифицируясь с теми, с кем приходится иметь дело. Однако наравне с презумпцией невиновности, одним из важнейших принципов уголовного процесса, формулировка которого содержится в уголовно-процессуальном кодексе РФ: «Каждый обвиняемый в совершении преступления считается невиновным, пока его виновность не будет доказана в предусмотренном федеральным законом порядке и установлена вступившим в законную силу приговором суда», существует также и право каждого человека на жизнь, охрану собственного достоинства, свободу и личную неприкосновенность (Глава 2, ст. 14 УПК РФ). Сотрудники, выполняя служебные обязанности, нередко сами совершают преступления против личности задержанного, в частности, преступления против здоровья, а иногда и против жизни (гл. 16, ст. 105-125

УК РФ). Какое бы жестокое преступление ни совершил задержанный, он, прежде всего, человек и, избив или по неосторожности лишив его жизни, сотрудник полиции получает тяжелую моральную травму, с которой ему приходится жить дальше. Любая драка – это выплескивание накопившихся отрицательных эмоций. Данное явление легко объяснить, используя понятие «стресса» и модели сохранения ресурсов С. Хобфолла.

Термин «стресс» позаимствован из области физики. Люди по определенным параметрам аналогичны физическим объектам, например, таким как рельсы, которые сопротивляются умеренным воздействиям внешних сил, но при этом теряют устойчивость в точке наибольшего давления. Также, у каждого человека имеются необходимые ресурсы для преодоления стрессовых ситуаций. Ресурсы - это то, что помогает преодолевать трудные ситуации, разрешать экстремальные, переживать кризисные, выживать в чрезвычайных ситуациях. Мы стараемся сохранить, защитить и преумножить свои ресурсы, а то, что им может угрожать – является потенциальной, или фактической потерей этих ценных ресурсов. На этом основывается модель сохранения ресурсов Хобфолла: «Основным принципом модели является то, что люди стремятся сохранить, защитить и создать новые ресурсы и минимизировать то, что может угрожать этим ресурсам.» (Hobfoll, 1988). Существует несколько видов ресурсов: объективные (материальные), энергетические (время, деньги, знания) и когнитивные (ценностные, этические). Исследования различных личностных ресурсов предполагают, что многие личные качества и навыки способствуют развитию стрессоустойчивости [46]. Таким образом, человек, у которого четко сформированы когнитивные ресурсы, легче справляется со стрессовым воздействием, т. к. может осознать, сопоставить и оценить силу и характер этого воздействия а также найти менее энергозатратный способ для снижения уровня вреда. В процессе осознания и сопоставления как раз и возникает дилемма. Перед сотрудниками полиции часто встает вопрос: «Кулаки или разговор? Ударить, чтоб успокоился или решить вопрос мирным путем?»

Поэтому мы часто слышим, как в новостях в очередной раз сообщают о том, что задержанный был избит до смерти сотрудником полиции. Но одновременно с этим, некоторые сотрудники откровенно заявляют, что за все время своей работы на этой должности они ни разу не применили грубой физической силы по отношению к задержанному, разрешая все вопросы исключительно психологически – с помощью разговора.

Мы же считаем, что с любым человеком в процессе межличностного общения, прежде всего, нужно обходиться по-человечески (ведь даже если он совершил тяжкое преступление, он понесет за него положенное наказание). Виктор Франкл, экзистенциальный психолог, узник концлагерей Бухенвальд и Дахау говорит о том, что «с человеческим в человеке нельзя не считаться» и, что «все зависит от человека». Говоря эти слова, Франкл упоминал одного из начальников концлагеря, эсэсовца, который выкладывал из своего кармана немалые деньги, чтобы доставать из аптеки в ближайшем населенном пункте медикаменты для заключенных. Староста же того же лагеря, сам тоже заключенный, был строже, чем все охранники эсэсовцы, вместе взятые; он бил заключенных когда, где и как только мог, в то время как, например, начальник, про которого говорилось выше, ни разу не поднял руку на кого-нибудь из «своих» заключенных. «В этом проявлялся человек. Человек сохранился. В огне страданий, в котором он плавился, обнажилась его суть», - говорит автор [35]. По такому же принципу функционирует и система МВД России: кто-то из сотрудников сохраняет себя и профессиональную идентификацию своей личности, пройдя через все трудности служебной деятельности, а кто-то, уподобляясь предмету своей деятельности, начинает чинить произвол.

Еще А. Н. Леонтьев считал, что основной характеристикой деятельности является ее предметность. Он отмечал, что при исследовании конкретных видов деятельности можно различать их по разным основаниям: «по их форме, по способам их осуществления, по их эмоциональной напряженности, по временной и пространственной характеристике, по

физиологическим механизмам и т. д. Однако основное, что отличает одну деятельность от другой, состоит в различии их предметов. Ведь именно предмет деятельности и придает ей определенную направленность.» [15] Объект же деятельности является мощным фактором (де)формирования человека, его личности. Оба этих фактора (предмет и объект) как бы “встраиваются” в сознание сотрудника и изменяют его. Таким образом, при периодических обследованиях контингента необходимо выяснить, насколько сильное влияние оказывают факторы профдеятельности на каждого сотрудника в отдельности, а так же определить, на какие именно структуры психики сотрудника они повлияли. Возможно применение методики оценки уровня развития морального сознания (Дилеммы Л.Колберга) [18]. Вот пример одной из ситуаций методики: «В Европе женщина умирала от особой формы рака. Было только одно лекарство, которое, по мнению докторов, могло бы ее спасти. Изготовление лекарства стоило дорого. Но фармацевт назначил цену в 10 раз больше. Муж больной женщины, Хайнц, просил фармацевта продать лекарство дешевле или принять плату позднее. Но фармацевт сказал: «Нет, я открыл лекарство и собираюсь хорошо на нем заработать, используя все реальные средства». И Хайнц решил взломать аптеку и украсть лекарство»[50, 51].

Нами уже говорилось, что личностное отношение к объекту деятельности коренным образом изменяет и ход протекания этой деятельности. Далее в методике идет такой вопрос: «О грабеже аптеки узнал офицер полиции Браун, близкий друг Хайнца. Должен ли он тогда подать рапорт о нем?» Для решения такой дилеммы сотрудник полиции должен обладать следующими личностными ресурсами: твердость характера, способность к абстрагированию, терпение, способность быстро переключаться от одной ситуации на другую, не закливаясь на чем-то одном, умение отстаивать свою точку зрения, не подчиняясь мнению большинства и др. Благодаря наличию этих личностных качеств сохраняется собственная позиция и профессионализм. Однако в процессе принятия

решений ресурсы истощаются, либо блокируются, так как самопринятие решения на первых этапах крайне болезненное для зрелой личности. Возникает так называемая стресс-реакция, которая играет роль необходимого звена в формировании системного структурного «следа» при адаптации к негативным факторам окружающей среды, а затем, по мере развития устойчивости адаптации, становится излишней и угасает. Однако в реальной действительности существуют так называемые безвыходные или «тупиковые», ситуации, в нашем случае – «моральные дилеммы», когда требования окружающей среды не могут быть удовлетворены с помощью специфических поведенческих или иных реакций: формирование адекватной среде функциональной системы и системного структурного следа оказывается невозможным и адаптация не осуществляется [16].

В результате возникают случаи тяжелых нервных срывов, затяжных депрессий и, как следствие, отказа от должности.

Ни для кого не секрет, что служба в полиции сопряжена с высокой эмоциональной насыщенностью при дефиците позитивных впечатлений, причем отрицательные эмоции сотрудникам приходится подавлять, а эмоциональная разрядка бывает отсрочена на длительный период времени. Подобные обстоятельства профессиональной деятельности сотрудников могут вызвать развитие у них явления эмоционального «выгорания», которое определяется как выработанный личностью механизм психологической защиты в форме полного или частичного исключения эмоций в ответ на избранные психотравмирующие воздействия [5]. Это своеобразный приобретенный стереотип эмоционального, чаще всего профессионального поведения. С одной стороны оно позволяет человеку дозировать и экономно расходовать энергетические ресурсы, с другой – способно отрицательно сказываться на выполнении профессиональной деятельности и отношениях с партнерами по общению и взаимодействию. Такие сотрудники обычно отрицают значимость конфликтной ситуации, демонстрируя свое безразличие

по отношению к ней. Они также стремятся оправдать партнеров по ситуации, искренне надеясь, что со временем конфликт разрешится сам по себе.

Процесс профессиональной адаптации, как часть общей психической адаптации может сопровождаться пересмотром и частичным или полным отказом от сложившихся ранее норм, ценностей и способов поведения личности в данной профессии. Например, ожидания и установки, сформировавшиеся у человека до начала выполнения профессиональной деятельности и реальность, с которой он сталкивается в процессе ее выполнения, приходят в противоречие. Это может вызвать разочарование, отрицательное отношение к профессии, переоценку ее смысла и потерю заинтересованности в ней. Здесь же возникает встречный вопрос: «А где же локализируются эти самые ценности и установки, интересы и взгляды, из чего складываются и где «хранятся» нормы и способы поведения, где формируются базовые убеждения?»

Каждая личность обладает неповторимой, свойственной только ей особой характеристикой, которая заключает в себе самые важные составляющие, определяющие неповторимость личности, ее идентификацию, обуславливающие отличие ее от других. Эта «субстанция» носит название «ядро личности», в которой хранится как базовая, или врожденная информация: способности, манеры поведения, представление о себе и своей внешности. Продуктами деятельности ядра личности являются осознание своего места в жизни, понимание того, «Кто я?» – «Образ Я» личности или самоидентификация, личные ценности, интересы и определенный набор базовых убеждений, в соответствии с которыми личность имеет характерный только ей жизненный уклад, позиции и взгляды. В свою очередь, к личностному ядру тесно прилегает периферия личности, подразумевающая под собой определенный личностный проект, имеющий направление личностного роста – наработку уже имеющегося, количественное увеличение, и личностного развития – формирование качественно нового. Сильное ядро личности выражается через развитость личной позиции,

определенности личных ценностей и интересов, смелости личного взгляда. Очевидно, что именно из ядра идет импульс противостояния внешнему окружению, а также негативным факторам окружающей среды.

Можно предположить, что основы негативного влияния на личность залегают достаточно глубоко. В молекулярной физике существует такое явление, как конденсат Бозе-Эйнштейна. Это особое, пятое состояние вещества, (добавившееся совсем недавно к уже известным – жидкому, твердому, газообразному и плазменному) которое возможно при охлаждении до температур, вплотную приближающихся к абсолютному нулю. Главная особенность данного конденсата, как установили, состоит в том, что при охлаждении образующих его атомов - бозонов, они начинают двигаться очень медленно - со скоростями порядка нескольких миллиметров в секунду, очень тесно «прижимаются» друг к другу, «соскакивают» в одно и то же квантовое состояние и, в конце концов, начинают вести себя скоординировано - так, как вела бы себя одна гигантская квантовая частица. При таких температурах бозоны переходят на самый низкий энергетический уровень из всех возможных и теряют свою «самостоятельность».² Этот, хоть и не психологический пример, ярко иллюстрирует то, что иногда, под действием внешних условий, личность теряет свою сущность. Ведь личность, это социальная производная психических процессов связанная со способностью сохранять себя в социальных группах, в том числе и толпе. Личность как способность иметь свою точку зрения, достигать аутентичность и удерживать идентичность.

В. А. Ядов в своей работе «Социальные и социально-психологические механизмы формирования социальной идентичности личности» говорит о том, что социальная природа человека предполагает его стремление к включению в социум и вместе с тем — к выделению из социума в качестве индивидуальности [8, 42]. Социальная идентичность, по его мнению, есть осознание, ощущение, переживание своей принадлежности к различным

² www.lenta.ru/articles/2010/11/30/dec/

социальным общностям — таким, как малая группа, класс, семья, территориальная общность, этнонациональная группа, народ, общественное движение, государство, человечество в целом. Чувство принадлежности к социальной общности необходимо для выполнения важных социальных и социально-психологических функций, которые обеспечивают подчинение индивида социальной группе, но, вместе с тем — групповую защиту и критерий оценки и самооценки.

Не менее важным является и осознание своего способа существования. Как утверждают экзистенциальные психологи, только в экстремальных (травматических) ситуациях возникает ощущение экзистенции — подлинного существования (аутентичности - свободой быть самим собой).

Травматические ситуации — это такие экстремальные критические события, которые обладают мощным негативным воздействием, ситуации угрозы, требующие от индивида экстраординарных усилий по совладанию с последствиями воздействия. Они могут принимать форму необычных обстоятельств или ряда событий, которые подвергают индивида экстремальному, интенсивному, чрезвычайному воздействию угрозы жизни или здоровью как самого индивида, так и его значимых близких, коренным образом нарушая чувство безопасности индивида. Эти ситуации могут быть либо непродолжительными, но чрезвычайно мощными по силе воздействия (продолжительность этих событий от нескольких минут до нескольких часов), либо длительными или регулярно повторяющимися.

Последствия негативного воздействия травматических ситуаций могут быть различными: от отстраненности, нарушения лабильности, до диссоциации, отрицания, появления аддикций и психических расстройств, обусловленных воздействием экстремального стрессора, а также изменения «Я»-концепции и образа мира индивида в сопровождении чувства вины, стыда и снижения самооценки [30].

В этой связи нам представилось интересным в нашей работе исследовать влияние травматических событий на сформированность

идентификационных характеристик сотрудников, степень их самоидентификации в отношении к своей профессии, в осознании определенного положения (социального статуса), занимаемого ими в обществе, а также уровень их самооценки, используя проективный тест двадцати высказываний Куна-Макпартленда «Кто я?» (в модификации Румянцевой) [14, 52].

Глава 2 Методы и организация исследования

2.1 Характеристика обследованных групп

В исследовании приняли участие 69 сотрудников полиции мужского пола. Возраст исследуемых составил от 21 до 47 лет, средний возраст 33 года. Стаж работы в МВД (вместе с ВС) был от 1 до 25 лет, средний стаж составил 10,2 лет. Деление на группы происходило в 2 этапа в зависимости от вида ситуаций травматического характера, которые пришлось пережить сотрудникам:

1. Во время первого этапа выборка была разделена на 2 группы в соответствии с критерием наличия опыта переживания тяжелых жизненных событий в течение года (и более года), который был выявлен в результате проведенного интервью. По итогам первого этапа:

- в первую (основную) группу вошли 36 сотрудников полиции, которые столкнулись с тяжелой жизненной ситуацией в течение года (и более года), предшествующего моменту тестирования. Ситуации были следующие:

1. Проблемы собственного здоровья
2. Тяжелое заболевание близкого
3. Разрыв (разлад) отношений с близким человеком
4. Уход из жизни близкого человека
5. Конфликт на работе
6. Непоправимый поступок
7. Развод
8. Предательство
9. Жилищно-бытовые, экономические проблемы
10. Другие тяжелые события.

- во вторую (контрольную) группу вошли 33 сотрудника полиции, которым не пришлось столкнуться с тяжелым жизненным событием в течение года.

2. Далее был проведен второй этап деления выборки на 2 группы, но уже в соответствии с опытом пребывания в ситуации угрозы жизни или здоровью. По итогам второго этапа:

- в первую (основную) группу вошли 15 сотрудников полиции, имеющих опыт пребывания в ситуации угрозы жизни или здоровью;

- во вторую (контрольную) группу вошли 54 сотрудника полиции, которые за время своей служебной деятельности такой опыт не получили.

Такое разделение на группы обусловлено желанием сравнить переживания и последствия экстремальных ситуаций, возникающих во время служебной деятельности, и кризисных или трудных жизненных

ситуаций, которые также могут носить травматический характер и оказывать довольно сильное влияние на психическое состояние сотрудников.

Таблица 1 Сравнительная характеристика основной и контрольной групп. Первый этап

	Основная группа	Контрольная группа
Объем выборки	36 человек	33 человека
Средний возраст	35,5 лет	28,7 лет
Стаж работы в полиции	12 лет	8,3 лет

Таблица 2 Сравнительная характеристика основной и контрольной групп. Второй этап

	Основная группа	Контрольная группа
Объем выборки	15 человек	54 человека
Средний возраст	35 лет	32,6 лет
Стаж работы в полиции	12 лет	9,6 лет

2.2 Характеристика методов исследования

В исследовании использовался следующий методический инструментарий:

- 1) Психодинамически ориентированный личностный опросник (ПОЛО) «Ресурс». (В. А. Шаповал, Санкт-Петербургский университет МВД России);
- 2) Опросник травматического стресса (И.О. Котенев, Санкт-Петербургский университет МВД России);
- 3) Методика исследования базисных убеждений личности (М. А. Падун, А. В. Котельникова);
- 4) Опросник «Способы совладающего поведения» Лазаруса,
- 5) «Шкала соматической адаптации» И.Н. Гурвич,
- 6) Тест двадцати высказываний «Кто я?» (М.Кун, Т.Макпартленд; модификация Т.В. Румянцевой)

К каждой из методик прилагалась письменная инструкция, кроме того испытуемым давалась устная инструкция по правилам заполнения каждой из методик.

Всем сотрудникам, принимавшим участие в исследовании, предлагалась специально разработанная анкета «Оценка травматического опыта» (Тураносова В. В - старший психолог отделения по организации психологической работы 10 отдела ФГКУ УВО ГУ МВД России по СПб и ЛО) для оценки стрессогенности события, выявления наличия/отсутствия ресурсов (способов восстановления утраченных сил), а также для определения интенсивности переживаний и субъективных последствий произошедшего события.

Далее будут рассмотрены особенности каждой из применявшихся методик.

1. Психодинамически ориентированный личностный опросник (ПОЛО) «Ресурс». (В. А. Шаповал Санкт-Петербургский университет МВД России)

Методика ПОЛО «Ресурс» - 2012 представляет собой многомерный опросниковый психодиагностический инструментарий, основанный на принципе стандартизированного самоотчета испытуемого и предназначена для изучения Я-структуры его личности в границах определенных набором из 6 центральных (находящихся в сфере бессознательного) Я-функций в совокупности их конструктивных и деструктивно-дефицитарных проявлений, типов социально-психической дезадаптации, а также для оценки профессионально-психологического здоровья, субъектно-профессиональной идентичности, профессионально-психологической успешности, креативности и профессионально-психологической надежности сотрудников ОВД в условиях массовых (недобровольных) психопрофилактических обследований.

Стандартизированный перечень ПОЛО «Ресурс» - 2012 состоит из 190 (в мужском варианте) или 208 (в женском варианте) утверждений, сделанных, от первого лица, которые испытуемому предлагается оценить как верные или неверные по отношению к себе. Утверждения опросника затрагивают самочувствие, настроение, особенности эмоциональных переживаний и поведения в различных жизненных ситуациях, отношение к различным жизненным явлениям и ценностям, привычки, специфику межличностных контактов, направленность интересов, уровень активности и прочее. Большая часть утверждений носит проективный характер и исподволь выявляет реакции испытуемого в пространстве заданных воображаемых обстоятельств. Поэтому вслед за Я-структурным тестом Г.Аммона ПОЛО «Ресурс» - 2012 также основан на технологии оценки неосознаваемых тенденций личности с помощью сознательного самоотчета, т.е. является психодинамически (психоаналитически) ориентированным.

Конструкция теста отражает теоретические представления о структуре и особенностях развития неосознаваемых центральных Я-функций, имеет иерархический вид и отражает интегративный подход к оценке

психологического здоровья личности и ее субъектно-профессиональной идентичности (рис.1).

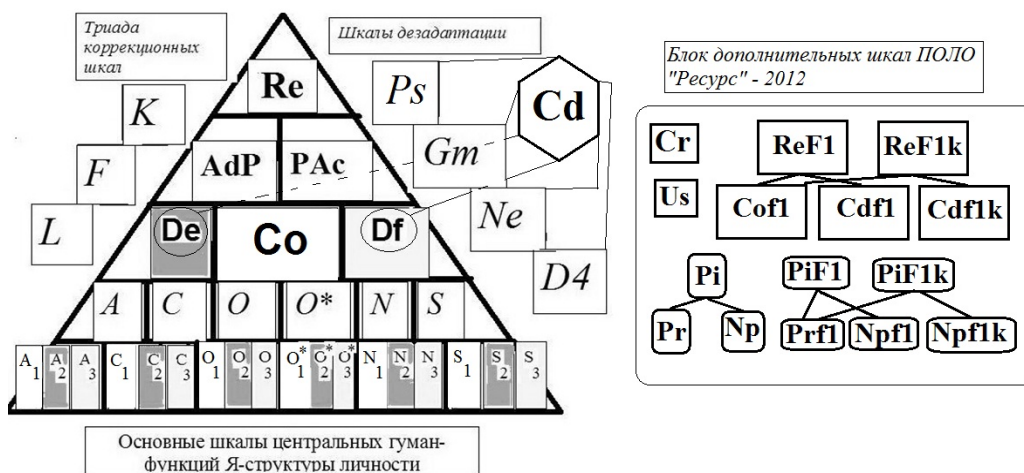


Рис 1 Структура теста ПОЛО «Ресурс» - 2012

Основание «треугольника ПОЛО» образовано 18 первичными (ядерными) шкалами первого уровня, организованными в 6 отдельных триад (блоков):

1) А – агрессии (ресурса деятельной активности), 2) С – страха (ресурса совладания с тревогой), 3) О – внешнего Я-отграничения (ресурса автономии и гибкости границ «Я»), 4) О* - внутреннего Я-отграничения (ресурса гибкости регуляции границ осознающего Я и неосознаваемых побуждений), 5) N – нарциссизма (ресурса позитивного самопринятия), 6) S – сексуальности (ресурса взаимообогащающего единения). Каждая из вышеперечисленных центральных Я-функций описывается тремя отдельными шкалами, позволяющими оценить степень выраженности их конструктивной (A₁, C₁, O₁, O*₁, N₁, S₁), деструктивной (A₂, C₂, O₂, O*₂, N₂, S₂) и дефицитарной (A₃, C₃, O₃, O*₃, N₃, S₃) составляющих. Данные шкалы по названию и интерпретации идентичны аналогичным шкалам Я-структурного теста Г. Аммона (ISTA).

В центре «пирамиды» расположены интегральные шкалы первого уровня: Co – общей конструктивности, De - общей деструктивности, Df – общей дефицитарности Я-структуры личности.

Над ними (4-й ряд) представлены интегральные шкалы второго уровня: AdP - *адаптационного потенциала* ($AdP = Co + Df - De$), соотносящего величину имеющихся активных адаптационных ресурсов, пассивных адаптационных стратегий и выраженность дезадаптирующих и декомпенсирующих психопатологических проявлений (в виде разницы в сырых баллах); PAc - *потенциала активности* ($PAc = Co + De - Df$), соотносящего величину активных адаптационных ресурсов, включая активный компонент деструктивно-деадаптирующего вектора и пассивный компонент сдерживающего дефицитарно-стагнирующего вектора центральных Я-функций личности (в виде разницы в сырых баллах).

Вершину треугольника образует Re – интегральная шкала ресурса психологического здоровья ($Re = Co - Cd$). Шкала Cd включает в себя утверждения не только шкал De и Df, но и пункты шкал дезадаптации и др.

В качестве дополнительных шкал на схеме слева от пирамиды изображена триада шкал достоверности: L – неискренности, F - аггравации, K – диссимуляции; а справа – тетрада шкал типов социально-психической дезадаптации: Hs – психосоматического типа, Gm – поведенческого типа, Ne – невротического типа, D₄ – тормозимо-депрессивного типа, а также Cd – шкала общей дезадаптации (социо-психо-соматической проблемности).

2. *Опросник травматического стресса И. О. Котенева* (построенный по критериям МКБ-10 для ПТСР).

При составлении данного опросника были использованы отдельные пункты методик *СМИЛ* (Л.Н.Собчик) и *Опросника диссоциативности DIS-Q* (J.Vanderlinden, 1993). Остальные утверждения носят авторскую формулировку и основываются на результатах многолетних исследований случаев психической травматизации у сотрудников органов внутренних дел. При этом, исходя из концепции ПТСР как нормальной реакции человека на

экстремальные обстоятельства, пункты, обладающие слишком явным психопатологическим подтекстом, по возможности исключались.

Опросник состоит из краткой инструкции и 110 пунктов-утверждений. Испытуемому предлагается с помощью 5-балльной шкалы Лайкерта (от "абсолютно верно" до "абсолютно неверно") оценивать каждое из утверждений в зависимости от его соответствия собственному состоянию. 56 пунктов являются "ключевыми" для оценки выраженности симптомов постстрессовых нарушений, 15 пунктов входят в дополнительную "шкалу депрессии", 9 пунктов составляют три оценочных шкалы - "лжи", "аггравации" и "диссимуляции", позволяющие контролировать степень искренности испытуемого, его склонность подчеркивать тяжесть своего состояния или отрицать наличие психологических проблем. Кроме того, в Опросник включены резервные и "маскирующие" утверждения, препятствующие произвольному пониманию испытуемым основной направленности теста. Помимо "прямых" утверждений, согласие с которыми испытуемого оценивается как наличие у него того или иного искомого признака (симптома), чтобы сбалансировать "тенденцию согласия", в Опроснике имеются т.н. "обратные" пункты, отрицательные ответы на которые являются значимыми.

Результаты обрабатываются наложением заранее изготовленных ключей на заполненный бланк с ответами испытуемого. В ключе выделяются "прямые" (не требующие перекодирования при подсчете) и "обратные" утверждения, ответы на которые должны быть перекодированы: ответам "5" ("абсолютно верно") и "4" ("скорее верно") присваиваются значения 1 и 2 соответственно, а ответам "1" ("абсолютно неверно") и "2" ("скорее неверно") - 5 и 4. Затем простым суммированием подсчитываются значения контрольных и основных субшкал ПТСР и ОСР.

L ("ложь"), *Ag* (аггравация), *Di* (диссимуляция), *depres* (депрессия);

ПТСР: *A(1)* (событие травмы), *B* (повторное переживание травмы - "вторжение"), *C* (симптомы "избегания"), *D* (симптомы гиперактивации), *F* (дистресс и дезадаптация);

ОСР: *A(1)* (событие травмы), *b* (диссоциативные симптомы), *c* (повторное переживание травмы - "вторжение"), *d* (симптомы "избегания"), *e* (симптомы гиперактивации), *f* (дистресс и дезадаптация) (подробно в приложении Б).

Итоговые показатели ПТСР и ОСР получаются в результате суммирования значений основных субшкал:

$$\mathbf{ПТСР = A(1)+B+C+D+F;}$$

$$\mathbf{ОСР = A(1)+b+c+d+e+f.}$$

Интерпретация результатов производится как на основе итоговых показателей ПТСР и ОСР, так и субшкал опросника, позволяющих судить об относительной выраженности отдельных групп симптомов. Учитывая сильную положительную корреляцию, существующую между ПТСР и ОСР, в случаях, когда с момента травматизации прошло достаточно много времени (3 месяца и более), можно ограничиться анализом только показателей ПТСР. Если же обследование проводилось непосредственно после критического события (в течение 1 месяца), то целесообразно проанализировать структуру ОСР.

3. Методика исследования базисных убеждений личности (М. А. Падун, А. В. Котельникова)

Понятие "базисные убеждения" (или "базисные схемы") возникло и развивается на пересечении когнитивной (Брунер, Келли), социальной (Fiske, Taylor, 1994), а также клинической психологии и психотерапии (Бек, Эллис, Гвидано и Лиотти), которые (каждая со своих позиций) пытаются ответить на вопрос о том, каким образом индивид конструирует свои представления об окружающем мире и собственном "Я". В целом базисные убеждения можно определить как имплицитные, глобальные, устойчивые представления

индивида о мире и о себе, оказывающие влияние на мышление, эмоциональные состояния и поведение человека.

Когнитивная модель мира, включающая в себя набор имплицитных представлений индивида об окружающем мире, собственном “Я”, а также способах взаимодействия между “Я” и миром, операционализована в итоговом варианте опросника набором из пяти следующих субшкал:

Базисное убеждение о доброжелательности-враждебности окружающего мира отражает убеждения индивида относительно безопасной возможности доверять окружающему миру и представлено субшкалой “Доброжелательность окружающего мира”.

Базисное убеждение о справедливости окружающего мира характеризует убеждения индивида о принципах распределения удач и несчастий и содержит две категории: “Справедливость” и “Убеждения о контроле” (локус контроля).

Базисное убеждение о ценности и значимости собственного “Я” характеризуется также показателями двух субшкал опросника: “Образ Я” (самооценка) и “Удача”.

Стимульный материал опросника состоит из тридцати семи пунктов. Испытуемым необходимо выразить меру своего согласия с каждым утверждением в соответствии с шестибальной шкалой: от “Совершенно не согласен” (1 балл) до “Полностью согласен” (6 баллов). Далее подсчитываются баллы по каждой из шкал и сравниваются с нормативными данными (см. таблицу 2).

Таблица 3 Нормативные данные ШБУ

<i>Характеристики базисных убеждений</i>	<i>Низкие значения</i>	<i>Средние значения</i>	<i>Высокие значения</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
Доброжелательность окружающего мира	9-28	29-35	36-54	31.9	5.1

Справедливость	6-20	21-25	26-36	22.6	3.6
Образ «Я»	7-22	23-27	28-42	25.2	3.2
Удача	8-24	25-29	30-48	27.3	3.3
Убеждения о контроле	7-23	24-28	29-42	25.9	3.6

Концепт базисных убеждений широко применяется в психологии посттравматического стресса для исследования механизмов психической травмы. Травматические события оказывают влияние на различные подсистемы индивидуально-личностной структуры, изменяя физическое, поведенческое, эмоциональное, социальное и когнитивное функционирование человека. К наиболее значимым когнициям, связанным с выраженностью симптоматики посттравматического стрессового расстройства (ПТСР), относят убеждение о враждебности и опасности внешнего мира и представления о собственном "Я" как слабом и некомпетентном.

4. Шкала оценки соматической адаптации (Гурвич И.Н.)

Показателем снижения ресурсной базы организма, является проявление соматического страдания и нарастание частоты их проявлений при снижении качества здоровья. Опросник состоит из 17 утверждений, отражающих снижение качества соматического здоровья. Каждое суждение оценивается по 4-х балльной шкале последовательных интервалов с нулевым делением:

- 0 – нет и не было;
- 1 – было в прошлом, но сейчас нет;
- 2 – появилось в последнее время;
- 3 – есть уже длительное время;
- 4 – есть и всегда было.

Способ построения субшкал позволяет оценить вклад в уровень соматической адаптации следов прошлого негативного опыта, особенностей его фиксации в памяти, адаптационной реакции или состояния.

Уровень соматической адаптации определяется суммой баллов всех ответов, отмеченных испытуемым в бланке. Сумма может распределяться в диапазоне от 0 до 68 баллов. Соматическая дезадаптация – характеризуется частотой жалоб на дискомфортные состояния организма, страдания. В случае если испытуемый по каким-либо причинам полностью отрицает наличие симптомов, встречающихся у любого здорового человека и не готов сообщить психологу достоверную информацию о себе, такое отношение к процедуре тестирования интерпретируется как – «закрыт». Уровни оценки соматической дезадаптации, а также оценка характера реагирования на стрессорные факторы представлены в таблицах 4 и 5 соответственно.

Таблица 4 Уровни оценки соматической дезадаптации

Сумма баллов	Уровень адаптации	Описание
До 6 баллов	«очень высокий»	вероятность наличия соматических заболеваний низкая, обследуемый фиксирует свое внимание на соматическом страдании, что чаще свидетельствует о его высоких ресурсных возможностях или вредоносных факторов внешней среды
От 6 до 11 баллов	«выше среднего»	вероятность наличия соматических заболеваний низкая, обследуемый фиксирует свое внимание на соматическом страдании, что чаще свидетельствует о его высоких ресурсных возможностях или вредоносных факторов внешней среды
От 12 до 21 баллов	«средний»	- нормативный для популяции уровень страдания на вредоносные факторы обычно встречающихся в популяции, отражающую нормативную вероятность реализации заболевания
От 22 до 31 баллов	«низкий»	качество здоровья снижено, частота встречаемости проявлений соматического страдания выше среднего для популяции, вследствие, того что либо снижены резервные саморегуляции, либо объем вредоносных факторов превышает их.
Больше 32 баллов	«очень низкий»	вероятность соматического или психосоматического заболевания, или низкого качества здоровья.

Таблица 5 Оценка характера реагирования на стрессорные факторы.

Наиболее часто встречаемые варианты ответов	Характер реагирования	Описание
Было в прошлом, но сейчас нет	<i>«Модель»</i>	Наличие в памяти проявлений соматического страдания, отражающее не полное восстановление качества здоровья, на ранее действующие факторы.
Появилось в последнее время	<i>«Реакция»</i>	Появление элементов соматического страдания может свидетельствовать о воздействии вредоносного фактора или ослабления адаптационных ресурсов.
Есть уже длительное время	<i>«Состояние»</i>	Проявление соматического страдания свидетельствует о длительном воздействии вредоносного фактора или истощения адаптационных ресурсов.
Есть и всегда было	<i>«Развитие»</i>	Постоянное проявление элементов соматического страдания может свидетельствовать о фиксации психосоматического или психической дисфункции или слабости адаптационных ресурсов.

На основе этих блоков оценивается физиологическая цена деятельности. Интегральная оценка цена деятельности – количество сил (как физических, так и психических), прилагаемых сотрудником для реализации наблюдаемого уровня жизнедеятельности. Оценивается психологом на основании данных о психологической, соматической адаптированности, тревожности, мотивации, наличия и значимости проблем.

Выделяются следующие уровни оценки цены жизнедеятельности:

- *«очень низкая»* реализация жизнедеятельности не сопровождается дискомфортом и проблемами, беспечность, нет проявлений соматического или психологического страдания.

- *«низкая»* - реализация жизнедеятельности иногда сопровождается легким дискомфортом, ситуация воспринимается как достаточно комфортная, спокойная активность.

- «*средняя*» - жизнедеятельность сопровождается легким чувством дискомфорта, преодоление которого позволяет контролировать уровень нагрузок, обеспечивая саморегуляцию в рамках динамического стереотипа, ситуация воспринимается как нормальная – традиционная, есть незначительные проявления дискомфорта, отражающее привычный уровень страдания, обычно спонтанно исчезающего, оптимальное.

- «*высокая*» - реализация жизнедеятельности сопровождается значимым уровнем дискомфорта, требует применение волевого усилия для ее осуществления, без которого постепенно снижается или является обоснованием для снижения эффективности напряжение

- «*очень высокая*» - жизнедеятельность реализуется с трудом, требует применение значимого волевого усилия для ее осуществления, включаются аварийные формы регулирования, может приводить к снижению эффективности жизнедеятельности – болезнь.

Для принятия решения об уровне и форме помощи полученные результаты необходимо сравнить с экспертной оценкой, чтобы понять проявляется ли уже дезадаптированность в деятельности или еще только внутри человека.

5. Опросник «Способы совладающего поведения» Лазаруса.

Методика предназначена для определения копинг-механизмов, способов преодоления трудностей в различных сферах психической деятельности, копинг-стратегий. Нами методика была использована с целью выявления особенностей поведения в ситуациях травматического характера для личности сотрудников полиции. Опросник также оказался эффективным при выявлении факторов риска психической дезадаптации у сотрудников полиции в стрессовых условиях.

Методика была разработана Р. Лазарусом и С. Фолкманом в 1988 году, адаптирована Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтык, М.С. Замышляевой в 2004 году, дополнительно стандартизирована в НИПНИ им. Бехтерева Л.И.

Вассерманом, Б.В. Иовлевым, Е.Р. Исаевой, Е.А. Трифионовой, О.Ю. Щелковой, М.Ю. Новожиловой.

Опросник состоит из 50 утверждений, группируемых в 8 шкал. Номера опросника (по порядку, но разные) работают на разные шкалы, например, в шкале «конфронтативный копинг» вопросы - 2, 3, 13, 21, 26, 37 и т.д.

Испытуемому предлагаются 50 утверждений касающихся поведения в трудной жизненной ситуации. Испытуемый должен оценить, как часто данные варианты поведения проявляются у него. Ответы на 50 пунктов подсчитываются и интерпретируются по 8 основным шкалам:

1. Конфронтационный копинг - пункты: 2, 3, 13, 21, 26, 37.
2. Дистанцирование - пункты: 8, 9, 11, 16, 32, 35.
3. Самоконтроль - пункты: 6, 10, 27, 34, 44, 49, 50.
4. Поиск социальной поддержки - пункты: 4, 14, 17, 24, 33, 36.
5. Принятие ответственности - пункты: 5, 19, 22, 42.
6. Бегство-избегание - пункты: 7, 12, 25, 31, 38, 41, 46, 47.
7. Планирование решения проблемы - пункты: 1, 20, 30, 39, 40, 43.
8. Положительная переоценка - пункты: 15, 18, 23, 28, 29, 45, 48.

В соответствии с адаптацией Крюковой и соавторов, которая была использована нами, результат определяется по следующим критериям:

- 0-6 – низкий уровень напряженности, говорит об адаптивном варианте копинга;
- 7-12 – средний, адаптационный потенциал личности в пограничном состоянии;
- 13-18 – высокая напряженность копинга, свидетельствует о выраженной дезадаптации.

6.Тест двадцати высказываний «Кто я?» (М.Кун, Т.Макпартленд; модификация Т.В. Румянцевой)

Тест используется для изучения содержательных характеристик идентичности личности. Вопрос «Кто Я?» напрямую связан с

характеристиками собственного восприятия человеком самого себя, то есть с его образом «Я» или Я-концепцией.

Инструкция к тесту:

«В течение 12 минут вам необходимо дать как можно больше ответов на один вопрос, относящийся к вам самим: «Кто Я?». Постарайтесь дать как можно больше ответов. Каждый новый ответ начинайте с новой строки (оставляя некоторое место от левого края листа). Вы можете отвечать так, как вам хочется, фиксировать все ответы, которые приходят к вам в голову, поскольку в этом задании нет правильных или неправильных ответов.

Также важно замечать, какие эмоциональные реакции возникают у вас в ходе выполнения данного задания, насколько трудно или легко вам было отвечать на данный вопрос».

Когда клиент заканчивает отвечать, его просят произвести первый этап обработки результатов – количественный:

«Пронумеруйте все сделанные вами отдельные ответы-характеристики. Слева от каждого ответа поставьте его порядковый номер. Теперь каждую свою отдельную характеристику оцените по четырехзначной системе:

- «+» – знак «плюс» ставится, если в целом вам лично данная характеристика нравится;
- «-»- знак «минус»- если в целом вам лично данная характеристика не нравится;
- «±» – знак «плюс-минус» – если данная характеристика вам и нравится, и не нравится одновременно;
- «?» – знак «вопроса» – если вы не знаете на данный момент времени, как вы точно относитесь к характеристике, у вас нет пока определенной оценки рассматриваемого ответа.

Знак своей оценки необходимо ставить слева от номера характеристики. У вас могут быть оценки как всех видов знаков, так и только одного знака или двух-трех.

После того как вами будут оценены все характеристики, подведите итог:

- сколько всего получилось ответов,
- сколько ответов каждого знака».

Далее качественная интерпретация производилась нами в соответствии с ключом к интерпретации в адаптации Т.В. Румянцевой.

7. Анкета «Оценка травматического опыта»

Для проведения клинико-психологического интервью Тураносовой В. В (старший психолог отделения по организации психологической работы 10 отдела ФГКУ УВО ГУ МВД России по СПб и ЛО) была специально разработана анкета для сотрудников различных подразделений полиции. Основной её целью являлось изучение вида ситуаций травматического характера, в которых пришлось побывать сотрудникам, оценки стрессогенности данных ситуаций, выявления наличия/отсутствия ресурсов (способов восстановления утраченных сил), а также для определения интенсивности переживаний и субъективных последствий произошедших ситуаций.

Вопросы анкеты составлялись на основе анализа результатов о том, какие факторы необходимо учитывать, чтобы максимально полно оценить характер произошедших ситуаций и их последствий.

Всего анкета содержит 50 вопросов. Заполнение анкеты занимает 20- 30 минут.

2.3 Статистическая обработка данных

Кроме описанных выше психодиагностических методов исследования для анализа полученных результатов применялись также методы математической статистики. Поскольку по всем изучаемым признакам выборка имеет ненормальное распределение, использовались методы непараметрической статистики.

1) *Первичная статистика:*

Вычисление средних и дальнейшее сравнение групп происходило с помощью расчета критерия U-Манна-Уитни для независимых выборок (он позволяет сравнивать между собой группы признаков, не имеющих нормального распределения). Различия считались статистически значимыми при $p < 0.05$.

2) *Корреляционный анализ* (с помощью коэффициента ранговой корреляции Спирмена). Учитывались значимые корреляции при $r > 0,3$.

Корреляционный анализ следует определить как комплекс методов статистического исследования взаимозависимости между переменными, связанными корреляционными отношениями, метод оценки формы, знака и тесноты связи исследуемых признаков. Сила связи определяется по абсолютной величине корреляции (от 0 до 1). Направление связи определяется по знаку корреляции: положительный – связь прямая; отрицательный – связь обратная. Надежность связи определяется р-уровнем статистической значимости (чем меньше р-уровень, тем выше статистическая значимость, достоверность связи). (Наследов А.Д.)

Для математической обработки данных нами использовался пакет статистических программ SPSS for Windows, Standard Version 11.5, Copyright © SPSS Inc., 2002.

Глава 3 Описание результатов исследования

3.1 Анализ психологических характеристик сотрудников полиции, особенностей служебной деятельности и ситуаций травматического характера

Для понимания того, каковы особенности негативного влияния профессиональной деятельности, с какими ситуациями травматического

характера когда-либо сталкивались сотрудники полиции, каким образом они справлялись с последствиями этих ситуаций и как их переживали или не переживали, им было предложено заполнить специально разработанную анкету. Были опрошены все 69 сотрудников мужского пола, принявших участие в данном исследовании, в возрасте от 21 до 47 лет, средний возраст 33 года. Стаж работы в МВД (вместе с ВС) был от 1 до 25 лет, средний стаж составил 10,2 лет. Высшее образование имели 23% опрошенных, незаконченное высшее – 7%, среднее специальное – 36%, среднее – 28%. В браке состояли 35% сотрудников.

Оценка фактора напряженности работы выявила, что 17% сотрудников считают свою работу легкой и относительно легкой, в то время, как 65% сотрудников отмечают, что их работа относительно, достаточно или очень тяжелая, а 13% оценивают свою работу, как нечто среднее. 36% сотрудников утверждают, что сильное напряжение в повседневной работе у них вызывает эмоциональная нагрузка, для 32% сотрудников чрезмерный документооборот и работа с людьми, которые находятся в тяжелом эмоциональном или физическом состоянии являются наиболее напряженными особенностями служебной деятельности. Остальные ответы распределились примерно поровну в отношении уровня напряженности следующих служебных особенностей:

- угроза собственному здоровью или жизни (9%),
- физическая нагрузка (7%),
- вероятность получения физической травмы (6%),
- общение с людьми (6%).

Были выявлены и положительные аспекты служебной деятельности: для 30% сотрудников – социальная стабильность, 20% привлекает социальное взаимодействие, 14% отметили служение, как привлекающий фактор профессии, что может говорить о начале формирования понимания ценности профессии сотрудника полиции не только с точки зрения социальных гарантий, но и со стороны приношения пользы государству и

гражданам. На вопрос о привлечении к дисциплинарной ответственности, 43% сотрудников ответили, что у них имелось дисциплинарное взыскание в течение года, предшествовавшего исследованию.

Блок вопросов, связанных с оценкой нахождения сотрудников в экстремальной ситуации служебного характера, показал, что 9% сотрудников когда-либо направлялись в командировки в особые условия (территория вооруженного конфликта (СКР, Афганистан, Югославия)), 17% сотрудников отметили, что в их жизни были ситуации, когда от их действий зависели жизнь и здоровье других людей, 3% сотрудников приходилось применять оружие на поражение, в результате чего были убитые и раненые. Также 22% сотрудников отметили, что им когда-либо приходилось пребывать в ситуации угрозы жизни или здоровью: ДТП (9%), ситуации, связанные с профессиональной деятельностью (5%), преступное посягательство (4%), несчастный случай (4%). При этом 6% сотрудников получили травмы, из-за которых им пришлось брать больничный на срок более 2 месяцев. Кроме того, 13% респондентов являлись свидетелями событий, повлекших за собой смерть других людей (см. рис. 2).



Рисунок 2 Опыт пребывания в травматических ситуациях служебного характера

После анализа наличия опыта переживания трудных событий, произошедших в жизни в течение года, предшествующего заполнению анкеты, оказалось, что 53% сотрудников ответили на этот вопрос утвердительно, и их ответы распределились следующим образом: развод (14%), жилищно-бытовые/экономические проблемы (13%), уход из жизни близкого человека (12%), а также проблемы собственного здоровья (7%) и конфликты на работе (7%) (см. рис. 3).

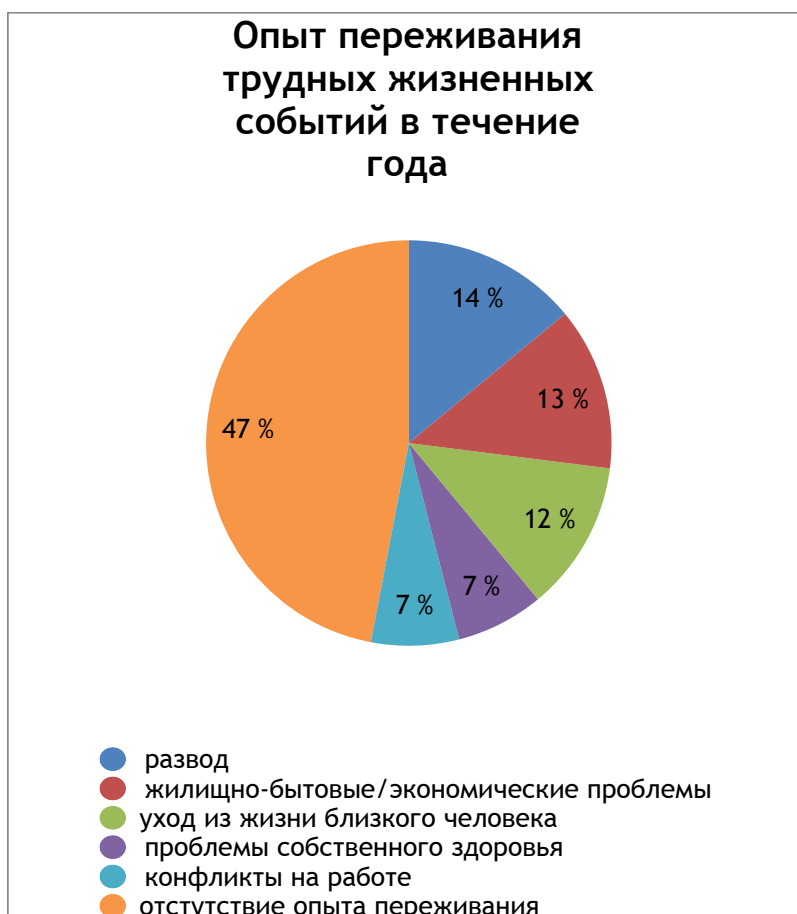


Рисунок 3 Опыт переживания трудных жизненных событий в течение года, предшествовавшего исследованию

Анализ изменений в состоянии и поведении в последнее время, которые отмечают у себя сотрудники или их близкие, показал, что 41% респондентов чувствуют усталость (12% близких также это отметили), 20% жалуются на плохое настроение (10% близких считают так же), 12% сотрудников в последнее время стали раздражительными, а 6% сотрудников наблюдают у себя ухудшение самочувствия и здоровья. Также, выявлены некоторые изменения в когнитивной сфере: 14% сотрудников обратили внимание на рассеянность и возникшие трудности с запоминанием.

Оценка способов снятия напряжения в трудных жизненных ситуациях показала, что 19% сотрудников привыкли избавляться от напряжения и восстанавливать силы каким-либо одним единственным способом, что может говорить о достаточной ограниченности их ресурсов, в противовес остальным респондентам, которые располагают двумя и более разнообразными вариантами (у некоторых сотрудников эта цифра доходит до 13), что является показателем обширного ресурсного потенциала и, как следствие, может выступать в качестве одной из причин вероятного уменьшения травматизации от переживания экстремальных или трудных жизненных ситуаций. А это в свою очередь может говорить о сформированности ресурсного компонента личностной зрелости сотрудников. Самый распространённый способ борьбы с напряжением - общение с друзьями и знакомыми, его предпочитают 54% сотрудников. 46% сотрудников черпают силы благодаря смене деятельности или обстановки (хобби, туризм, творчество и пр.). Для 42% сотрудников общение в кругу семьи помогает избавиться от напряжения и переживаний трудных жизненных ситуаций. 39% сотрудников утверждают, что занятия спортом помогают им избавиться от состояния напряженности (из них 7% сотрудников нравится переживание экстремальных ощущений), 32% респондентов предпочитают расслабляющие и оздоровительные процедуры (баня, сауна), а 30% выбирают развлечения. Сон и отдых являются подходящими способами снятия стресса для 14% сотрудников. 15%

респондентов привыкли делиться своими проблемами с другими людьми, а 10% сотрудников используют самостоятельный поиск информации в решении проблем. При этом ни один испытуемый не пользуется помощью специалистов и не обращается к психологу при возникновении трудных ситуаций и переживании тяжелых жизненных событий. Это может говорить о достаточно развитых навыках самопомощи у сотрудников полиции, а также о нахождении большинства сотрудников под влиянием стигматизации общества, предполагающей отсутствие у них проблем, и уж тем более каких-либо травматических переживаний. Даже если трудности вдруг возникли, сотрудники пытаются их скрыть, во избежание осуждения со стороны коллег, начальства и ради сохранения своего служебного положения. Деструктивные способы борьбы с состоянием напряженности также присутствуют в ответах опрошенных: 13% снимают напряжение посредством курения сигарет, 9% - посредством алкоголя и еды, 10% с помощью компьютерных игр и игр с использованием искусственного оружия.

На вопрос, изменилось ли что-то в себе, в видении окружающего мира и в жизни после случившихся ситуаций травматического характера, наиболее популярными были следующие ответы: 40% отметили появление внимательности к состоянию собственного здоровья, 30% приобрели уверенность в себе, 23% обратили внимание на возрастание бдительности и настороженности, 17% осознали собственную значимость, 15% респондентов обрели спокойствие и душевное равновесие, 15% стали ощущать отсутствие барьеров общения.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что напряженность профессиональной деятельности, которая складывается из определения своей работы как «тяжелой» (физическая сторона профессии) большинством сотрудников, а также из служебных особенностей «эмоциональная нагрузка», «чрезмерный документооборот», «общение с людьми, находящимися в тяжелом физическом и эмоциональном состоянии», вызывающих сильное напряжение для большей части сотрудников, в совокупности с ситуациями

нахождения в опасных для жизни и здоровья условиях, накладывают определенный отпечаток на психическом и физическом состоянии сотрудников. Этот отпечаток выражается в различных симптомах дезадаптации на поведенческом (усталость, ухудшение самочувствия и здоровья), эмоциональном (плохое настроение, раздражительность) и когнитивном (рассеянность, трудности с запоминанием) уровнях, которые носят глубоко индивидуальный характер. Это является подтверждением того факта, что «участие в том или ином экстремальном (катастрофическом) событии является необходимым, но недостаточным условием для психической травматизации. Критическим фактором является не «внешнее событие», а глубоко-индивидуальный эмоциональный отклик на него.» [24]

Также, имеются результаты объективной экспертной оценки руководителя или психолога о необходимости включения сотрудника в категорию НППВ (нуждающихся в повышенном психолого-педагогическом внимании), указывающей на то, что 44% сотрудников имеют низкие адаптивные возможности, 17% сотрудников находятся в кризисном состоянии, 13% характерны аддикции, у 10% респондентов установлено нарушение дисциплины. Однако, благодаря выявленному разнообразному ресурсному потенциалу, как элементу личностной зрелости, процесс переживания ситуаций травматического характера и внутренней работы с накопившимся напряжением приводит к положительным результатам и личностному обогащению: большая часть сотрудников отмечают, что стали более внимательны к состоянию собственного здоровья, обратили внимание на возрастание бдительности и настороженности, приобрели уверенность в себе, а также осознали собственную значимость.

3.2 Влияние субъективного переживания ситуации травматического характера на проявления травматизации и соматической дезадаптации сотрудников полиции

Сравнение средних по опроснику травматического стресса (ОТС) И. О. Котенева и шкале соматической адаптации И.Н. Гурвича

При помощи критерия U-Манна-Уитни для независимых выборок был проведен сравнительный анализ средних по ОТС И. О. Котенева и шкале соматической адаптации И.Н. Гурвича.

При делении выборки на две группы в зависимости от наличия опыта нахождения в ситуации угрозы жизни и здоровью статистически достоверных различий между показателями ОТС И.О. Котенева и шкалы соматической адаптации И.Н. Гурвича обнаружено не было (хотя, такая ситуация с объективной точки зрения воспринимается как травматическая). Однако были обнаружены статистически достоверные результаты ($p < 0,01$) при сравнении средних по ОТС И.О. Котенева и шкале соматической адаптации И.Н. Гурвича двух групп сотрудников, имеющих опыт переживания тяжелого жизненного события в течение года, и тех, кто такого опыта на момент исследования не имел. Согласно результатам, сотрудники основной группы имеют значительно более выраженные показатели ПТСР, (показатели ОСР не были взяты во внимание, так как время, прошедшее после события у всех было различное и, в основном, прошло более 1 месяца) [12], более склонны к депрессивным переживаниям, обнаруживают повышенный уровень дистресса и дезадаптации, для них характерны ярко выраженные симптомы гиперактивации. Таким образом, показатели травматизации в основной группе значительно выше этих же показателей в контрольной группе. Полученные результаты графически продемонстрированы на диаграмме (см. рисунок 4).

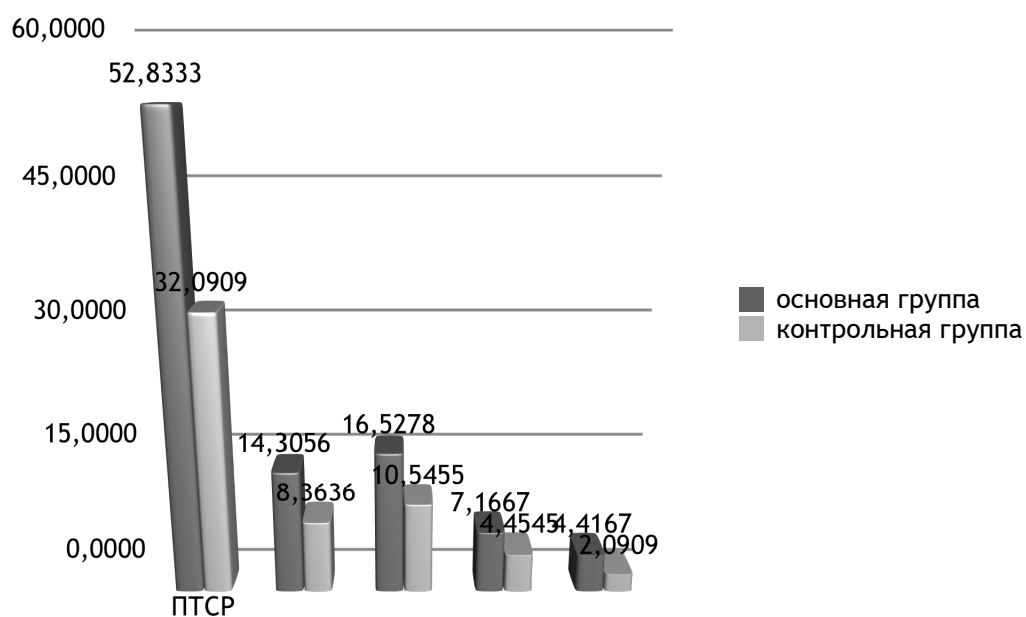


Рис. 4 Сравнение средних по ОТС И.О. Котенева в группах переживших (основная) и не переживших (контрольная) тяжелые жизненные события в течение года. На оси абсцисс (x) представлены некоторые показатели (шкалы) методики, на оси ординат (y) – числовые значения средних

Также выявлены значительно более высокие показатели соматической дезадаптации у сотрудников основной группы, имеющих опыт переживания тяжелого жизненного события, в сравнении с сотрудниками контрольной группы, не имеющими такого опыта (чем выше количественный показатель, тем ниже адаптация, и, соответственно, более выражена дезадаптация). Графически полученные результаты представлены на диаграмме (см. рисунок 5).

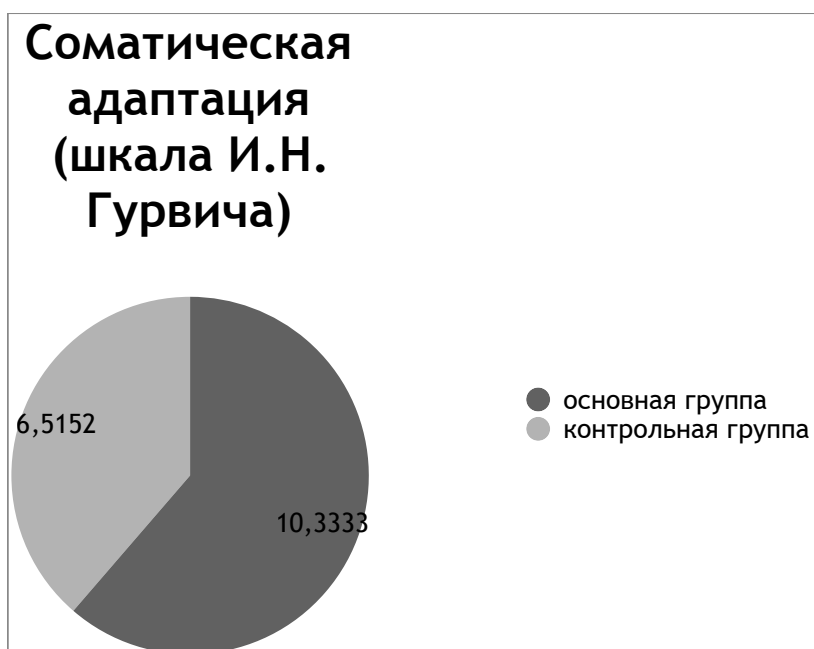


Рис. 5 Сравнение средних по шкале соматической адаптации И.Н. Гурвича в группах переживших (основная) и не переживших (контрольная) тяжелые жизненные события в течение года. Числовые значения обозначают значения среднего данной шкалы

На этом основании можно сделать вывод о том, что пребывание в ситуации угрозы жизни и здоровью субъективно не воспринялось сотрудниками, как травматический опыт, и, соответственно, не вызвало у них переживаний, хотя принято считать, что нахождение в ситуациях такого рода должно оказывать определенное влияние на психическое и физическое состояние сотрудника. С другой стороны, переживание тяжелых жизненных событий личного характера вызвало травматизацию сотрудников в виде наличия признаков ПТСР и повышения показателей соматической дезадаптации. Это ещё раз доказывает наличие фактора личностной субъективности в восприятии травматического опыта сотрудниками полиции, который был обнаружен нами в предыдущем исследовании [32] и является доказательством гипотезы №3, о том, что на проявления травматизации и соматической дезадаптации оказывает влияние не сам факт наличия "травматического события", а субъективное его переживание.

3.3 Взаимосвязь объема и сформированности компонентов идентичности с переживанием и выраженностью последствий ситуаций травматического характера

3.3.1 Сравнительный анализ средних по методике «Кто Я» двух групп на двух этапах деления выборки

Для выявления взаимосвязи объема и сформированности компонентов идентичности с переживанием ситуаций травматического характера был проведен сравнительный анализ средних по методике «Кто Я» двух групп с помощью критерия U-Манна-Уитни для независимых выборок.

Были обнаружены статистически достоверные результаты ($p < 0,01$) в двух группах сотрудников, имеющих опыт переживания тяжелого жизненного события в течение года, и тех, кто такого опыта на момент исследования не имел. Согласно результатам, среднее значение показателя компонента идентичности «семейная принадлежность» в основной группе гораздо выше, чем в контрольной группе сотрудников (см. рис. 6). Это может говорить о том, что важность внутрисемейных отношений и их травматизация являются ведущими для сотрудников в переживании стрессогенности ситуации. Компоненты же идентичности, отражающие непосредственно особенности личности сотрудников, не повреждаются, о чем свидетельствует отсутствие статистически достоверных различий в сравнении средних значений остальных показателей идентификационных характеристик.

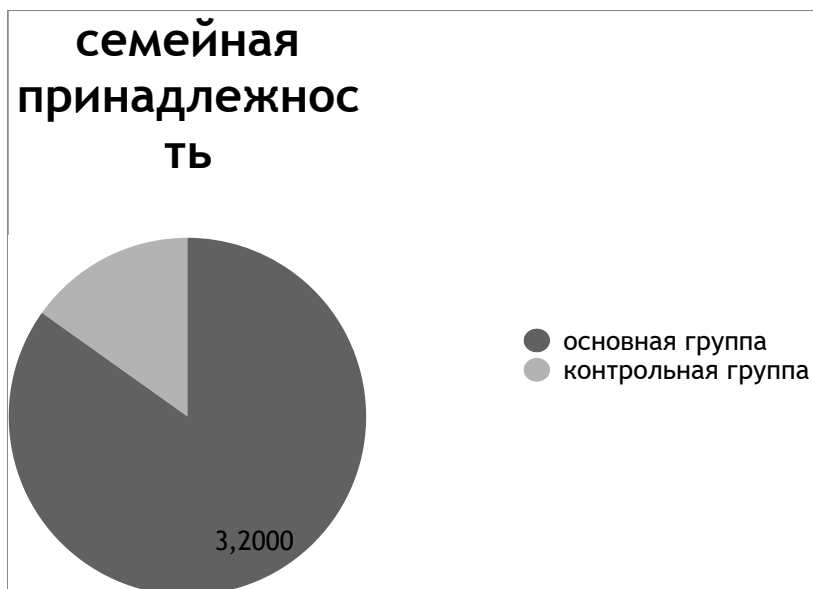


Рисунок 6 Сравнение средних в группе сотрудников, имеющих опыт нахождения в ситуации угрозы жизни и здоровью (основная), и в группе, не имеющих данного опыта (контрольная) по тесту двадцати высказываний «Кто я?» (М.Кун, Т.Макпартленд; модификация Т.В. Румянцевой). Числовые значения соответствуют средним значениям шкалы «семейная принадлежность»

При делении выборки на две группы в зависимости от наличия опыта нахождения в ситуации угрозы жизни и здоровью были обнаружены статистически достоверные различия между показателями теста двадцати высказываний «Кто я?»: «уровень рефлексии» и «личностная идентичность». На основании данных результатов можно говорить о том, что сотрудники основной группы имеют более выраженное представление о себе и своей жизни, они быстрее и легче находят ответы, касающиеся их собственных индивидуальных особенностей, а также осознают и принимают свою уникальность (см. рис. 7).

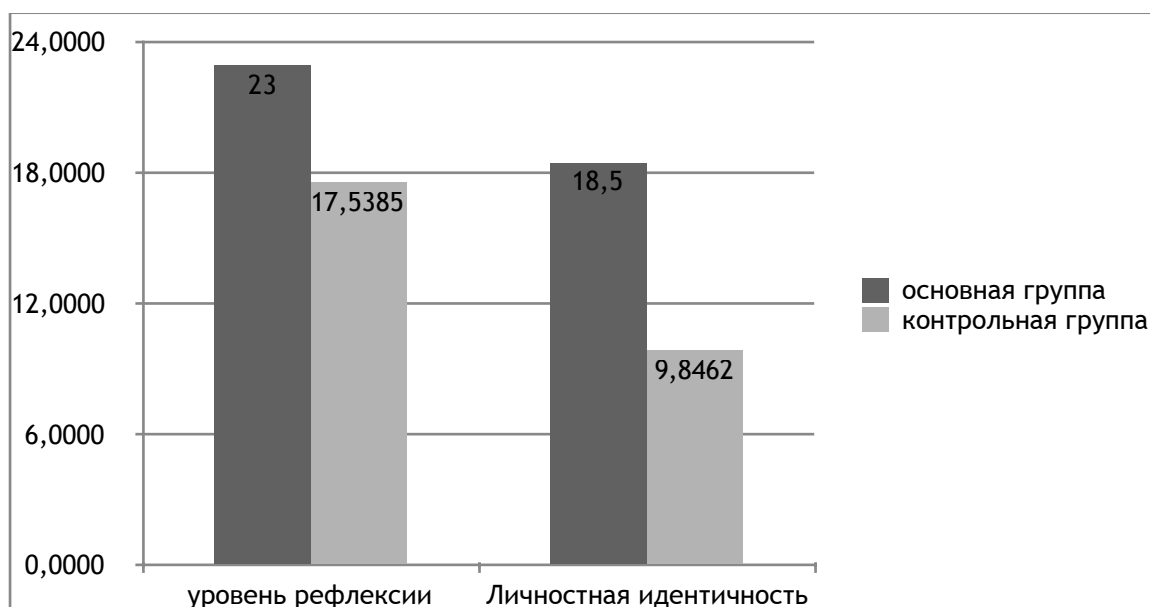


Рисунок 7 Сравнение средних по тесту двадцати высказываний «Кто я?» (М.Кун, Т.Макпартленд; модификация Т.В. Румянцевой) в группах переживших (основная) и не переживших (контрольная) ситуации угрозы жизни и здоровью. На оси абсцисс (x) представлены некоторые компоненты идентичности, на оси ординат (y) – числовые значения средних

3.3.2 Результаты корреляционного анализа показателей теста двадцати высказываний «Кто Я?», психодинамически ориентированного личностного опросника (ПОЛО) «Ресурс», опросника травматического стресса Котенева и данных анкеты

В процессе анализа корреляционных связей между показателями методики ПОЛО и данных анкеты, выяснилось, что показатель «наличие опыта переживания тяжелых жизненных событий в течение года (и более года)» положительно коррелирует со шкалами дезадаптации по психосоматическому, поведенческому типу, а также с интегральной шкалой общей дезадаптации (социо-психо-соматической проблемности) на высоком уровне значимости ($p < 0,01$). Также положительные корреляции обнаружены между идентификационными шкалами «общей деструктивности» и «общей дефицитарности» и показателями «сумма симптомов (поведенческая, когнитивная, аффективная сфера), отмеченных самостоятельно»,

«дезадаптация на аффективном уровне - субъективный». Полученные результаты подтверждают факт того, что при наличии опыта переживания тяжелых жизненных событий имеет место и проявление признаков дезадаптации различных типов (психосоматическом, поведенческом), наряду с ростом выраженности общей деструктивности и дефицитарности при проявлении симптомов и признаков дезадаптации на аффективном уровне. Полученные результаты изображены графически в таблице 6 А (см. приложение А).

Согласно результатам корреляционного анализа показателей теста двадцати высказываний «Кто я?» и данных анкеты, обнаружена статистически достоверная положительная корреляционная связь между показателями «уровень рефлексии» и «личностная идентичность» и показателем «Пребывание в ситуации угрозы жизни или здоровью». Также стоит обратить внимание на то, что уровень рефлексии положительно коррелирует еще и со стажем службы, что указывает на возрастание данного уровня в зависимости от количества лет, посвященных службе в полиции. Очевидно, что с ростом служебного стажа возрастает и опыт нахождения в ситуациях угрозы жизни и здоровью, соответственно вполне логичным является и рост уровня рефлексии в зависимости от этих двух параметров.

Интересными в интерпретации результатами данного корреляционного анализа является положительная связь компонента идентичности «материальное я» и «субъективной оценки напряженности работы», а также отрицательная связь «перспективного я» с «положительными аспектами в работе». Прослеживается выраженность мотивационного компонента мышления сотрудников: понимание аспектов напряженности своей работы и наличие опыта пребывания в ситуации угрозы жизни и здоровью формируют «материальный компонент» идентичности, что говорит об осознании возрастания материальных благ и вознаграждений в зависимости от службы в «особых», напряженных условиях. Также стоит обратить внимание на сформированность критичности мышления у сотрудников полиции данной

выборки: чем меньше сотрудник видит положительных аспектов в своей работе, тем более выраженным оказывается компонент идентичности «перспективное я», а значит, сотрудник, осознающий сложность своей работы, пытается решать возникающие проблемы, приобретая полезный опыт и формируя задел на реальный карьерный рост.

Кроме того, положительная корреляционная связь между показателем анкеты «пребывание в ситуации угрозы жизни и здоровью» и показателями теста двадцати высказываний «Кто Я?»: «Материальное я», «Личностная идентичность», «Деятельное я», «Физическое я» может говорить об актуализации Я-концепции сотрудника и формировании компонентов идентичности под воздействием травматического события служебного характера и при прохождении кризиса. Данные результаты графически представлены в таблице 7.

Таблица 7 Значимые корреляционные связи между показателями теста двадцати высказываний «Кто я?» (М.Кун, Т.Макпартленд; модификация Т.В. Румянцевой) и некоторыми показателями анкеты

Кто Я	Материальное я	Перспективное я	уровень рефлексии	Личностная идентичность	Социальная идентичность	«Деятельное я»	Физическое я
Анкета							
Стаж службы			0,489*				
Субъективная оценка напряженности работы	0,522*						
Положительные аспекты в работе		-0,71*					
Пребывание в ситуации угрозы жизни или здоровью	0,483*		0,500*	0,709**		0,629**	0,658**

*-корреляция значима при $p < 0,05$

**корреляция значима при $p < 0,01$

Таким образом, благодаря сформированности основных компонентов идентичности «уровень рефлексии», «личностная идентичность» (см. рис. 7), а также наличие связей между показателем анкеты «пребывание в ситуации угрозы жизни или здоровью» и компонентами идентичности: уровень рефлексии, личностная идентичность, «материальное я», «деятельное я», «физическое я» (см. таблицу 7), сотрудники, столкнувшиеся с травматической ситуацией служебного характера субъективно не воспринимают ее, как травматическую, что и объясняет отсутствие признаков дезадаптации и травматизации. В то же время, при отсутствии статистически достоверных результатов сформированности основных компонентов идентичности, сотрудники, столкнувшиеся с травматической ситуацией личного характера воспринимают ее, как значимую, о чем свидетельствует выявление признаков травматизации (ПТСР) (см. рис. 4), а также положительных корреляционных связей между показателем анкеты «наличие опыта переживания тяжелых жизненных событий в течение года (и более года)» и показателями дезадаптации различных типов (психосоматической, поведенческой, соматической) (см. рис. 5, таблицу 6). На этом основании можно сделать вывод о подтверждении гипотезы № 1, о том, что объем и сформированность компонентов идентичности взаимосвязаны с переживанием и выраженностью последствий ситуаций травматического характера.

3.4 Исследование взаимосвязей между сформированностью компонентов идентичности и типом реагирования (копинг) на ситуации травматического характера, а также с базисными убеждениями, сложившимися на момент исследования

3.4.1 Результаты корреляционного анализа компонентов идентичности и копинг-стратегий

Согласно результатам анализа корреляционных связей между показателями теста двадцати высказываний «Кто Я» и опросника «Способы совладающего поведения» Лазаруса, была обнаружена положительная связь между компонентом идентичности «самооценка» и неконструктивной копинг-стратегией «дистанцирование». В соответствии с этим получается, что при более завышенной самооценке сотрудник предпочитает дистанцироваться от проблемы, а не решать ее конструктивным способом. Это может быть неким проявлением профессиональной деформации, когда сотрудник в силу постоянного нахождения в напряженной обстановке, под воздействием негативных стимулов профессии, пропускает «сквозь пальцы» значимую информацию, «спустя рукава», решает те или иные проблемы или вовсе игнорирует их, дистанцируясь. Так, в 2016 году старший участковый уполномоченный УМВД по городу Орлу проигнорировал просьбу женщины о выезде на помощь, решив, что вызов ложный. В результате женщина была избита сожителем и скончалась в больнице.³

Также было выявлено, что компонент идентичности «социальная идентичность» положительно коррелирует со стратегией «принятие ответственности» и отрицательно коррелирует с показателями «планирование решения проблемы» и «положительная переоценка». Это может выступать свидетельством того, что чем более выражена и сформирована социальная идентичность, то есть сотрудник воспринимает себя в качестве носителя широкого репертуара социальных ролей, тем более свойственной ему становится конструктивная копинг-стратегия «принятие ответственности», которая характеризуется признанием собственной роли, как ведущего фактора в решении проблемы, и тем реже он

³ www.rg.ru

использует стратегии «планирование решения проблемы» и «положительная переоценка».

Кроме того, копинг «положительная переоценка» отрицательно коррелирует с «уровнем дифференцированности» идентичности на высоком уровне значимости ($p < 0,01$). Уровень дифференцированности представляет собой общее количество показателей идентичности, которое использовал человек при самоидентификации. Высокий уровень дифференцированности идентичности связан с такими личностными особенностями, как общительность, уверенность в себе, ориентирование на свой внутренний мир, высокий уровень социальной компетенции и самоконтроля. Чем выше уровень дифференцированности идентичности, тем меньше сотрудник прикладывает усилий по созданию положительной оценки собственного проблемно-решающего поведения. Графически данные результаты представлены в таблице 8.

Таблица 8 Значимые корреляционные связи между показателями теста двадцати высказываний «Кто я?» (М.Кун, Т.Макпартленд; модификация Т.В. Румянцевой) и опросника «Способы совладающего поведения» Лазаруса

«Кто Я»	Самооценка	Социальная идентичность	Уровень дифференцированности
Копинг (Лазарус)			
Дистанцирование	0,485*		
Принятие ответственности		0,566*	
Планирование решения проблемы		-0,589*	
Положительная переоценка		-0,534*	-0,820**
*-корреляция значима при $p < 0,05$ **корреляция значима при $p < 0,01$			

3.4.2 Результаты корреляционного анализа компонентов идентичности и базисных убеждений

В соответствии с результатами анализа корреляционных связей была обнаружена отрицательная корреляция между компонентом идентичности «уровень рефлексии» и базисным убеждением «доброжелательность окружающего мира» на высоком уровне значимости ($p < 0,01$). Это может говорить о том, что чем более высоким уровнем рефлексии обладает сотрудник (чем быстрее и легче он находит ответы, касающиеся его собственных индивидуальных особенностей), тем менее безопасной для него предоставляется возможность доверять окружающему миру, тем более здраво он оценивает окружающую действительность.

Также выявлена отрицательная корреляция между компонентом идентичности «самооценка» и базисными убеждениями «справедливость окружающего мира», «удача». Это может означать следующее: чем выше самооценка сотрудника, тем меньше он убежден в справедливости окружающего мира, и тем ниже он оценивает свои шансы на удачу. Полученные результаты представлены в таблице 9.

Таблица 9 Значимые корреляционные связи между показателями теста двадцати высказываний «Кто я?» (М.Кун, Т.Макпартленд; модификация Т.В. Румянцевой) и показателями методики исследования базисных убеждений личности (М. А. Падун, А. В. Котельникова)

Базисные убеждения	Доброжелательность окружающего мира	Справедливость окружающего мира	Удача
«Кто Я»			
уровень рефлексии	-0,790**		
самооценка		-0,497*	-0,609**

*-корреляция значима при $p < 0,05$

**корреляция значима при $p < 0,01$

Таким образом, на основании вышесказанного можно сделать следующий вывод: обнаруженные корреляционные связи являются своего рода доказательством концепции психической травмы Янофф – Бульман об убежденности сотрудников во враждебности, несправедливости и опасности внешнего мира и отсутствии веры в удачу при негативном воздействии травматических ситуаций. [42] В нашем исследовании обнаружено, что сформированность такого рода убеждений находится во взаимосвязи с уровнем рефлексии и самооценкой, при имеющихся данных о том, что у 82% сотрудников выявлен высокий уровень рефлексии, у 76% сотрудников диагностирована завышенная самооценка. Также выяснилось, что чем более выражена у сотрудника социальная идентичность, и чем выше уровень дифференцированности идентичности, тем чаще он при решении проблем склонен принимать на себя ответственность за результат своих действий, и тем реже сотрудник прибегает к планированию решения проблемы и ее положительной переоценке. Данные выводы являются подтверждением гипотезы №2 о том, что уровень сформированности компонентов идентичности связан с типом реагирования (копинг - стратегия) на ситуации травматического характера, а также с базисными убеждениями, сложившимися на момент исследования.

3.5 Сравнение средних показателей личностной деструктивности и дефицитарности по психодинамически ориентированному личностному опроснику (ПОЛО) «Ресурс»

3.5.1 Сравнение средних показателей личностной деструктивности и дефицитарности двух групп на двух этапах деления выборки

При помощи критерия U-Манна-Уитни для независимых выборок был проведен сравнительный анализ средних показателей личностной деструктивности и дефицитарности. Полученные данные отражены на диаграммах (см. рисунки 8 и 9).

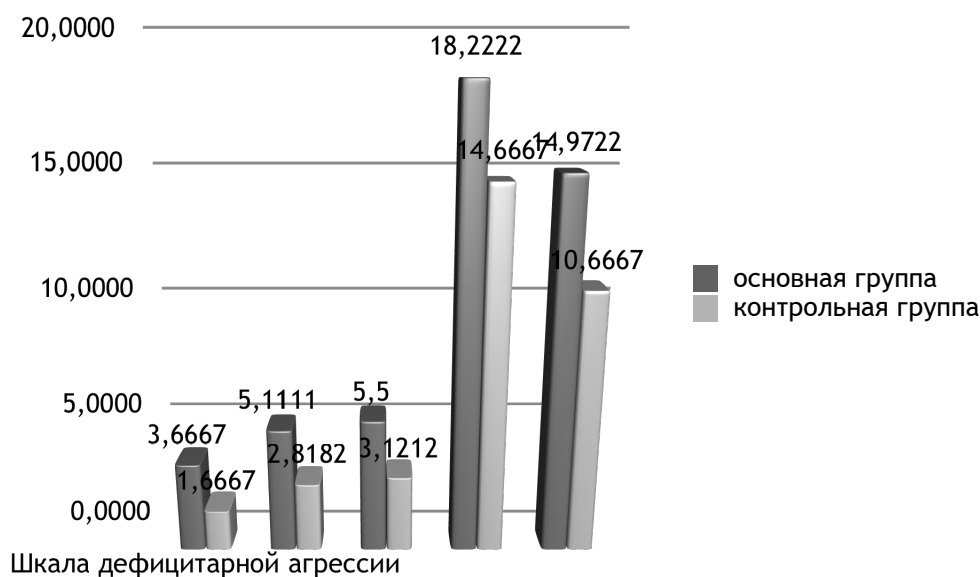


Рисунок 8 Сравнение средних по опроснику ПОЛО «Ресурс» в группах переживших (основная) и не переживших (контрольная) тяжелые жизненные события в течение года (и более года). На оси абсцисс (x) представлены некоторые показатели опросника, на оси ординат (y) – числовые значения средних

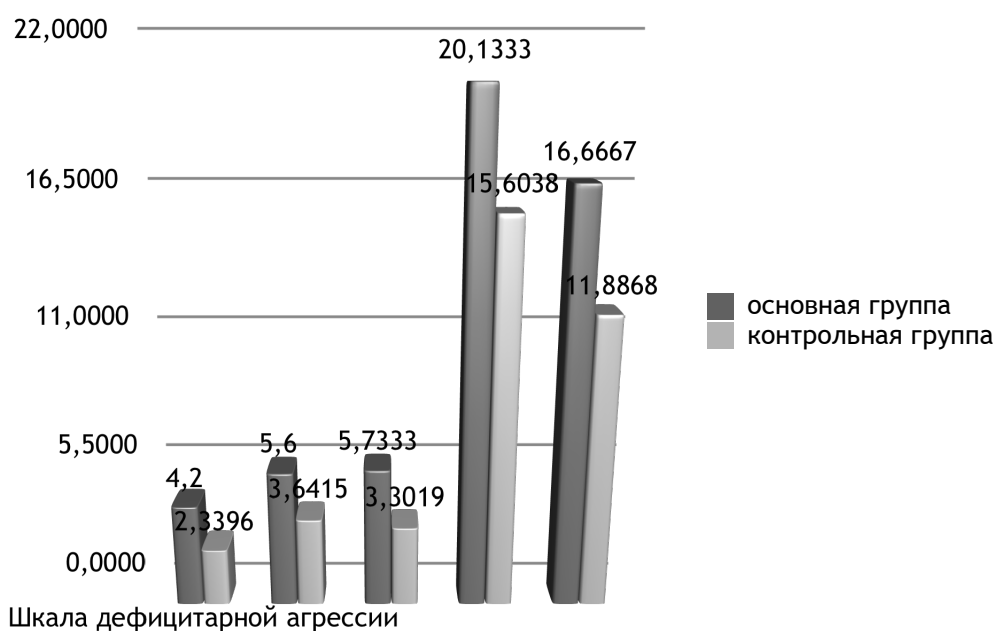


Рисунок 9 Сравнение средних по опроснику ПОЛО «Ресурс» в группах имеющих (основная), и не имеющих (контрольная) опыт пребывания в ситуации угрозы жизни или здоровью. На оси абсцисс (x) представлены некоторые показатели опросника, на оси ординат (y) – числовые значения средних

Были обнаружены следующие статистически достоверные различия при $p < 0,05$: у сотрудников, имеющих опыт переживания ситуаций травматического характера, вне зависимости от ее вида (тяжелые жизненные события/пребывание в ситуации угрозы жизни или здоровью), выявляется более высокие показатели личностной деструктивности и дефицитарности, а также других основных шкал опросника в деструктивном и дефицитарном их проявлениях (шкалы дефицитарной агрессии, деструктивного и дефицитарного страха, дефицитарного нарциссизма), чем в группах сотрудников, не отмечающих у себя данного травматического опыта. Повышенные показатели общей деструктивности и дефицитарность свидетельствуют о преобладании у испытуемого деструктивных (прорывных, маргинальных, разрушающих) и дефицитарных (отказных, сдерживающих), бессознательных программ поведения, которые блокируют развитие и актуализацию своей идентичности, а также пассивную адаптацию к

динамично изменяющимся условиям социума. Неспособность, каким-либо образом, реализовать свою уникальность и неповторимость в социуме приводит к жесткой стереотипной фиксации на клишированных социальных ролях и пассивных формах манипулятивно-зависимого поведения (тип пассивного манипулятора) [39].

Повышение же по остальным шкалам может говорить о возрастании тревожности, склонности к беспокойству и волнениям по самым незначительным поводам, трудностях в организации собственной активности, ощущению недостаточности контроля над ситуацией, чувстве собственной некомпетентности, отсутствии «радости жизни», а так же доверия к миру и окружающим людям.

3.5.2 Результаты корреляционного анализа показателей опросника ПОЛО «Ресурс» и методики исследования базисных убеждений личности (М. А. Падун, А. В. Котельникова)

О восприятии окружающего мира, как недоброжелательного, враждебного и связи этого показателя методики исследования базисных убеждений личности с показателями основных шкал методики ПОЛО «Ресурс» свидетельствует корреляционный анализ (см. таблицу 10). Отрицательные корреляционные связи указывают на снижение показателей базисных убеждений (доброжелательность окружающего мира, Образ Я (самооценка), удача) при повышении показателей по шкалам дефицитарной агрессии и нарциссизма, деструктивного страха и др. Это является подтверждением подверженности травматическому воздействию сформированных в детстве базисных убеждений о доброжелательности-враждебности окружающего мира, его справедливости, а также ценности и значимости собственного «Я», согласно концепции психической травмы Р. Янофф-Бульман [31, 48, 49]. Под влиянием травматической ситуации, сотрудник сталкивается с ужасом, порождаемым внешним миром, и с

собственной уязвимостью и беспомощностью, что, в свою очередь провоцирует состояние дезинтеграции и дезадаптации.

Таблица 10 Значимые корреляционные связи между показателями методики исследования базисных убеждений личности (М. А. Падун, А. В. Котельникова) и некоторыми показателями Психодинамически ориентированного личностного опросника (ПОЛО) «Ресурс». (В. А. Шаповал Санкт-Петербургский университет МВД России).

ПОЛО	Шкала дефицитарной агрессии	Шкала деструктивного страха	Шкала дефицитарного нарциссизма	Шкала общей дефицитарности	Интегральная шкала общей дезадаптации
Базисные убеждения					
Доброжелательность окр. мира	-0,427	-0,464	-0,463	-0,325	-0,433
Образ Я (самооценка)	-0,493	-0,470	-0,498	-0,563	-0,545
Удача	-0,495	-0,405	-0,460	-0,416	-0,427
корреляция значима при $p < 0,01$					

Полученные результаты подтверждают гипотезу № 4 о том, что показатель личностной деструктивности и дефицитарности выше в группе сотрудников, столкнувшихся с ситуацией травматического характера, а также указывают на существование отрицательных корреляционных связей между выраженностью деструктивных и дефицитарных шкал, и восприятием доброжелательности окружающего мира, образа «Я» (самооценки) и верой в удачу.

Обсуждение результатов исследования

Полученные результаты говорят о существовании определенных особенностей во взаимосвязи идентичностных характеристик с процессом и последствиями переживания ситуаций травматического характера служебной и личностной направленности у сотрудников полиции. Для сотрудников данной выборки характерен высокий уровень рефлексии и завышенная самооценка, которые положительно коррелируют с убеждениями во враждебности, несправедливости, опасности внешнего мира и об отсутствии веры в удачу при негативном воздействии травматических ситуаций служебного и личностного характера.

Были выявлены признаки сформированности критичности мышления у сотрудников полиции данной выборки: чем меньше сотрудник видит положительных аспектов в работе, тем более выраженным оказывается компонент идентичности «перспективное я», а значит, сотрудник, осознающий сложность своей работы, пытается решать возникающие проблемы, приобретая полезный опыт и формируя задел на реальный карьерный рост. Также прослеживается выраженность мотивационного компонента мышления сотрудников: понимание аспектов напряженности своей работы и наличие опыта пребывания в ситуации угрозы жизни и здоровью формируют «материальный компонент» идентичности, что говорит об осознании возрастания материальных благ и вознаграждений в зависимости от службы в «особых», напряженных условиях.

Кроме того, на проявления травматизации и соматической дезадаптации оказывает влияние не сам факт наличия "травматического события", а субъективное его переживание. Согласно результатам нашего исследования, пребывание в ситуации угрозы жизни и здоровью, которое с объективной точки зрения принято считать сверхэкстремальным, субъективно не воспринялось сотрудниками, как травматический опыт, и, соответственно, не вызвало у них переживаний. Однако столкновение с тяжелыми жизненными событиями личностного характера вызвало травматизацию сотрудников в виде наличия признаков ПТСР и повышения

показателей соматической дезадаптации. Это является доказательством существования фактора личностной субъективности в восприятии травматического опыта сотрудниками полиции, который был обнаружен нами в предыдущем исследовании (В.В. Тураносова, Д.И.Покаатович. 2015).

Ранее проведенные исследования, учитывали особенности травматических переживаний боевого стресса (Стрельникова Ю. Ю. 2005, Inger Öster 2011), характер связи между переживанием террористической угрозы и типом этнической идентичности (Середина Н. В., Даниленко Е. В. 2011), а также особенности последствий негативного воздействия на психическое и соматическое здоровье сотрудников (Корехова М.В., Соловьев А.Г. 2012, Zhen Wang, Sabra S.2010). Нам же удалось объединить различные стороны изучавшихся ранее явлений по данной тематике в одном исследовании и рассмотреть идентичность сотрудника в широком смысле ее понимания, а также учесть переживания и последствия не только травматических ситуаций служебного характера, но и личностного, что оказалось немаловажным.

Существующая практика психологической работы с личным составом показывает, что уровень психологической подготовленности и степень сформированности психологической устойчивости сотрудников к воздействиям негативных факторов служебной деятельности все еще не до конца отвечает современным требованиям к личности, предъявляемым обществом, а также нормативными правовыми актами и документами МВД России. Поэтому еще более важным и перспективным становится изучение глубинных, ядерных структур личности сотрудника полиции посредством проведения исследований похожей направленности. Также, во избежание утраты эффективности процедур психологического отбора, сопровождения и профилактики, необходимо постоянное их совершенствование, в частности посредством внедрения нового методического инструментария, а также разработкой и активным проведением социально-психологических, психодинамических и других

видов тренингов, которые внесут свой вклад в процедуру психокоррекции, а также окажут влияние на процедуру раннего выявления и предотвращения травматических последствий служебной деятельности и тяжелых жизненных событий, имеющих значение для каждого человека. Ведь здоровье, как физическое, так и психическое - залог успеха, тем более по отношению к тем, кто “ведет войну, пусть даже в мирное время”.

Выводы

1. 1) Пребывание в ситуации угрозы жизни и здоровью субъективно не воспринялось сотрудниками, как травматический опыт, и, соответственно, не вызвало у них переживаний, хотя принято считать, что нахождение в ситуациях такого рода должно оказывать определенное влияние на психическое и физическое состояние сотрудника.
2) При наличии опыта переживания тяжелых жизненных событий имеет место и проявление признаков дезадаптации различных типов и уровней (психосоматического, поведенческого), наряду с ростом выраженности общей деструктивности и дефицитарности при проявлении симптомов и признаков дезадаптации на аффективном уровне.
2. 1) У сотрудников, имеющих опыт пребывания в ситуации угрозы жизни и здоровью, сформированы такие компоненты идентичности, как: «Материальное я», «Личностная идентичность», «Деятельное я», «Физическое я», что может говорить об актуализации Я-концепции и формировании компонентов идентичности под воздействием травматического события служебного характера и при прохождении кризиса.
2) Уровень рефлексии и самооценка (у 82% сотрудников выявлен высокий уровень рефлексии, у 76% сотрудников диагностирована завышенная самооценка) положительно коррелирует с убеждениями сотрудников во враждебности, несправедливости, опасности внешнего мира и об отсутствии веры в удачу при негативном воздействии травматических ситуаций служебного и личностного характера.
3) Показатель личностной деструктивности и дефицитарности выше в группе сотрудников, столкнувшихся с ситуацией травматического характера, вне зависимости от ее вида (служебная или личностная).

3. Объем и сформированность компонентов идентичности взаимосвязаны с переживанием и выраженностью последствий ситуаций травматического характера.
4. 1) Было выявлено, что чем более выражена у сотрудника социальная идентичность, и чем выше уровень дифференцированности идентичности, тем чаще он при решении проблем склонен принимать на себя ответственность за результат своих действий, и тем реже сотрудник прибегает к планированию решения проблемы и ее положительной переоценке.
2) Переживание тяжелых жизненных событий личностного характера вызвало травматизацию сотрудников в виде наличия признаков ПТСР и повышения показателей соматической дезадаптации.

Заключение

Успешному несению службы, помимо воздействия боевого стресса, нередко препятствуют различные стрессогенные факторы, являющиеся служебной особенностью функционирования подразделений полиции в обычных (мирных) условиях. Таковыми, по мнению сотрудников, являются: эмоциональная нагрузка, чрезмерный документооборот и работа с людьми, которые находятся в тяжелом эмоциональном или физическом состоянии. Однако, как выяснилось, не менее травматическое воздействие оказывают тяжелые жизненные события, рано или поздно происходящие в жизни каждого человека. Особенность службы в вооруженных структурах такова, что зачастую, даже при возникновении сильных переживаний, сотрудники не обращаются за помощью специалистов. Безусловно, это может говорить о достаточно развитых навыках самопомощи у сотрудников полиции, но чаще всего является свидетельством нахождения большинства сотрудников под влиянием стигматизации общества, предполагающей отсутствие у них проблем, и уж тем более каких-либо травматических переживаний. Даже если трудности вдруг возникли, сотрудники пытаются их скрыть, во избежание осуждения со стороны коллег, начальства и ради сохранения своего служебного положения.

В ходе исследования было обнаружено негативные последствия переживания тяжелых жизненных событий личностного характера в виде наличия признаков ПТСР и повышения показателей соматической дезадаптации, при отсутствии субъективных переживаний в отношении опыта нахождения в ситуации угрозы жизни и здоровью. Более того, обнаружение важности внутрисемейных отношений и их травматизации (посредством выявления сформированности компонента идентичности «семейная принадлежность») в результате переживания тяжелого жизненного события говорит о значимости данной сферы для сотрудников, что также является фактором риска возникновения различных негативных последствий,

которые могут отрицательно сказаться на психическом и соматическом состоянии сотрудников в частности, а также на эффективности службы в целом.

Нами уже говорилось, что существующие на данный момент нормативные документы о медико-психологической реабилитации и психологическому сопровождению учитывают в основном категории сотрудников-участников служебно-боевых, крупномасштабных операций, оказавшихся в экстремальных ситуациях с реальной угрозой жизни и здоровью и применивших оружие, что является неполным и недостаточным перечнем нуждающихся в повышенном внимании.

Изучение наличия связей между сформированностью компонентов идентичности сотрудника и особенностями восприятия ситуаций травматического характера предоставляет возможность поиска личностных, глубинных структур, изменяющихся под неблагоприятным воздействием профессии, что является новым и перспективным направлением прогнозирования поведения сотрудника в стрессогенной ситуации, а также диагностики лиц, нуждающихся в оказании своевременной психологической помощи и поддержки. Таким образом, возможно внесение конструктивных корректировок в существующую систему психологического сопровождения сотрудников полиции, находящихся под повседневным воздействием стрессогенных факторов, а также переживающих тяжелые жизненные события личностного характера. Это, в свою очередь, может быть полезным для процедуры поддержания профессионально-психологического здоровья сотрудников, в том числе, переживающих кризисные ситуации, а также профилактики несчастных случаев во время служебной деятельности, которых, к сожалению, с каждым годом становится все больше.

Список использованных источников

1. Антонова Н.А. Социально-психологические факторы нервно-психической дезадаптации сотрудников силовых структур / Дис. канд. психол. наук. – СПб, 2009.
2. Баранов П. П, Курбатов В. И, Юридическая психология, Учебное пособие. Изд. 2-е, стереотипное/ под ред. А. Н. Ерыгина – М.: ЦОКР МВД России 2006. – 480 с.
3. Безносков С. П. Профессиональная деформация личности. СПб. : Речь, 2004. - 272 с.
4. Буткова Т. Н, Митракова Е. Н, Полтавцева Л. И, Помаз Г. С, Упорникова-Пивоваров И. В. Формирование психологической компетентности сотрудников органов внутренних дел, Методические рекомендации, Москва, 2011.
5. Водопьянова Н. Е., Старченко Е. С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. СПб, 2009, 336 с.
6. Гуриева С. Д., Соотношение личностного и социального в структуре этнического «Я-образа» // Вестник Северо-Восточного федерального университета им. М.К. Аммосова. 2010. №4.
7. Гуров А. И. Профессиональная преступность: прошлое и настоящее. М., 1990. 87 с.
8. Дилигенский Г.Г. Относительно теории человеческих потребностей // Вопросы философии, 1976, N 9; 1977, N 2.
9. Змановская Е. В., Новикова И.А, Сложеникин А. П. Особенности социально-психологической адаптации сотрудников органов внутренних дел к экстремальным условиям служебно-боевой деятельности // Вестник психотерапии , 2009. №29 (34). С 66 – 80.
10. Кобозев И.Ю. Профессиональный стресс руководителей органов внутренних дел и его психопрофилактика / Дис. канд. психол. наук. – СПб, 2011. - с. 247.

11. Корехова М.В., Соловьев А.Г., Новикова И.А. Профилактика психологической дезадаптации сотрудников // Психопедагогика в правоохранительных органах. 2012, № 1 (48). С. 66. (про дезадаптацию статья с. 66)
12. Котенев И.О. Психологическая диагностика постстрессовых состояний у сотрудников органов внутренних дел. Методическое пособие для практических психологов. МЦ при ГУК МВД России. М., 1997. - 40 с.
13. Котенев И.О. Психологические реакции работников милиции в чрезвычайных обстоятельствах и постстрессовые состояния: предупреждение и психологическая коррекция // Психопедагогика в правоохранительных органах. 1996. №1. С. 76
14. Кун М., Макпартлэнд Т. Эмпирическое исследование установок личности на себя // Современная зарубежная социальная психология. – М.: МГУ, 1984. – С. 180-188.
15. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. М., 1975. 304 с.
16. Меерсон Ф.З. Адаптация к стрессовым ситуациям и физическим нагрузкам – М.: Медицина, 1988. – 256 с.
17. Методика исследования базисных убеждений личности - М. А. Падун, А. В. Котельникова, 2007 г.
18. Методика оценки уровня развития морального сознания (Дилеммы Л.Колберга) / Диагностика эмоционально-нравственного развития. Ред. и сост. И.Б.Дерманова. – СПб., 2002. С.103-112.
19. Организация психологического обеспечения деятельности сотрудников внутренних дел в экстремальных условиях: метод. пособие / под ред. В. М. Бурькина. М., 2004. 240 с
20. Основные виды деятельности и психологическая пригодность к службе в системе органов внутренних дел (справочное пособие), под ред. Боровина Б. Г, Мягких Н. И, Сафронова А. Д, Москва, 1997 г. МВД РФ – научно-исследовательский центр проблем медицинского обеспечения.

21. Папкин А.И., Кузнецов Д.Ю. Психологические пути и методы преодоления негативных эмоциональных состояний, возникающих у сотрудников органов внутренних дел в опасных ситуациях профессиональной деятельности: Учебное пособие. - Домодедово: ВИПК МВД России, 2009. - 161 с.
22. Профилактика профессиональной деформации личности сотрудника органа внутренних дел: Методическое пособие/ Под общ. Ред. В. М. Бурькина. – М.: ИМЦ ГУК МВД России, 2004. – 144 с.
23. Пряхина М.В. Организация психологической службы в органах внутренних дел: Учебное пособие. СПб.: изд-во СПб Ун-та МВД России, 2011. – с. 380.
24. Психология кризисных и экстремальных ситуаций: психическая травматизация и ее последствия: учебник/ под ред. д-ра психол. Наук Н. С. Хрустальной. – СПб.: Изд-во СПбГУ, 2014. – 375 с.
25. Свенцицкий А. Л. Социальная психология управления. Л.: ЛГУ, 1987.
26. Середина Н. В., Даниленко Е. В., Черныш Е. В. Психологическая оценка переживания террористической угрозы // Северо-Кавказский психологический вестник. 2011. №2.
27. Сирота Н.М., Сидоров С.А. Общая социология: Учебное пособие. - СПб.: Национальный открытый институт России, 2009. - 128 с.
28. Стрельникова Ю. Ю. Психологические последствия участия в вооруженных конфликтах [Электронный ресурс]: На примере сотрудников органов внутренних дел: Дис. канд. психолог. наук: 19.00.04. – М. : РГБ. 2005.
29. Суркова Е. Г. Проективные методы диагностики: Психологическое консультирование детей и подростков: Учебное пособие для студентов вузов. – М.: Аспект Пресс, 2008. – 319 с.
30. Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса. — СПб: Питер, 2001. — 272 с: ил. — (Серия «Практикум по психологии»).

31. Тарабрина Н.В., Агарков В.А., Быховец Ю.В., Калмыкова Е.С., Макаrchук А.В., Падун М.А., Удачина Е.Г., Химчян З.Г., Шаталова Н.Е., Щепина А.И. Практическое руководство по психологии посттравматического стресса. Ч. 1. Теория и методы. - М.: Когито-Центр, 2007. — 208 с. — (Психологический инструментарий).
32. Тураносова В.В, Покатович Д.И., Актуальные вопросы психологического сопровождения сотрудников полиции, переживших психическую травму// Профессиональный психологический отбор в органах внутренних дел Российской Федерации: практика применения, вопросы и проблемы реализации (Васильевские чтения) матер. всерос. науч.-практ. конф. //СПб университет МВД России, 16-17 июля 2015.
33. Федотов А.Ю., Медведев И.Н. Эмоциональные состояния, негативно влияющие на профессиональную деятельность сотрудников ОВД и их преодоление// учебно-методическое пособие, Московский университет МВД России, 2012.
34. Франкл В. Сказать жизни “Да!”: психолог в концлагере; Пер. с нем. - 2-е изд. - М.: Альпина нонфикшн, 2011. - 239 с.
35. Франкл В. Человек в поисках смысла, перевод с англ. и нем. Общ. ред. Л. Я. Гозмана и Д. А. Леонтьева, М., “Прогресс”, 1990.
36. Уголовно - процессуальный кодекс Российской Федерации (УПК РФ) от 18.12.2001 N 174-ФЗ. Глава 2, ст. 14.
37. Уголовный кодекс Российской Федерации (УК РФ) от 13 июня 1996 г. N 63-ФЗ. гл. 16, ст. 105-125.
38. Шаповал В.А. Профессиональная идентичность сотрудников ОВД: система оценки, прогнозирования и мониторинга в контексте психодинамического подхода. – Монография. – Санкт-Петербург: СПб Университет МВД России, 2012. – 142 с.
39. Шаповал В.А. Метод оценки и прогнозирования психологического здоровья и профессиональной идентичности кандидатов на службу и сотрудников МВД на основе Психодинамически ориентированного

- личностного опросника (ПОЛЮ) «Ресурс». – Учебно-методическое пособие. – Санкт-Петербург: СПб Университет МВД России, 2013. – 366 с.
40. Эриксон Э. Жизненный цикл: Эпигенез идентичности.// Архетип, №1, 1995.
 41. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. Пер. с англ. М., 1996.
 42. Ядов В. А. Социальные и социально-психологические механизмы формирования социальной идентичности личности // Мир России. Социология. Этнология. 1995. №3-4.
 43. Я-структурный тест Аммона. Опросник для оценки центральных личностных функций на структурном уровне: Пособие для психологов и врачей. / Авт. сост.: Ю. Я. Тупицын, В. В. Бочаров, Т. В. Алхазова и др. - СПб., 1998.
 44. Я-структурная модель личности Г.Аммона // Динамическая психиатрия, 1990. – 254 с.
 45. Colby, Anne; Kohlberg, L. (1987). The Measurement of Moral Judgment Vol. 2: Standard Issue Scoring Manual. Cambridge University Press.
 46. Freddy J.R., Hobfoll S.E., Traumatic stress. From theory to practice. New York: Plenum 1995.
 47. Inger Öster, Christine Brulin, Susann Backteman-Erlanson , Ann Jacobsson Caring for traffic accident victims: The stories of nine male police officers// International Emergency Nursing// Volume 19, Issue 2, April 2011, Pages 90–95
 48. Janoff-Bulman R. Rebuilding shattered assumption after traumatic life events: Coping process and outcomes // C.R. Snyder (Ed.) Coping: the psychology of what works. N.Y.: Oxford University Press, 1998.
 49. Janoff-Bulman R. Shattered assumptions: Towards a new psychology of trauma. // New York: Oxford University Press, 1992.
 50. Kohlberg, Lawrence (1981). Essays on Moral Development, Vol. I: The Philosophy of Moral Development. San Francisco, CA: Harper & Row.

51. Kohlberg, Lawrence (1958). The development of modes of moral thinking and choice in the years 10 to 16. Unpublished doctoral dissertation, The University of Chicago.
52. Kuhn M. and Mc Partland T. An empirical investigation of self-attitudes. – American Sociological Review. 1954. v.19. № 1.
53. Serpil Aytaca, The Sources of Stress, The Symptoms of Stress and Anger Styles as a Psychosocial Risk at Occupational Health and Safety: A Case Study on Turkish Police Officers, Gorukle-16056 Bursa, Turkey// ScienceDirect//Procedia Manufacturing 3 (2015) 6421 – 6428.
54. Zhen Wang, Sabra S. Inslicht, Thomas J. Metzler, Clare Henn-Haase, Shannon E. McCaslin , Huiqi Tong , Thomas C. Neylan, Charles R. Marmar, A prospective study of predictors of depression symptoms in police// Psychiatry Research journal// 175 (2010), p 211-216.

Приложение А

Таблица 6 Значимые корреляционные связи между показателями методики ПОЛО – «Ресурс» и некоторыми показателями анкеты

ПОЛО Анкета	Ш к а л а дезадаптации по психосоматическом у типу	Ш к а л а дезадаптации п о поведенческом у типу	Интегральная шкала общей дезадаптации (социо-психо- соматической проблемности)	Шкала общей деструктивност и	Шкала общей дефицитарност и
Наличие опыта переживания тяжелых жизненных событий в течение года (и более года)	0,357	0,350	0,345		0,317
Сумма симптомов (поведенческая, когнитивная, аффективная с ф е р а) , отмеченных самостоятельно	0,367	0,441	0,421	0,411	0,403
дезадаптация на аффективном уровне - субъективный	0,324	0,449	0,392	0,403	0,442
Корреляция значима при $p < 0,01$					

Приложение Б

Диагностические критерии ПТСР по Опроснику травматического стресса Котенева для обратной связи.

ПТСР (посттравматическое стрессовое расстройство (спустя более месяца после критического инцидента - более 4 недель)).

В- группа симптомов «вторжения» (вторжение неприятных воспоминаний, повторяющихся сновидений, физиологических реакций на «ключевые» стимулы, ассоциированные с травмой).

С – (упорное избегание стимулов, чувств или разговоров о психотравмирующем событии, а также деятельности, мест или людей, вызывающих воспоминания о стрессовом событии, снижение интереса и участия в значимых видах деятельности).

Д- группа симптомов «гиперактивации» (выражается в трудностях засыпания (бессоннице), повышенной раздражительности, немотивированной бдительности).

Г- дистресс и дезадаптация (нарушает социальную, профессиональную или иную значимую деятельность).

ОСР (острое стрессовое расстройство (в течение 1 месяца после критического инцидента - от 2 суток до 4 недель)).

В- диссоциативная симптоматика (защитный механизм организма, который позволяет совладать с психотравмирующей ситуацией, может сохраняться после стрессового события в виде отсутствия какого-либо эмоционального реагирования на ситуацию, «спутанности» сознания, утраты памяти на событие (при значениях выше 65-70 баллов, может являться признаком ПТСР)).

с- группа симптомов «вторжения» (вторжение неприятных воспоминаний, повторяющихся сновидений, физиологических реакций на «ключевые» стимулы, ассоциированные с травмой).

d- группа симптомов избегание (упорное избегание стимулов, чувств или разговоров о психотравмирующем событии, а также деятельности, мест или людей, вызывающих воспоминания о стрессовом событии, снижение интереса и участия в значимых видах деятельности).

е- группа симптомов «гиперактивации» (выражается в трудностях засыпания, (бессоннице) повышенной раздражительности, немотивированной бдительности, отсутствии физической усталости, потребности в отдыхе).

f - дистресс и дезадаптация (нарушает способность человека к получению необходимой помощи, сообщению членам семьи о пережитой травме).

Приложение В

Профиль Я-структуры личности и результаты автоматизированного заключения экспертно-диагностической системы ПОЛО «Ресурс» - 2012 (кандидат № 1)

ПОЛО РППЗ и ПИ 190 (М)

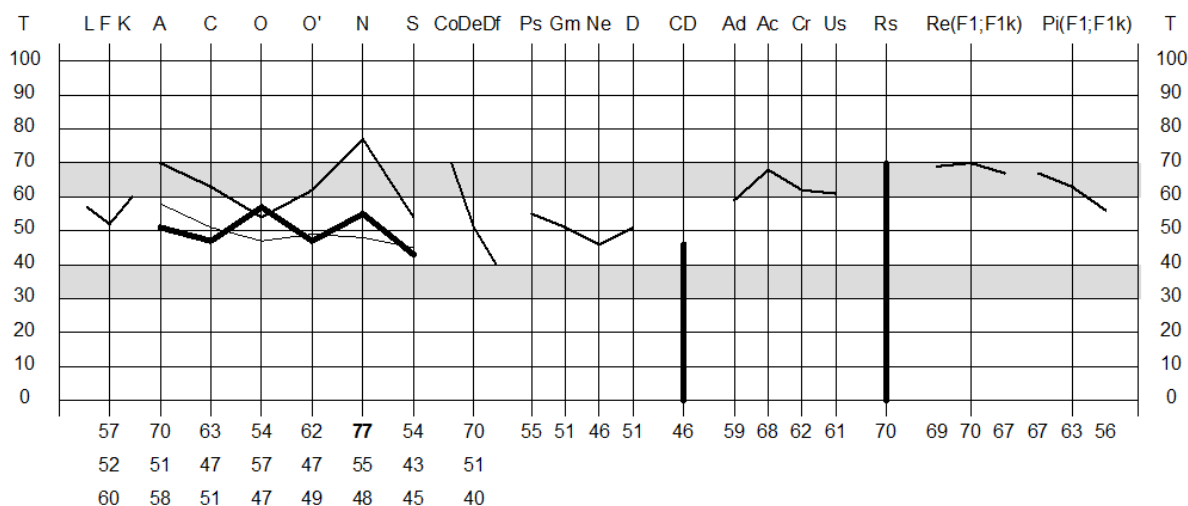
Профиль я-структуры личности

№ 413 от 16.12.2012

Гр:

Иванов Иван Иванович

д.р: 28.01.1979



1. Группа профессионально-психологического здоровья:

- 1.1. общая (GPZ) = 1
- 1.2. ядра личности (GPZf1) = 1
- 1.2. ядра личности с коррекцией (GPZf1) = 1

2. Группа субъектно-профессиональной идентичности

- 2.1. общая (GPi) = 1
- 2.2. ядра личности (GPif1) = 1
- 2.3. ядра личности с коррекцией (GPif1k) = 1

3. Группа профессионально-психологической успешности (GUs) = 2

Итоговая группа профессионально-психологической надежности = 1,1

1 группа (категория) профессионально-психологической надежности (по параметрам профессионально-психологического здоровья, профессиональной идентичности и профессионально-психологической успешности).

В Я-структуре личности испытуемого отмечается выраженное преобладание конструктивных компонентов Я-функций над деструктивно-дефицитарными. Конструктивный ресурс личностной идентичности (сбалансированности, гармоничности, адаптивно-компенсаторных возможностей и активности) высокий.

Приложение Г

Методика исследования базисных убеждений личности (М. А. Падун, А. В. Котельникова)

Вам предлагается перечень утверждений, сделанных от первого лица и касающихся отношения человека к самому себе, другим людям и окружающему миру.

Прочитав каждое утверждение, решите, в какой мере оно справедливо *по отношению к Вам*. Степень Вашего согласия или несогласия с каждым из утверждений оцените по шестиуровневой шкале, представленной на регистрационном бланке клеточками А, Б, В, Г, Д и Е:

А - совершенно верно (полностью согласен)

Б - верно (согласен)

В - пожалуй, это так (в общем-то, согласен)

Г - едва ли это так (не совсем согласен)

Д - неверно (не согласен)

Е - совершенно неверно (полностью не согласен)

Свой выбор отразите в регистрационном бланке, поставив метку в соответствующей клеточке.

Внимательно читайте утверждения. Не стоит надолго задумываться над выбором и пытаться угадать «правильный» ответ.

Следите за тем, чтобы номера утверждений и номера на бланке совпадали. Не пропускайте ни одного утверждения, для каждого выбирайте *только один* вариант ответа.

Перед началом выполнения методики впишите необходимые данные о себе в верхней части бланка, *не выходя за пределы рамки*. Обратите также внимание на приведенные в этой же части бланка правила нанесения меток.

Если Вы хорошо поняли инструкцию, приступайте к заполнению бланка.

1. Как правило, несчастья случаются с людьми из-за ошибок, которые они совершили.
2. Мне часто кажется, что во мне слишком мало хорошего.
3. В общем-то, судьба ко мне благосклонна.
4. Вряд ли что-то сможет помешать мне получить от жизни все, что я хочу.
5. Я полагаю, что людям доверять нельзя.
6. Непорядочные люди очень редко получают по заслугам.
7. У меня есть основания быть о себе невысокого мнения.
8. Мне кажется, что я не так удачлив, как большинство людей.
9. Как правило, я в состоянии действовать так, чтобы получить максимально благоприятный результат.
10. Я опасаясь, что человек, которому я доверюсь, может предать меня.
11. Как правило, хорошим людям сопутствуют счастье и удача.
12. Можно сказать, что я себе нравлюсь.
13. Люди по природе своей недружелюбны и злы.
14. В моей жизни, как правило, не приходится рассчитывать на удачное стечение обстоятельств.
15. В целом, люди достойны доверия.
16. Полагаю, что я в силах сделать все возможное, чтобы предотвратить неудачи.
17. Меня вполне можно назвать интересным и привлекательным человеком.
18. По большому счету, людей не очень-то волнуют проблемы других.
19. Вряд ли я могу полностью довериться кому-либо.

20. Удача улыбается мне значительно реже, чем другим.
21. Если посмотреть внимательно, то увидишь, что мир полон добра.
22. В большинстве случаев хорошие люди получают то, что заслуживают в жизни.
23. Мои достоинства вполне перевешивают мои недостатки.
24. Я считаю, что в целом бессмысленно предпринимать какие-либо меры для защиты себя от возможных неудач.
25. Фортуна слишком часто поворачивается ко мне спиной.
26. Сомневаюсь, что я в состоянии контролировать события, которые происходят в моей жизни.
27. Мне кажется, что если я буду откровенен с людьми, они используют это против меня.
28. Я считаю, что мне часто везет.
29. С достойными, хорошими людьми неприятности случаются так же часто, как и с плохими.
30. Мне вполне по силам выбрать максимально выигрышную стратегию поведения в сложных жизненных ситуациях.
31. Люди в большинстве своем добры и готовы прийти на помощь.
32. Оглядываясь назад, я понимаю, что случай был ко мне благосклонен.
33. Доверять людям небезопасно.
34. Если человек совершает хорошие поступки, то судьба, как правило, к нему благосклонна.
35. В общем-то, я ценю себя достаточно высоко.
36. Я - вполне везучий человек.
37. Сомневаюсь, что могу быть достаточно интересным и привлекательным для многих людей.

ПРИЛОЖЕНИЕ Д

ОБРАБОТКА И ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ТЕСТА ДВАДЦАТИ ВЫСКАЗЫВАНИЙ «КТО Я» (М.КУН, Т.МАКПАРТЛЕНД; МОДИФИКАЦИЯ Т.В. РУМЯНЦЕВОЙ)

Как анализировать самооценку идентичности?

Самооценка представляет собой эмоционально-оценочную составляющую Я-концепции.

Самооценка отражает отношение к себе в целом или к отдельным сторонам своей личности и деятельности.

Самооценка может быть *адекватной* и *неадекватной*.

Адекватность *самооценивания* выражает степень соответствия представлений человека о себе объективным основаниям этих представлений.

Уровень самооценки выражает степень реальных, идеальных или желаемых представлений о себе.

Самооценка идентичности определяется в результате соотношения количества оценок «+» и «-», которые получились при оценивании каждого своего ответа испытуемым (клиентом) на этапе количественной обработки.

Самооценка считается **адекватной**, если соотношение положительно оцениваемых качеств к отрицательно оцениваемым («+» к «-») составляет 65-80% на 35-20%.

Адекватная самооценка состоит в способности реалистично осознавать и оценивать как свои достоинства, так и недостатки, за ней стоит позитивное отношение к себе, самоуважение, принятие себя, ощущение собственной полноценности.

Также адекватная самооценка выражается в том, что человек ставит перед собой реально достижимые и соответствующие собственным возможностям цели и задачи, способен брать на себя ответственность за свои неудачи и успехи, уверен в себе, способен к жизненной самореализации.

Уверенность в себе позволяет человеку регулировать уровень притязаний и правильно оценивать собственные возможности применительно к различным жизненным ситуациям.

Человек с адекватной самооценкой свободно и непринужденно ведет себя среди людей, умеет строить отношения с другими, удовлетворен собой и окружающими. Адекватная самооценка является необходимым условием формирования уверенного полоролевого поведения.

Различают неадекватную завышенную самооценку – переоценку себя субъектом и неадекватную заниженную самооценку – недооценку себя субъектом.

Неадекватная самооценка свидетельствует о нереалистичной оценке человеком самого себя, снижении критичности по отношению к своим действиям, словам, при этом часто мнение о себе у человека расходится с мнением о нем окружающих.

Самооценка считается **неадекватно завышенной**, если количество положительно оцениваемых качеств по отношению к отрицательно оцениваемым («+» к «-») составляет 85-100%, то есть человек отмечает, что у него или нет недостатков, или их число достигает 15% (от общего числа «+» и «-»).

Люди с завышенной самооценкой, с одной стороны, гипертрофированно оценивают свои достоинства: переоценивают и приписывают их, с другой стороны, недооценивают и исключают у себя недостатки. Они ставят перед собой более высокие цели, чем те, которых могут реально достигнуть, у них высокий уровень притязаний, не соответствующий их реальным возможностям.

Человек с завышенной самооценкой характеризуется также неспособностью принимать на себя ответственность за свои неудачи, отличается высокомерным отношением к людям, конфликтностью, постоянной неудовлетворенностью своими достижениями, эгоцентризмом.

Неадекватная самооценка своих возможностей и завышенный уровень притязаний обуславливают чрезмерную самоуверенность.

Самооценка считается неадекватно заниженной, если количество отрицательно оцениваемых качеств по отношению к положительно оцениваемым («-» к «+») составляет 50-100%, то есть человек отмечает, что у него или нет достоинств, или их число достигает 50% (от общего числа «+» и «-»).

Люди с заниженной самооценкой обычно ставят перед собой более низкие цели, чем те, которых могут достигнуть, преувеличивая значение неудач. Ведь низкая самооценка предполагает неприятие себя, самоотрицание, негативное отношение к своей личности, которые обусловлены недооценкой своих успехов и достоинств.

При заниженной самооценке человек характеризуется другой крайностью, противоположной самоуверенности, – чрезмерной неуверенностью в себе. Неуверенность, часто объективно не обоснованная, является устойчивым качеством личности и ведет к формированию у человека таких черт, как смирение, пассивность, «комплекс неполноценности».

Самооценка является **неустойчивой**, если число положительно оцениваемых качеств по отношению к отрицательно оцениваемым («+» к «-») составляет 50-55%. Такое соотношение, как правило, не может длиться долго, является неустойчивым, дискомфортным.

Что стоит за применением человеком оценки «±» относительно своих характеристик?

Использование знака «плюс-минус» («±») говорит о способности человека рассматривать то или иное явление с двух противоположных сторон, говорит о степени его уравновешенности, о «взвешенности» его позиции относительно эмоционально значимых явлений.

Можно условно выделить людей **эмоционально-полярного, уравновешенного и сомневающегося типа**.

К людям **эмоционально-полярного типа** относятся те, кто все свои идентификационные характеристики оценивают только как нравящиеся или не нравящиеся им, они совсем не используют при оценивании знак «плюс-минус».

Для таких людей характерен максимализм в оценках, перепады в эмоциональном состоянии, относительно них можно сказать «от любви до ненависти один шаг». Это, как правило, эмоционально-выразительные люди, у которых отношения с другими людьми сильно зависят от того, насколько им человек нравится или не нравится.

Если количество знаков «±» достигает 10-20% (от общего числа знаков), то такого человека можно отнести к **уравновешенному типу**. Для них, по сравнению с людьми эмоционально-полярного типа, характерна большая стрессоустойчивость, они быстрее разрешают конфликтные ситуации, умеют поддерживать конструктивные отношения с разными людьми: и с теми, которые им в целом нравятся, и с теми, которые у них не вызывают глубокой симпатии; терпимее относятся к недостаткам других людей.

Если количество знаков «±» превышает 30-40% (от общего числа знаков), то такого человека можно отнести к **сомневающемуся типу**. Такое количество знаков «±» может быть у человека, переживающего кризис в своей жизни, а также свидетельствовать о нерешительности как черте характера (когда человеку тяжело принимать решения, он долго сомневается, рассматривая различные варианты).

Что стоит за применением человеком оценки «?» относительно своих характеристик?

Наличие знака «?» при оценке идентификационных характеристик говорит о способности человека переносить ситуацию внутренней неопределенности, а значит, косвенно свидетельствует о способности человека к изменениям, готовности к переменам.

Данный знак оценки используется людьми достаточно редко: один или два знака «?» ставят только 20% обследуемых.

Наличие трех и более знаков «?» при самооценивании предполагает у человека наличие кризисных переживаний.

В целом использование человеком при самооценивании знаков «±» и «?» является благоприятным признаком хорошей динамики консультативного процесса.

Применяющие данные знаки люди, как правило, быстрее выходят на уровень самостоятельного решения собственных проблем.

Как в методике «Кто Я?» проявляются особенности половой идентичности?

Половая (или гендерная) идентичность – это часть индивидуальной Я-концепции, которая происходит от знания индивидом своей принадлежности к социальной группе мужчин или женщин вместе с оценкой и эмоциональным обозначением этого группового членства.

Особенности половой идентичности проявляются:

- во-первых, в том, как человек обозначает свою половую идентичность;
- во-вторых, в том, на каком месте в списке идентификационных характеристик находится упоминание своей половой принадлежности.

Обозначение своего пола может быть сделано:

- напрямую,
- косвенно
- отсутствовать вовсе.

Прямое обозначение пола – человек указывает свою половую принадлежность в конкретных словах, имеющих определенное эмоциональное наполнение. Отсюда можно выделить четыре формы прямого обозначения пола:

- нейтральное,
- отчужденное,

- эмоционально-положительное
- эмоционально-отрицательное.

Формы прямого обозначения пола

Формы обозначения	Примеры	Интерпретация
Нейтральное	«Мужчина», «женщина»	Рефлексивная позиция
Отчужденное (дистантное)	«Человек мужского пола», «Особь женского пола»	Ирония, признак критического отношения к своей половой идентичности
Эмоционально-положительное	«Привлекательная девушка», «веселый парень», «роковая женщина»	Признак принятия своей привлекательности
Эмоционально-отрицательное	«Обычный парень», «некрасивая девушка»	Признак критического отношения к своей половой идентичности, внутреннее неблагополучие

Наличие прямого обозначения пола говорит о том, что сфера психосексуальности в целом и сравнение себя с представителями своего пола в частности являются важной и принимаемой внутренне темой самоосознания.

Косвенное обозначение пола – человек не указывает свою половую принадлежность прямо, но его половая принадлежность проявляется через социальные роли (мужские или женские), которые он считает своими, или по окончаниям слов. Косвенные способы обозначения пола также имеют определенное эмоциональное наполнение.

Косвенные способы обозначения пола

Способ обозначения

Примеры обозначения идентичности

	мужской	женский
Социальные роли	«Друг», «приятель», «муж», «брат», «сын», «отец», «студент»	«Подруга», «приятельница», «жена», «сестра», «дочь», «студентка»
Через окончания	«добрый», «умеющий делать», «я пошел»	«добрая», «умеющая делать», «я пошла»

Наличие косвенного обозначения пола говорит о знании специфики определенного репертуара полоролевого поведения, которое может быть:

- *широким* (если включает в себя несколько половых ролей)
- *узким* (если включает в себя только одну-две роли).

Наличие и прямого, и косвенного вариантов эмоционально-положительного обозначения своего пола говорит о сформированности позитивной половой идентичности, возможном многообразии ролевого поведения, принятии своей привлекательности как представителя пола, и позволяет делать благоприятный прогноз относительно успешности установления и поддержания партнерских взаимоотношений с другими людьми.

Отсутствие обозначения пола в самоидентификационных характеристиках констатируется тогда, когда написание всего текста идет через фразу: «Я человек который...». Причины этого могут быть следующими:

1. отсутствие целостного представления о полоролевом поведении на данный момент времени (недостаток рефлексии, знаний);
 2. избегание рассматривать свои полоролевые особенности в силу травматичности данной темы (например, вытеснения негативного результата сравнения себя с другими представителями своего пола);
 3. несформированность половой идентичности, наличием кризиса идентичности в целом.
- При анализе половой идентичности также важно учитывать, на каком месте текста ответов содержатся категории, связанные с полом:

- в самом начале списка,
- в середине
- в конце.

Это говорит об актуальности и значимости категорий пола в самосознании человека (чем ближе к началу, тем больше значимость и степень осознанности категорий идентичности).

Как проявляется рефлексия при выполнении методики «Кто Я?»?

Человек с более развитым уровнем рефлексии дает в среднем больше ответов, чем человек с менее развитым представлением о себе (или более «закрытый»).

Также об уровне рефлексии говорит субъективно оцениваемая самим человеком легкость или трудность в формулировании ответов на ключевой вопрос теста.

Как правило, человек с более развитым уровнем рефлексии быстрее и легче находит ответы, касающиеся его собственных индивидуальных особенностей.

Человек же, не часто задумывающийся о себе и своей жизни, отвечает на вопрос теста с трудом, записывая каждый свой ответ после некоторого раздумья.

О низком уровне рефлексии можно говорить, когда за 12 минут человек может дать только два-три ответа (при этом важно уточнить, что человек действительно не знает, как можно еще ответить на задание, а не просто перестал записывать свои ответы в силу своей скрытности).

О достаточно высоком уровне рефлексии свидетельствует 15 и более разных ответов на вопрос «Кто Я?».

Как анализировать временной аспект идентичности?

Анализ временного аспекта идентичности необходимо проводить, исходя из посылки, что успешность взаимодействия человека с окружающими предполагает относительную преимущество его прошлого, настоящего и будущего «Я». Поэтому рассмотрение ответов человека на вопрос «Кто Я?» должно происходить с точки зрения их принадлежности к прошедшему, настоящему или будущему времени (на основе анализа глагольных форм).

Наличие идентификационных характеристик, соответствующих различным временным режимам, говорит о временной интегрированности личности.

Особое внимание необходимо обратить на присутствие и выраженность в самоописании показателей перспективной идентичности (или перспективного «Я»), то есть идентификационных характеристик, которые связаны с перспективами, пожеланиями, намерениями, мечтами, относящихся к различным сферам жизни.

Наличие целей, планов на будущее имеет большую значимость для характеристики внутреннего мира человека в целом, отражает временной аспект идентичности, направленный на дальнейшую жизненную перспективу, выполняет экзистенциальную и целевую функции.

При этом важно учитывать, что признаком психологической зрелости является не просто наличие устремленности в (будущее, а некоторое оптимальное соотношение между направленностью в будущее и принятием, удовлетворенностью настоящим.

Преобладание в самоописании глагольных форм, описывающих действия или переживания в прошедшем времени, говорит о наличии в настоящем неудовлетворенности, стремлении вернуться в прошлое в силу его большей привлекательности или травматичности (когда психологическая травма не переработана).

Доминирование в самоописании глагольных форм будущего времени говорит о неуверенности в себе, стремлении человека уйти от трудностей настоящего момента в силу недостаточной реализованности в настоящем.

Преобладание в самоописании глаголов настоящего времени говорит об активности и сознательности действий человека.

Для консультирования по вопросам брака и семьи наиболее важно, как отражается в идентификационных характеристиках тема семьи и супружеских отношений, как представлены настоящие и будущие семейные роли, как они оцениваются самим человеком.

Так, одним из основных признаков психологической готовности к браку является отражение в самоописании будущих семейных ролей и функций: «я будущая мать», «буду хорошим отцом», «мечтаю о своей семье», «буду все делать для своей семьи» и т. д.

Признаком же семейного и супружеского неблагополучия является ситуация, когда женатый мужчина или замужняя женщина в самоописаниях никаким образом не обозначают свои реальные семейные, супружеские роли и функции.

Что дает анализ соотношения социальных ролей и индивидуальных характеристик в идентичности?

Вопрос «Кто я?» логически связан с характеристиками собственного восприятия человеком самого себя, то есть с его образом «Я» (или Я-концепцией). Отвечая на вопрос «Кто я?», человек указывает социальные роли и характеристики-определения, с которыми он себя соотносит, идентифицирует, то есть он описывает значимые для него социальные статусы и те черты, которые, по его мнению, связываются с ним.

Таким образом, **соотношение социальных ролей и индивидуальных характеристик** говорит о том, насколько человек осознает и принимает свою уникальность, а также насколько ему важна принадлежность к той или иной группе людей.

Отсутствие в самоописании индивидуальных характеристик (показателей рефлексивной, коммуникативной, физической, материальной, деятельной идентичностей) при указании множества социальных ролей («студент», «прохожий», «избиратель», «член семьи», «россиянин») может говорить о недостаточной уверенности в себе, о наличии у человека опасений в связи с самораскрытием, выраженной тенденции к самозащите.

Отсутствие же социальных ролей при наличии индивидуальных характеристик может говорить о наличии ярко выраженной индивидуальности и сложностях в выполнении правил, которые исходят от тех или иных социальных ролей.

Также отсутствие социальных ролей в идентификационных характеристиках возможно при кризисе идентичности или инфантильности личности.

За соотношением социальных ролей и индивидуальных характеристик стоит вопрос о соотношении социальной и личностной идентичностей. При этом под личностной идентичностью понимают набор характеристик, который делает человека подобным самому себе и отличным от других, социальная идентичность же трактуется в терминах группового членства, принадлежности к большей или меньшей группе людей.

Социальная идентичность преобладает в случае, когда у человека наблюдается высокий уровень определенности схемы «мы – другие» и низкий уровень определенности схемы «я – мы».

Личностная идентичность превалирует у людей с высоким уровнем определенности схемы «я – другие» и низким уровнем определенности схемы «мы – другие».

Успешное установление и поддержание партнерских взаимоотношений возможно человеком, имеющим четкое представление о своих социальных ролях и принимающим свои индивидуальные характеристики. Поэтому одной из задач супружеского консультирования является помощь клиенту в осознании и принятии особенностей своих социальной и личностной идентичностей.

Что дает анализ представленных в идентичности сфер жизни?

Условно можно выделить шесть основных сфер жизни, которые могут быть представлены в идентификационных характеристиках:

1. семья (родственные, детско-родительские и супружеские отношения, соответствующие роли);
2. работа (деловые взаимоотношения, профессиональные роли);
3. учеба (потребность и необходимость получения новых знаний, способность меняться);
4. досуг (структурирование времени, ресурсы, интересы);
5. сфера интимно-личностных отношений (дружеские и любовные отношения);
6. отдых (ресурсы, здоровье).

Все идентификационные характеристики можно распределить по предложенным сферам. После этого соотнести предъявляемые клиентом жалобы, формулировку его запроса с распределением характеристик идентичности по сферам: сделать вывод относительно того, насколько представлена сфера, соответствующая жалобе в самоописании, как оценены данные характеристики.

Принято считать, что характеристики самого себя, которые человек записывает в начале своего списка, в наибольшей мере актуализированы в его сознании, являются в большей мере осознаваемыми и значимыми для субъекта.

Несоответствие темы жалобы и запроса той сфере, которая представлена более выпукло и проблемно в самоописании, говорит о недостаточно глубоком самопонимании у клиента или о том, что клиент не сразу решил рассказать о том, что его действительно волнует.

Что дает анализ физической идентичности ?

Физическая идентичность включает в себя описание своих физических данных, в том числе описание внешности, болезненных проявлений, пристрастий в еде, вредных привычек.

Обозначение своей физической идентичности имеет прямое отношение к расширению человеком границ осознаваемого внутреннего мира, поскольку границы между «Я» и «не-Я» первоначально проходят по физическим границам собственного тела. Именно осознание своего тела является ведущим фактором в системе самоосознания человека. Расширение и обогащение «образа Я» в процессе личностного развития тесно связано с рефлексией собственных эмоциональных переживаний и телесных ощущений.

Что дает анализ деятельной идентичности ?

Деятельная идентичность также дает важную информацию о человеке и включает в себя обозначение занятий, увлечений, а также самооценку способностей к деятельности, самооценку навыков, умений, знаний, достижений. Идентификация своего «деятельного Я» связана со способностью сосредоточиться на себе, сдержанностью, взвешенностью поступков, а также с дипломатичностью, умением работать с собственной тревогой, напряжением, сохранять

эмоциональную устойчивость, то есть является отражением совокупности эмоционально-волевых и коммуникативных способностей, особенностей имеющихся взаимодействий.

Что дает анализ психолингвистического аспекта идентичности?

Анализ психолингвистического аспекта идентичности включает в себя определение того, какие части речи и какой содержательный аспект самоидентификации являются доминирующими в самоописании человека.

Существительные:

- Преобладание в самоописаниях существительных говорит о потребности человека в определенности, постоянстве;
- Недостаток или отсутствие существительных – о недостаточной ответственности человека.

Прилагательные:

- Преобладание в самоописаниях прилагательных говорит о демонстративности, эмоциональности человека;
- Недостаток или отсутствие прилагательных – о слабой дифференцированности идентичности человека.

Глаголы:

- Преобладание в самоописаниях глаголов (особенно при описании сфер деятельности, интересов) говорит об активности, самостоятельности человека; недостаток или отсутствие в самоописании глаголов – о недостаточной уверенности в себе, недооценке своей эффективности.

Чаще всего в самоописаниях используются существительные и прилагательные.

Гармоничный тип лингвистического самоописания характеризуется использованием приблизительно равного количества существительных, прилагательных и глаголов.

Под **валентностью идентичности** понимается преобладающий эмоционально-оценочный тон идентификационных характеристик в самоописании человека (данная оценка осуществляется самим специалистом).

Разность общего знака эмоционально-оценочного тона идентификационных характеристик определяет различные виды валентности идентичности:

- негативная – преобладают в целом отрицательные категории при описании собственной идентичности, больше описываются недостатки, проблемы идентификации («некрасивый», «раздражительная», «не знаю, что сказать о себе»);
- нейтральная – наблюдается или равновесие между положительными и отрицательными самоидентификациями, или в самоописании человека ярко не проявляется никакой эмоциональный тон (например, идет формальное перечисление ролей: «сын», «студент», «спортсмен» и т. д.);
- позитивная – положительные идентификационные характеристики преобладают над отрицательными («веселая», «добрый», «умный»);
- завышенная – проявляется или в практическом отсутствии отрицательных самоидентификаций, или в ответах на вопрос «Кто Я?» преобладают характеристики, представленные в превосходной степени («я лучше всех», «я супер» и т. д.).

Наличие **позитивной валентности** может выступать признаком адаптивного состояния идентичности, так как связано с настойчивостью в достижении цели, точностью, ответственностью, деловой направленностью, социальной смелостью, активностью, уверенностью в себе.

Остальные три вида валентности характеризуют неадаптивное состояние идентичности. Они связаны с импульсивностью, непостоянством, тревожностью, депрессивностью, ранимостью, неуверенностью в своих силах, сдержанностью, робостью.

Данные психолингвистического анализа, проведенного специалистом, сопоставляются с результатами самооценивания клиента.

Можно условно найти соответствие между знаком эмоционально-оценочного тона идентификационных характеристик и видом самооценки идентичности, которое говорит о том, что выполняющий методику «Кто Я?» человек, использует типичные для других людей критерии эмоциональной оценки личностных характеристик (например, качество «добрый» оценивается как «+»). Это соответствие является хорошим прогностическим знаком способности человека к адекватному пониманию других людей.

Наличие расхождений между знаком эмоционально-оценочного тона идентификационных характеристик и видом самооценки идентичности (например, качество «добрый» оценивается человеком, как «-») может говорить о существовании у клиента особой системы эмоциональной оценки личностных характеристик, которая мешает установлению контакта и взаимопониманию с другими людьми.

Соответствие видов валентности и самооценки

Виды валентности идентичности	Виды самооценки идентичности
Негативная	Неадекватно-заниженная
Нейтральная	Неустойчивая
Позитивная	Адекватная
Завышенная	Неадекватно-завышенная

Как оценить уровень дифференцированности идентичности?

В качестве количественной оценки уровня дифференцированности идентичности выступает число, отражающее общее количество показателей идентичности, которое использовал человек при самоидентификации.

Число используемых показателей колеблется у разных людей чаще всего в диапазоне от 1 до 14.

Высокий уровень дифференцированности (9-14 показателей) связан с такими личностными особенностями, как общительность, уверенность в себе, ориентирование на свой внутренний мир, высокий уровень социальной компетенции и самоконтроля.

Низкий уровень дифференцированности (1-3 показателя) говорит о кризисе идентичности, связан с такими личностными особенностями, как замкнутость, тревожность, неуверенность в себе, трудности в контроле себя.

Шкала анализа идентификационных характеристик

Включает в себя 24 показателя, которые, объединяясь, образуют семь обобщенных показателей-компонентов идентичности:

I. «Социальное Я» включает 7 показателей:

1. прямое обозначение пола (юноша, девушка; женщина);
2. сексуальная роль (любовник, любовница; Дон Жуан, Амазонка);
3. учебно-профессиональная ролевая позиция (студент, учусь в институте, врач, специалист);
4. семейная принадлежность, проявляющаяся через обозначение семейной роли (дочь, сын, брат, жена и т. д.) или через указание на родственные отношения (люблю своих родственников, у меня много родных);
5. этническо-региональная идентичность включает в себя этническую идентичность, гражданство (русский, татарин, гражданин, россиянин и др.) и локальную, местную идентичность (из Ярославля, Костромы, сибирячка и т. д.);
6. мировоззренческая идентичность: конфессиональная, политическая принадлежность (христианин, мусульманин, верующий);
7. групповая принадлежность: восприятие себя членом какой-либо группы людей (коллекционер, член общества).

II. «Коммуникативное Я» включает 2 показателя:

1. дружба или круг друзей, восприятие себя членом группы друзей (друг, у меня много друзей);
2. общение или субъект общения, особенности и оценка взаимодействия с людьми (хожу в гости, люблю общаться с людьми; умею выслушать людей);

III. «Материальное Я» подразумевает под собой различные аспекты:

- описание своей собственности (имею квартиру, одежду, велосипед);
- оценку своей обеспеченности, отношение к материальным благам (бедный, богатый, состоятельный, люблю деньги);
- отношение к внешней среде (люблю море, не люблю плохую погоду).

IV. «Физическое Я» включает в себя такие аспекты:

- субъективное описание своих физических данных, внешности (сильный, приятный, привлекательный);
- фактическое описание своих физических данных, включая описание внешности, болезненных проявлений и местоположения (блондин, рост, вес, возраст, живу в общежитии);
- пристрастия в еде, вредные привычки.

V. «Деятельное Я» оценивается через 2 показателя:

1. занятия, деятельность, интересы, увлечения (люблю решать задачи); опыт (был в Болгарии);
2. самооценка способности к деятельности, самооценка навыков, умений, знаний, компетенции, достижений, (хорошо плаваю, умный; работоспособный, знаю английский).

VI. «Перспективное Я» включает в себя 9 показателей:

1. профессиональная перспектива: пожелания, намерения, мечты, связанные с учебно-профессиональной сферой (будущий водитель, буду хорошим учителем);

2. семейная перспектива: пожелания, намерения, мечты, связанные с семейным статусом (буду иметь детей, будущая мать и т. п.);
3. групповая перспектива: пожелания, намерения, мечты, связанные с групповой принадлежностью (планирую вступить в партию, хочу стать спортсменом);
4. коммуникативная перспектива: пожелания, намерения, мечты, связанные с друзьями, общением.
5. материальная перспектива: пожелания, намерения, мечты, связанные с материальной сферой (получу наследство, заработаю на квартиру);
6. физическая перспектива: пожелания, намерения, мечты, связанные с психофизическими данными (буду заботиться о своем здоровье, хочу быть накачанным);
7. деятельностная перспектива: пожелания, намерения, мечты, связанные с интересами, увлечениями, конкретными занятиями (буду больше читать) и достижением определенных результатов (в совершенстве выучу язык);
8. персональная перспектива: пожелания, намерения, мечты, связанные с персональными особенностями: личностными качествами, поведением и т. п. (хочу быть более веселым, спокойным);
9. оценка стремлений (многого желаю, стремящийся человек).

VII. «Рефлексивное Я» включает 2 показателя:

1. персональная идентичность: личностные качества, особенности характера, описание индивидуального стиля поведения (добрый, искренний, общительная, настойчивый, иногда вредный, иногда нетерпеливый и т. д.), персональные характеристики (кличка, гороскоп, имя и т. д.); эмоциональное отношение к себе (я супер, «клевый»);
2. глобальное, экзистенциальное «Я»: утверждения, которые глобальны и которые недостаточно проявляют различия одного человека от другого (человек разумный, моя сущность).

Два самостоятельных показателя:

1. проблемная идентичность (я ничто, не знаю – кто я, не могу ответить на этот вопрос);
2. ситуативное состояние: переживаемое состояние в настоящий момент (голоден, нервничаю, устал, влюблен, огорчен).

Приложение Е

Анкета

Дата заполнения «___» _____ 20___

Вам предлагается ответить на вопросы, которые связаны с жизненными и профессиональными ситуациями. Возможен выбор нескольких вариантов ответов, в вопросах, где это предусмотрено. Там, где варианты ответов не предусмотрены, напишите, пожалуйста, свой ответ.

Выбранный вариант ответа отметьте знаком «V»

1. Ф.И.О.

2. Дата рождения: « ____ » _____ 19 ____

3. Пол 1. Мужской 2. Женский

4. Место работы

5. Должность

6. Ваше образование на данный момент?

1. Полное среднее (10-11 классов школы, ПТУ) 4. Высшее
 2. Среднее специальное (техникум, колледж) 5. Два (и более) высших образования
 3. Незаконченное высшее (3 курса ВУЗа) 6. Аспирантура (адъюнктура), ученая степень

7. Вы росли и воспитывались?

1. В полной семье (мать, отец) 3. В семье бабушки, дедушки или других родственников
 2. В неполной семье (либо мать, либо отец) 4. В детском учебно-воспитательном учреждении

8. Ваше официальное семейное положение на данный момент?

1. Холост (не замужем) 5. Вдовец (вдова)
 2. Женат (замужем) 6. Разведен (а)
 3. Состою в зарегистрированном браке, но проживаю отдельно от супруги (супруга)
 4. Состою в гражданском (незарегистрированном) браке

9. Есть ли у Вас дети? 1. Нет 2. Да **Если ДА, то сколько _____?**

10. Стаж (в системе МВД): _____ лет.

11. Как Вы оцениваете свою работу, в зависимости от напряженности? (обведите цифру)

3 -3 -2 -1 0 1 2

Легкая, не вызывает никакого напряжения

Очень тяжелая и напряженная

12. Что в Вашей работе вызывает у Вас сильное напряжение?

1. Физическая нагрузка 8. Общение с коллегами
 2. Эмоциональная нагрузка 9. Общение с людьми
 3. Чрезмерный документооборот
 4. Необходимость применения силы
 5. Вероятность получения физической травмы

6. Угроза собственному здоровью или жизни
7. Работа с людьми, которые находятся в тяжелом эмоциональном или физическом состоянии
10. Другое: _____

13. Что Вам больше всего нравится в Вашей работе?

14. Привлекались ли Вы за последний год к дисциплинарной ответственности?

1. Нет 2. Да, имелось дисциплинарное взыскание
3. Да, сейчас имею дисциплинарное взыскание

15. Направлялись ли Вы в командировку в особые условия?

1. Нет 2. Да

Если ДА, то сколько раз? _____ (укажите кол-во)

В какой регион (ы)?

16. Назовите дату последней командировки: с _____ г. по

_____ г.

17. Была ли в Вашей жизни ситуация, когда от Ваших действий зависела жизнь других людей?

1. Нет 2. Да

Если ДА, то в чем заключалась эта ситуация?

18. Приходилось ли Вам применять оружие на поражение (профессиональный долг, самооборона, крайняя необходимость)?

1. Нет 2. Да 3. Если ДА, то сколько раз? _____ (укажите цифру)

19. Результат применения Вами огнестрельного оружия:

1. Не было раненых и убитых 3. Были убитые
2. Были раненые 4. Были убитые и раненые

20. Какие тяжелые жизненные события пришлось Вам пережить в течение года?

(если это событие было более 1-го года назад и является для Вас значимым, также отметьте его, указав примерную дату, когда это произошло). Пожалуйста, уточните, какие именно события произошли.

1. Проблемы собственного здоровья:

указывается при необходимости ДАТА

2. Тяжелое заболевание близкого:

3. Разрыв (разлад) отношений с близким человеком:

4. Уход из жизни близкого человека:

5. Конфликт на работе:

6. Непоправимый поступок:

7. Развод:

—

8. Предательство:

9. Жилищно-бытовые, экономические проблемы:

10. Другое:

—

21. Приходилось ли Вам в течение года оказываться в ситуациях, когда Вы испытывали угрозу собственной жизни или здоровью? (если это событие было более 1-го года назад и является для Вас значимым, также отметьте его, указав примерную дату, когда это произошло).

1. Нет (переходите к п. 26)

2. Да

22. В какой ситуации Вы испытали угрозу собственной жизни или здоровью?

1. Профессиональная деятельность:

указывается при необходимости ДАТА

2. Вооруженный конфликт:

3. Преступное посягательство (нападение):

4. Угрожающее жизни заболевание: _____ 8. Несчастный случай:

5. Дорожно-транспортное происшествие: _____ 9. Физическое насилие:

6. Природная катастрофа: _____ 10. Сексуальное насилие:

7. Техногенная катастрофа: _____ 11. Другое:

23. Получили ли Вы физическую травму в этой ситуации?

1. Нет 3. Да, вынужден(а) был(а) взять больничный
 2. Да, незначительную 4. Да, был(а) временно нетрудоспособен (больничный более 2х месяцев)

24. Пришлось ли Вам ждать помощи?

1. Нет, не было необходимости 2. Да
Если ДА, то уточните, какую именно помощь:
 1. Скорую медицинскую помощь 3. Службу спасения
 2. Профессиональную подмогу 4. Другое:
-
-

25. Погиб или травмировался кто-нибудь из Ваших близких или знакомых в этой ситуации?

1. Нет 2. Да, травмировался 3. Да, погиб

26. Были ли Вы когда-нибудь свидетелем события, которое включало смерть других людей (знакомых, близких)?

1. Нет 2. Да
Если ДА, то опишите, что и когда произошло?
-
-
-

27. Отмечаете ли Вы у себя или Ваши близкие у Вас в последнее время какие-либо изменения в состоянии и поведении?

<i>Отмечаете Вы сами</i>		<i>Отмечаю т Ваши близкие</i>
<input type="checkbox"/> 1.	Усталость	<input type="checkbox"/> 17.
<input type="checkbox"/> 2.	Бессонница	<input type="checkbox"/> 18.
<input type="checkbox"/> 3.	Раздражительность	<input type="checkbox"/> 19.
<input type="checkbox"/> 4.	Безразличие, утрата интереса	<input type="checkbox"/> 20.
<input type="checkbox"/> 5.	Трудности с запоминанием	<input type="checkbox"/> 21.
<input type="checkbox"/> 6.	Рассеянность, снижение внимания	<input type="checkbox"/> 22.
<input type="checkbox"/> 7.	Ухудшение самочувствия, здоровья	<input type="checkbox"/> 23.
<input type="checkbox"/> 8.	Потеря сексуального влечения	<input type="checkbox"/> 24.
<input type="checkbox"/> 9.	Отсутствие аппетита	<input type="checkbox"/> 25.

- | | | |
|------------------------------|-------------------|------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 10. | Переедание | <input type="checkbox"/> 26. |
| <input type="checkbox"/> 11. | Настороженность | <input type="checkbox"/> 27. |
| <input type="checkbox"/> 12. | Плохое настроение | <input type="checkbox"/> 28. |
| <input type="checkbox"/> 13. | Агрессивность | <input type="checkbox"/> 29. |
| <input type="checkbox"/> 14. | Конфликтность | <input type="checkbox"/> 30. |
| <input type="checkbox"/> 15. | Чувство вины | <input type="checkbox"/> 31. |
| <input type="checkbox"/> 16. | Другое _____ | <input type="checkbox"/> 32. |

28. Что помогает Вам снимать напряжение в трудных жизненных ситуациях? (из предложенных вариантов в скобках можно подчеркнуть верный вариант по отношению к Вам)

- 1. Сон
- 2. Отдых (покой, отсутствие активной деятельности)
- 3. Мечтание, мысленное конструирование будущего
- 4. Смена деятельности и обстановки (хобби, туризм, творчество и пр.)
- 5. Еда (сладости, деликатесы, вкусная и здоровая пища и пр.)
- 6. Прием препаратов и лекарственных средств (успокаивающее, снотворное, обезболивающее, тонизирующее)
- 7. Употребление алкоголя (слабоалкогольные, крепкие напитки)
- 8. Курение (табак, кальян, электронные сигареты)
- 9. Расслабляющие или оздоровительные процедуры (баня, сауна, массаж и пр.)
- 10. Релаксация (дыхательные упражнения, аутогенная тренировка, йога, медитация и пр.)
- 11. Занятия спортом (фитнесс, бассейн, танцы, тренажерный зал и пр.)
- 12. Переживание экстремальных ощущений (быстрая езда, скалолазание, прыжки с парашютом, дайвинг, авто-и мотоспорт и пр.)
- 13. Компьютерные игры (стратегии, шутеры, приключения и пр.)
- 14. Игры с использованием имитированного оружия (страйкбол, пейнтбол, исторические реконструкции и пр.)
- 15. Развлечения (театр, кинотеатр, концерт, дискотека и пр.)
- 16. Общение в кругу семьи (дети, родственники, близкие)
- 17. Общение с друзьями, знакомыми, коллегами
- 18. Виртуальное общение (чаты, социальные сети, блоги и пр.)
- 19. Обращение к психологу (психологическое консультирование, психотерапия)
- 20. Обращение к специалисту по решению конкретной проблемы (врач, юрист и пр.)
- 21. Поиск ответов на вопросы у специалистов смежных наук и предсказательных практик (астролог, парапсихолог, экстрасенс, хиромант и пр.)
- 22. Обсуждение с другими людьми возникшей проблемы
- 23. Самостоятельный поиск информации в решении проблемы (интернет, литература и пр.)
- 24. Посещение различных семинаров, социально-психологических тренингов, участие в других анонимных группах
- 25. Другое:

29. В п. 17-26 Вы указали события, которые произошли в Вашей жизни. Какое событие было для Вас наиболее эмоционально тяжелым и вызывает у Вас переживания до сих пор?

Ваш уникальный опыт является важным в понимании того, что может испытывать человек, переживший подобные события. Ответьте, пожалуйста, на некоторые вопросы о конкретной ситуации, которую Вы указали. Ваше участие в данном интервью позволит оказать более эффективную психологическую помощь людям, пережившим трудные жизненные ситуации.

Если на данный вопрос Вы не ответили, то переходите к п. 50

30. Укажите более точно, когда произошло это событие:

31. Кратко опишите что произошло:

32. Постарайтесь вспомнить, какая реакция (состояние) у Вас наблюдалась в момент события:

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> 1. Плач | <input type="checkbox"/> 7. Страх |
| <input type="checkbox"/> 2. Паника | <input type="checkbox"/> 8. Нервная дрожь |
| <input type="checkbox"/> 3. Оцепенение, ступор | <input type="checkbox"/> 9. Сильное возбуждение |
| <input type="checkbox"/> 4. Безразличие | <input type="checkbox"/> 10. Агрессия |
| <input type="checkbox"/> 5. Состояние «нереальности» | <input type="checkbox"/> 11. Беспомощность |
| <input type="checkbox"/> 6. Ужас | <input type="checkbox"/> 12. Другое: _____ |

33. О чем Вы думали в момент события, какие мысли «мелькали» у Вас?

34. Какие чувства Вы испытывали после этого события?

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> 1. Чувство вины | <input type="checkbox"/> 9. Тревога |
| <input type="checkbox"/> 2. Гнев, злость | <input type="checkbox"/> 10. Апатия |
| <input type="checkbox"/> 3. Страх | <input type="checkbox"/> 11. Безразличие |
| <input type="checkbox"/> 4. Беспомощность | <input type="checkbox"/> 12. Подавленность |
| <input type="checkbox"/> 5. Одиночество | <input type="checkbox"/> 13. Эмоциональное возбуждение |
| <input type="checkbox"/> 6. Эйфория | <input type="checkbox"/> 14. Потерянность |
| <input type="checkbox"/> 7. Стыд | <input type="checkbox"/> 15. Разочарование |
| <input type="checkbox"/> 8. Обида | <input type="checkbox"/> 16. Другое: _____ |

35. Какие переживания, связанные с этим событием Вы испытываете сейчас?

36. Насколько тяжелы сейчас эмоциональные переживания? (обведите цифру)

-3 -2 -1 0 1 2

3

Отсутствие
переживаний

Очень
тяжелые
пережив
ания и
переживания

37. Замечали ли Вы ухудшения здоровья после этого события?

1. Нет 2. Да

Если ДА, то в чем выражалось ухудшение здоровья?

1. Сердечнососудистые заболевания:
-

2. Эндокринные нарушения:
-

3. Проблемы желудочно-кишечного тракта:
-

4. Мигрени, головные боли, головокружения:
-

5. Неврологические проблемы:
-

6. Обострение хронических заболеваний:
-

7. Дерматологические заболевания:
-

8. Другое: _____
-

38. Спустя время, возникают ли у Вас непроизвольные воспоминания о том, что произошло?

1. Никогда 2. Очень редко 3. Периодически 4. Только во снах
 5. Постоянно, практически каждый день

39. Снятся ли Вам это событие или отдельные фрагменты события?

1. Никогда 3. Снятся периодически
 2. Снилось несколько раз 4. Повторяются тяжелые сны о событии

40. Нуждались ли Вы в поддержке (помощи) других лиц после этого события?

1. Нет 2. В некоторой мере 3. Да

В чьей поддержке Вы нуждались?

1. Друзей 4. Коллег
 2. Семьи 5. Руководства
 3. Психолога 6. Государства
 7. Другое: _____
-

41. Была ли оказана необходимая поддержка (помощь)?

1. Нет 2. Да, но недостаточно 3. Да

42. Если, ДА, то кто оказал Вам наибольшую поддержку:

1. Друзья 5. Руководство
 2. Семья 6. Конкретный человек
 3. Психолог 7. Я сам

4. Коллеги

8. Другое:

43. В чём она заключалась?

44. С чьей стороны не было оказано помощи?

45. Что Вам помогло восстановить силы после этого события: *(из предложенных вариантов в скобках можно подчеркнуть верный вариант по отношению к Вам)*

- 1. Сон
 - 2. Отдых (покой, отсутствие активной деятельности)
 - 3. Мечтание, мысленное конструирование будущего
 - 4. Смена деятельности и обстановки (хобби, туризм, творчество и пр.)
 - 5. Еда (сладости, деликатесы, вкусная и здоровая пища и пр.)
 - 6. Прием препаратов и лекарственных средств (успокаивающее, снотворное, обезболивающее, тонизирующее)
 - 7. Употребление алкоголя (слабоалкогольные, крепкие напитки)
 - 8. Курение (табак, кальян, электронные сигареты)
 - 9. Расслабляющие или оздоровительные процедуры (баня, сауна, массаж и пр.)
 - 10. Релаксация (дыхательные упражнения, аутогенная тренировка, йога, медитация и пр.)
 - 11. Занятия спортом (фитнесс, бассейн, танцы, тренажерный зал и пр.)
 - 12. Переживание экстремальных ощущений (быстрая езда, скалолазание, прыжки с парашютом, дайвинг, авто-и мотоспорт и пр.)
 - 13. Компьютерные игры (стратегии, шутеры, приключения и пр.)
 - 14. Игры с использованием имитированного оружия (страйкбол, пейнтбол, исторические реконструкции и пр.)
 - 15. Развлечения (театр, кинотеатр, концерт, дискотека и пр.)
 - 16. Общение в кругу семьи (дети, родственники, близкие)
 - 17. Общение с друзьями, знакомыми, коллегами
 - 18. Виртуальное общение (чаты, социальные сети, блоги и пр.)
 - 19. Обращение к психологу (психологическое консультирование, психотерапия)
 - 20. Обращение к специалисту по решению конкретной проблемы (врач, юрист и пр.)
 - 21. Поиск ответов на вопросы у специалистов смежных наук и предсказательных практик (астролог, парапсихолог, экстрасенс, хиромант и пр.)
 - 22. Обсуждение с близкими возникшей проблемы
 - 23. Самостоятельный поиск информации в решении проблемы (интернет, литература и пр.)
 - 24. Посещение различных семинаров, социально-психологических тренингов, участие в других анонимных группах
 - 25. Другое:
-

46. Стали ли Вы употреблять больше алкоголя после события?

1. Нет

2. Да

47. Способствовало ли употребление алкоголя снятию напряжения и появлению ощущения свободы от тягостных мыслей или воспоминаний?

1. Нет 2. В некоторой мере 3. Да

48. Повлияло ли это событие на Ваше отношение к религии:

1. Никак не повлияло
 2. Да, я стал (а) более религиозным человеком
 3. Я стал (а) менее религиозным

49. Изменилось что-либо в отношениях с другими людьми после события?

В лучшую сторону

В худшую сторону

- | | | |
|-----------------------------|----------------------------------|------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1. | Ближайшими родственниками | <input type="checkbox"/> 9. |
| <input type="checkbox"/> 2. | Близким человеком, супругой (ом) | <input type="checkbox"/> 10. |
| <input type="checkbox"/> 3. | Детьми | <input type="checkbox"/> 11. |
| <input type="checkbox"/> 4. | Друзьями | <input type="checkbox"/> 12. |
| <input type="checkbox"/> 5. | Коллегами | <input type="checkbox"/> 13. |
| <input type="checkbox"/> 6. | Руководством | <input type="checkbox"/> 14. |
| <input type="checkbox"/> 7. | Не изменилось | <input type="checkbox"/> 15. |
| <input type="checkbox"/> 8. | Другое _____ | <input type="checkbox"/> 16. |

50. Спустя время, какие изменения в себе и в видении окружающего мира Вы отмечаете?

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> 1. Внимательность к состоянию своего здоровья | <input type="checkbox"/> 8. Игнорирование симптомов, связанных с ухудшением здоровья |
| <input type="checkbox"/> 2. Ощущение собственной значимости | <input type="checkbox"/> 9. Ощущение невозможности влиять на ход событий |
| <input type="checkbox"/> 3. Приобретение уверенности в себе | <input type="checkbox"/> 10. Потеря уверенности в себе |
| <input type="checkbox"/> 4. Бдительность и настороженность | <input type="checkbox"/> 11. Потребность в «острых» ощущениях |
| <input type="checkbox"/> 5. Спокойствие, душевное равновесие | <input type="checkbox"/> 12. Ощущение угрозы, отсутствия безопасности |
| <input type="checkbox"/> 6. Отсутствие «барьеров» общения | <input type="checkbox"/> 13. Трудности установления контактов (застенчивость, скованность и пр.) |
| <input type="checkbox"/> 7. Потребность в доверительных, эмоционально-близких отношениях | <input type="checkbox"/> 14. Недоверие к другим людям |
| | <input type="checkbox"/> 15. Трудности в проявлении своих эмоций и чувств |
| | <input type="checkbox"/> 16. Появилось ощущение, что другие не понимают, что со мной произошло |
| | <input type="checkbox"/> 17. Чувство, как будто бы нахожусь еще в прошлой ситуации |

□ 18.

Другое: _____

СПАСИБО!