

Скориніна-Погребна О.В.
доктор соціологічних наук,
професор кафедри психології діяльності в особливих умовах
Національний університет цивільного захисту України

НАПРЯМКИ ПСИХОКОРЕКЦІЙНОЇ РОБОТИ ІЗ ЖІНКАМИ З НЕВРОТИЧНОЮ ПОВЕДІНКОЮ В ПЕРІОД СУСПІЛЬНОЇ КРИЗИ

Поточна глобальна українська криза значно підірвала механізми психологічного захисту людей, і вирішувати цю проблему лише на психологічному рівні недостатньо. Але, тим не менш, психологія відіграє важливу роль у допомозі адаптуватися до суспільних процесів. Згідно з опитуваннями соціологів в групі ризику опиняються жінки з невротичним поведінкою.

Метою статті є вивчення психологічних особливостей жінок з невротичними станами в кризовий період в суспільстві та запропонувати напрямки роботи із ними.

К. Хорні відзначала, що характерними для невротичної особистості проявами є: 1. Страх. 2. Безпорадність. 3. Почуття провини. 4. Надмірна залежність від отримання схвалення. 5. Внутрішня незахищеність, емоційна реакція на критику. 6. Невміння будувати довгострокові плани. 7. Порушення в сексуальному житті. 8. Постійне порівняння себе з іншими. 9. Бажання власної унікальності і удачливості.

Страхи невротичних жінок характеризуються неусвідомленістю їх змісту. Вони можуть виникати як від прямих, так і непрямих причин, але проявляються як правило в тілесних реакціях без раціонального їх пояснення. Тілесні реакції страху спостерігаються в діафрагмальному і шийному м'язовому сегменті. Це відчуття тиску, розпирання, спеки, хвилеподібного скорочення м'язів. У зв'язку з цим основним засобом роботи зі страхами і тривогою подібного роду є вміння ачити зв'язки, що існують між загальними подіями у суспільстві і приватними явищами в житті людини. Необхідно зрозуміти, якими шляхами кризові явища нашого часу створюють особисті труднощі. Необхідно виробити у особистості з невротичною поведінкою розуміння соціальних причин того, що відбувається в суспільстві, максимально переключити її зі своєї відповідальності за суспільні перетворення на раціональне осмислення подій.

В процесі психологічного консультування виявлялися раціональні причини страху. Один з основних страхів – це страх приймати відповідальні рішення. У зв'язку з кризовим станом суспільства, відбувається перебудова всіх сфер життя людей, для адаптації до нових умов необхідно приймати рішення різного характеру. Найбільш актуальним питанням на сьогоднішній день є рішення про зміну місця проживання. Наступними за значущістю можна визначити рішення, що стосуються професійної сфери через незадоволення матеріальним

становищем: зміна роботи, закриття/відкриття ПП, зміна напрямку діяльності. Значна частина опитаних жінок озвучили страх втрати життєвої стабільності, страх бідності, страх смерті свого або своїх близьких, страх руйнувань свого житла. Відсутність соціальної захищеності є потужним чинником, який посилює їх невротичні прояви.

Для жінок з невротичною поведінкою характерно стан безпорадності. Виявлено, що основна маса опитаних жінок приписують суспільству відповідальність за те, що відбувається в їх житті. Це часто є причиною сімейних конфліктів, оскільки жінки з невротичними симптомами схильні перекладати відповідальність за свою долю на своїх чоловіків, постійно висувуючи їм претензії і звинувачуючи в бездіяльності. Причому форми сімейної комунікації, як правило, двох видів: або істеричні, або агресивні.

Разом з цим виникає почуття провини, яке пригнічує і формує постійну самокритику і самоприпинення. Глибокі роздуми про свої недоліки і негідну поведінку створюють уявлення про заслужене покарання у вигляді тих негативних подій, що відбуваються у житті. Будь-які прояви даних страждань мають в своїй основі вторинну вигоду. Наприклад, щоб підтвердити своє право на безвідповідальність, емоційність, імпульсивність у вчинках. Людина соціальна, вона прагне до підтримання соціальних зв'язків з іншими людьми, але для неї важливо і самоствердження в значимому для себе соціумі. Виникає глибокий внутрішньоособистісний конфлікт: з одного боку є бажання бути прийнятою в оточенні, проявляти себе, прагнення бути кращою за інших, успішніше, унікальніше, а з іншого – відхід від відповідальності, прагнення до ізоляції у ситуаціях, якщо не виходить підвищити почуття власної значущості за рахунок комунікації. Одна з основних тенденцій поведінки полягає в орієнтації на інших. В результаті виникає дві лінії поведінки. Перша пов'язана з постійним нав'язуванням своєї допомоги іншим, орієнтація на потреби оточуючих і спроба спрямувати свою активність на їх задоволення. У відповідь з боку оточуючих очікується подяка і безумовне схвалення, що далеко не завжди відповідає дійсності. Це, в свою чергу, формує нові складнощі в поведінці невротичних жінок: розчарування в людях, знецінення себе і своїх вчинків, підвищена самокритика з постійним питанням «що в мені не так».

Друга лінія поведінки кардинально протилежна. Жінка з невротичною поведінкою стає надмірно егоцентричною. Вся її активність спрямована на задоволення своїх потреб, які охоплюють різні життєві сфери. Від оточуючих очікується захоплення і похвала, але цього не відбувається. Часто задоволення власних потреб пов'язано з використанням інших людей у своїх цілях, що викликає у них неоднозначну реакцію. І знову невиправдані очікування і розчарування.

Першопричиною невротичної поведінки служить яка-небудь ситуація, що викликає надмірно сильні, яскраві емоційні переживання, серйозне нерве, психологічне перенапруження. Часто людина не може самотійно впоратися з

напруженим станом, оскільки включаються захисні механізми особистості, які не дозволяють заподіювати дискомфорт психіці. А робота над собою, як правило, завжди йде через кризу: необхідно усвідомлення та опрацювання проблемних ситуацій, що породили неконструктивний стан.

У всіх піддослідних жінок з невротичним поведінкою простежувалася невіра у власні сили, сумніви в можливості повернення до конструктивного способу життя. Подолати стан безнадійності і, як наслідок, пасивний стан – перше завдання в комплексі психологічної корекції особистості.

Прихід на консультацію – це важливий крок в роботі над собою, але він буде непродуктивним і поверхневим, якщо не закріпити його правильним підходом до вирішення проблем та покладанням відповідальності за раціональність поведінки на саму жінку. Прийняття рішення працювати над собою, конкретні рекомендації психолога, як це робити для вирішення проблем, що турбують клієнта, може вселити в нього нову надію, дозволяючи йому робити нові спроби вирішення цих проблем і заохочуючи його до цього. Але боротьба з невротичними симптомами – це тривалий процес. Тілесні реакції не зникають швидко, це служить причиною втрати надій на повернення до конструктивної поведінки. У цей період психологу необхідно постійно знаходитися в контакті з клієнтом, здійснюючи підтримку, підбадьорювання і з раз у раз пояснювати причини тривалого дискомфорту стану. Це дає можливість клієнтові, зокрема, жінці з невротичним поведінкою висловитися, відчувати прийняття психологом, незважаючи на її особливості, відчувати відповідальність за свої дії. У даному діалозі у особистості з'являється можливість прямо говорити про свій стан, про себе і отримувати схвалення за цю модель поведінки. А як вже зазначалося вище, для невротичної особистості це одна з важливих потреб.

Якщо за допомогою переконань, навіювань, бесід і т. п. вселити в клієнта надію на продуктивну роботу, тоді він зможе ігнорувати деякі симптоми, які викликають занепокоєння, або вони можуть навіть зникнути. Це може допомогти йому у вирішенні дійсних проблем, відволікаючи його від повного зосередження на симптоматичних проявах.

Виявлення й обговорення дійсних проблем клієнта, викликають зміни в його свідомості та поведінці – це основна сутність змін, що ведуть до продуктивної взаємодії. Тому корекція в основному є процесом спеціалізованого навчання, і ефективність залежить від того, наскільки спотворене розуміння клієнтом дійсності приведено у відповідність з дійсними життєвими чинниками.

Таким чином, психокорекційна робота з жінками з невротичною поведінкою полягає:

- в необхідності змінити свою фактичну поведінку, звернувши її в конструктивну соціальну практику;

- у виправленні невірних уявлень про оточуючих людей і суспільні відносини;
- у формуванні здатності розуміти своє власне місце в суспільному процесі;
- у навчанні аналізувати і розуміти себе самого з декількох позицій;
- у необхідності змінити деструктивну систему установок на більш адекватну, в результаті чого змінюються мотиви та емоції;
- у виробленні установок, які активно включають особистість у конструктивну суспільну діяльність;
- у сформуванні мислення так, щоб умовиводи відповідали життєвим фактам. Це означає, що клієнт повинен навчитися більш точному і логічного методу мислення; – у навчанні відстежувати риси особистісної незрілості.

Однак слід зазначити, що зміни невротичної поведінки у жінок не можуть бути здійснені за допомогою окремих порад, рекомендацій і вказівок на невідомі їм життєві факти. Вони не зміняться під впливом простої логіки. В основному консультування спрямоване на процес навчання і перенавчання. Але, поряд з цим, необхідний пошук глибинних причин тих чи інших установок і форм поведінки, їх опрацювання в контексті минулого досвіду. Важливими є техніки, які дадуть ресурсну підтримку.

Література

1. Делягин М.Г. Мировой кризис: общая теория глобализации / М.Г. Делягин. – Москва, ИНФРА-М, 2003 – 768 с.
2. Хорни К. Невротическая личность нашего времени / К. Хорни. – СПб.: Питер, 2002. – 224с.

Тепляков Н.Н.

*кандидат психологических наук,
доцент кафедры дифференциальной и специальной психологии
Одесского национального университета имени И.И. Мечникова*

ФЕНОМЕН «ИДЕАЛЬНЫЙ ПРЕЗИДЕНТ» В ОБЫДЕННОМ СОЗНАНИИ РЯДОВЫХ ИЗБИРАТЕЛЕЙ

Исследование политического сознания как отдельной личности, так и различных социальных групп, коллективов, этносов, до недавнего времени велось под определенным, сугубо профессиональным, углом зрения, где доминирующими проблемами выступали: восприятию политического лидера, политических партий; проблеме неформальной политической коммуникации, анализу политических идей Т.Г. Шевченко, реконструкции семантического