

1.4. Психологические защитные механизмы и копинг-стратегии детей-сирот, переживших насилие и жестокое обращение в семье

Отрывок из монографии Володина Ю.А., Матяш Н.В., Рудин М.В. Развитие позитивных презентационных моделей поведения детей-сирот, переживших жестокое обращение в родительской семье. – Брянск: ООО «Ладомир», 2015. – 200 с.

Проблеме исследования копинг-поведения (поведения направленного на преодоление и совладание со стрессовой ситуацией) и психологических защит личности в зарубежной и отечественной психологии посвящено множество работ, которые обосновывают понятие и структуру копинга, рассматривают различные классификации копинг-стратегий, механизмы совладающего поведения и роль копингов в преодолении стресса, эффективные копинг-ресурсы личности, возрастные и гендерные различия в выборе копинг-стратегий, взаимосвязь копинг-поведения с защитными механизмами личности, методы изучения стресса и совладающего поведения.

Однако копинг-механизмам и защитным моделям безопасного поведения детей-сирот в социуме уделяется недостаточное внимание в современной науке, хотя именно дети-сироты в наибольшей степени подвержены различным стрессовым ситуациям и обеспечение их психического и социального благополучия является одной из основных задач общества.

Исследование способов совладающего поведения детей-сирот в трудных жизненных ситуациях носит в основном прикладной характер и направлено на выявление и изучение преобладающих стратегий (субститутов) в стрессовых ситуациях (Т.Е. Аргентова (2007), Е.В. Тополова (2007)). Проводя анализ результатов исследования, ученые чаще всего опираются на один из традиционных подходов в описании совладающего поведения: как процесса адаптации личности к трудным ситуациям (психоаналитический подход), как процесса реагирования на стрессовые события определенным образом (диспозиционный подход), как деятельность личности по поддержанию и сохранению баланса между требованиями среды и ресурсами, удовлетворяющими эти требования (когнитивно-поведенческий подход), как субъективную оценку трудных ситуаций, которая закрепляется в виде систем значений, убеждений и ценностей (ситуационный подход).

Особую опасность представляют стрессоры для детей-сирот, находящихся в кризисной жизненной ситуации, подвергшихся жестокому обращению и насилию в семье, которые оказывают неблагоприятное психическое воздействие на ребёнка, тормозящее развитие его личности, что приводит к формированию деструктивных психологических защит и патологических черт характера.

Исследования психологов показали, что общее физическое и психическое развитие детей-сирот, переживших жестокое обращение и насилие в семье, отличается от развития сверстников, воспитывающихся в

нормальных условиях. Чувство безопасности является основным механизмом успешного развития. Отсутствие безопасности ведет к широкому спектру эмоциональных реакций – от беспокойства и замкнутости до гнева и неконтролируемого аффективного поведения.

Стрессоры психического воздействия на ребенка, исходящие со стороны ближайших родственников (постоянная критика ребёнка, угрозы в его адрес, унижение, обвинения, принижение его успехов, отвержение, длительное лишение любви, нежности, заботы и безопасности со стороны родителей, принуждение к одиночеству и т.п.) способствуют формированию защитных реакций, проявляющихся в импульсивности, конфликтности, обидчивости, эмоциональной неустойчивости, обособленности, агрессивности, деструктивных неосознаваемых поведенческих реакциях, приводят к потере смысла и целей в жизни, к попыткам суицида, ночным кошмарам, нарушениям сна, страхам. Появляются нарушения в сфере самосознания (от переживания вседозволенности до ущербности), регресс в поведении, интеллектуальные дисфункции, формируются психологические защиты как следствие угрозы «Я» ребенка, закрепляются неэффективные ролевые позиции, ограничивающие сферы его деятельности.

Следовательно, поведение детей-сирот, направленное на преодоление стрессовых состояний (coping) и кризисных ситуаций, представляет собой довольно сложный феномен, а потому не может быть рассмотрено только с одной теоретической позиции.

С позиции поведенческого подхода, первоначальная реакция ребенка на жестокое обращение в семье обуславливает способ его эмоционального реагирования на возникшую ситуацию. Если эмоциональная реакция ребенка оказывается адаптивной, то она закрепляется в когнитивной сфере как возможный ответ на наличный стрессор. В данном случае стрессор выступает как стимул для эмоциональной реакции и закрепляет определенный стиль поведения ребенка ($S \rightarrow P \rightarrow R$).

С точки зрения психоаналитического подхода, при воздействии стрессора на психику ребенка-сироты возникает психическое напряжение в эмоциональной, когнитивной и поведенческой сфере, которое ребенок должен преодолеть с помощью имеющихся у него личностных ресурсов. В случае неспособности ребенка адекватно отреагировать на действие стрессора, включается защитный механизм, способствующий блокировке возникшего напряжения. При этом создаваемая психическая защита может быть слабой, если блокируется только одна из сфер, в которой возникло напряжение, или сильной, когда блокируются все личностные сферы и ребенок не может задействовать имеющиеся у него личностные ресурсы для изменения кризисной ситуации.

Диспозиционная концепция позволяет объяснить копинг-поведение детей-сирот через совокупность личностных черт, которые формируют устойчивый стиль реагирования на стрессовые события. В данном случае,

однотипные стрессовые ситуации не воспринимаются ребенком как факторы риска до тех пор, пока он не начинает осознавать возникшую ситуацию как кризисную и не начинает искать пути ее решения. В зависимости от наиболее полного осознания действующих стрессоров, ребенок реагирует на них «эмоциональным», «когнитивным» или «поведенческим» компонентом Я-концепции. Так отечественные исследования (Н.А. Сирота, В.М. Ялтонский), показали, что низкий уровень самооценки предопределяет выбор пассивных стратегий преодоления стресса, а высокий уровень самооценки способствует выбору адаптивных копинг-стратегий.

Ситуационный подход закрепляет субъективную оценку стрессора как негативного в жизни ребенка-сироты, в результате чего изменяются его убеждения и ценности, которые регулируют восприятие кризисной ситуации и определяют поведение личности по снижению влияния стресса. В рамках данного подхода, психологическая адаптация обеспечивается посредством личностно-средового взаимодействия, в процессе которого проявляются индивидуальные тенденции, актуализирующиеся в стрессовых ситуациях на когнитивном, эмоциональном и поведенческом уровнях организации личности.

Таким образом, стресс начинается сразу после восприятия и когнитивной оценки стрессового события; в зависимости от того, как оно будет расценено индивидом (положительно или отрицательно) практически одновременно возникают соответствующие эмоции; индивид оценивает свои возможности по преодолению стресса (можно изменить/повлиять на событие или нельзя) и в соответствии со своими представлениями, знаниями и предпочтениями осуществляет собственно копинг (действия, направленные на избегание либо устранение источника стресса или приспособление к ситуации). После этого вновь происходит оценка ситуации и результата выбранного поведения. Успешное совладание рассматривается как успешная адаптация. Если поведение не принесло удовлетворяющего результата, то индивид предпринимает новые попытки.

Исходя из этого, можно обозначить *копинг-поведение детей-сирот* как механизм преодоления и совладания со стрессовыми и тяжелыми (кризисными) жизненными ситуациями, определяющий появление эмоциональных, когнитивных и поведенческих реакций в ответ на возникшее психическое напряжение, актуализирующих оценку стрессового события как негативного и обуславливающих выбор защитной поведенческой модели, базирующейся на индивидуальной Я-концепции личности и потенциальных возможностях личностно-средового взаимодействия (рис. 2).

Эмоциональное реагирование является первоначальной реакцией организма ребенка на возникшее психическое напряжение, которое сопровождает восприятие стрессоров и кризисную ситуацию, включает активное или пассивное выражение эмоций и чувств.

Когнитивное реагирование связано с процессом осмысления кризисной ситуации и направлено на ее оценку и последующее отношение к ситуации, например, ее отрицание, ментальное дистанцирование, изменение целей и ценностей.

Поведенческое реагирование выражается в двигательных реакциях на стресс, направлено на устранение или изменение стрессора. Если психическое напряжение чрезмерно или социальные условия не позволяют реализовать адекватный физический ответ, то поведенческое реагирование может оказаться затруднено, что ведет к психосоматическим и функциональным нарушениям.

Личностный потенциал связан с психологической устойчивостью к фрустрирующим ситуациям, способностью к преодолению стрессогенных воздействий на основе личностных ресурсов и социального опыта, а также способностью интериоризировать опыт других и социальную поддержку, смысложизненными ориентациями и жизнестойкостью.

Средовый потенциал – те возможности окружающей среды, которые позволяют ребенку вывести систему отношений из состояния жестко фиксированного равновесия с тем, чтобы перевести ее на новый уровень функционирования, расширяющий возможности совладания с трудностями.

Адаптационный барьер – это условная граница параметров внешней социальной среды. Характеристики адаптационного барьера строго индивидуальны и могут зависеть как от биологических факторов среды и конституционального типа ребенка, так и от социальных факторов и индивидуально-психологических особенностей личности. Его уровень постоянно колеблется и в экстремальных условиях приближается к индивидуальной критической величине, когда человек использует все резервные психические возможности. Прорыв адаптационного барьера может происходить на психологическом (личностном) или социальном уровне.

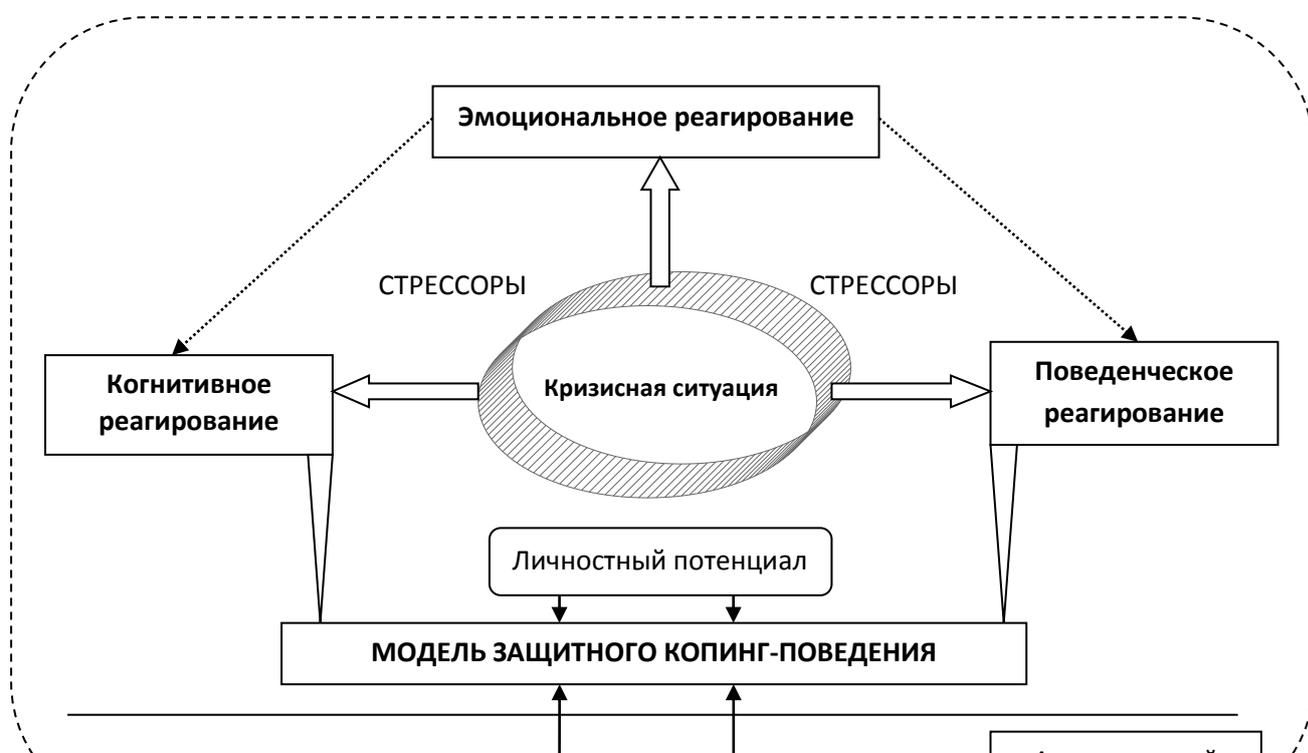


Рис. 2. Механизм копинг-поведения детей-сирот, находящихся в тяжелой (кризисной) жизненной ситуации.

Модель защитного копинг-поведения представляет собой актуальные вариационные ответы личности на воспринимаемую угрозу, реализуемые в копинг-стратегии и способе управления стрессом, а также обеспечивающие психологический фон преодоления трудной (кризисной) жизненной ситуации в виде проявляемых эмоционально-поведенческих реакций и личностных характеристик.

Дети-сироты, пережившие жестокое обращение и насилие в семье, в состоянии травматического стресса постоянно находятся в напряжении и ожидают повторения кризисной ситуации. Их психическое состояние при этом довольно разнообразно и проявляется в тревожности, фрустрации (агрессии, регрессии, двигательном возбуждении, апатии, деструкции, стереотипии), внутрличностных и межличностных конфликтах, кризисах, приводящих, в конечном итоге, к социальной дезадаптации и психическим расстройствам. Вместе с этим, у детей-сирот, переживших жестокое обращение и насилие, может происходить трансформация состояния тревожности в другие эмоциональные состояния, имеющие отрицательную модальность (страх, ужас, паника, ненависть, апатия и др.).

Как указывает в своих исследованиях Н.Н. Бумаженко (2006), у большинства из них переживание психической травмы оставляет отпечаток в виде личностных, эмоциональных, поведенческих реакций и состояний (чувство ответственности и вины за насилие, повышенная возбудимость или чрезмерная бдительность, вспышки агрессии в спокойной обстановке, постоянное переживание чувства потери, сожаление об утрате привычного уклада жизни, противоречивость в понимании мира взрослых, страх остаться без родителя, даже при пережитом насилии и жестокости с его стороны, боязнь повторного физического насилия, боязнь будущего, неуверенность в повседневной жизни, чувство собственной неполноценности на фоне низкой самооценки, затруднения в общении со сверстниками, и др.). Личностная деформация на фоне стрессового расстройства искажает шкалу ценностей, моральных оценок, ведет к возникновению комплекса неполноценности, потере собственного достоинства.

Блокирование острого эмоционального состояния способствует блокированию целенаправленной жизнедеятельности человека и развитию

затяжного кризиса и психических нарушений. В целом жестокое обращение наносит не только вред психическому и физическому здоровью ребенка, но и обуславливает трудности его социализации в обществе.

Отсутствие необходимых социальных навыков и умений, в том числе навыков общения со сверстниками и взрослыми, формирует пристрастие к алкоголю, наркотикам, определяет уход в криминальную и асоциальную среду, суициды. В большинстве случаев дети, пережившие в детстве жестокое обращение и насилие, вырастая, начинают применять данный способ для решения всех своих жизненных проблем.

В связи с этим важным является изучение стрессоров и определение основных маркеров психического неблагополучия детей-сирот, переживших жестокое обращение и насилие в семье, анализ их защитных поведенческих моделей.

Впервые систематически описать психологические защиты детей попыталась А. Фрейд (1977), рассмотрев их не только как врожденные особенности, но и как индивидуальные свойства, приобретаемые индивидом в ходе онтогенеза. А. Фрейд (1993) выделила три группы защитных механизмов (перцептивные, интеллектуальные и двигательные), которые возникают в процессе произвольного и непроизвольного научения и обеспечивают последовательное искажение реальности с целью ослабления травматического эмоционального напряжения.

В настоящее время механизмы психологической защиты представлены с одной стороны как мешающие, тормозящие, препятствующие развитию личности и возможности ее самореализации, а с другой – как защищающие личность человека от внешних воздействий, в том числе и социального характера (Ж. Лапланш, Ж.Б. Понталис).

В связи с этим функции психологических защит, с одной стороны, можно рассматривать как позитивные, поскольку они предохраняют личность от негативных переживаний, восприятия психотравмирующей информации, устраняют тревогу и помогают сохранить свое «Я». С другой стороны, они могут оцениваться как негативные, когда психологический комфорт достигается ценой искажения восприятия реальности.

Многие сложные механизмы защиты представляют собой сочетания более простых, уже ранее сформировавшихся. У большинства известных механизмов психологических защит границы действия и влияния не четкие, а размыты и неопределенны, что, соответственно, вызывает проблему в их различении. При этом защитные процессы сугубо индивидуальны, многообразны и плохо поддаются рефлексии.

Наиболее часто в научной литературе по психологии встречаются следующие типы психологических защит: вытеснение, отрицание, замещение, компенсация, реактивное образование, проекция, интеллектуализация (рационализация) и регрессия.

Кроме этого, выделяют дополнительные психологические защиты:

подавление, изоляция, интроекция, перенос, обесценивание, сновидения, фантазия, уход в виртуальную реальность, оглушение (зависимость от ПАВ), идентификации, изгнание роли, сублимация, аскетизм, агрессия, нигилизм, идеализация, юмор, ретрофлексия, комплекс Ионы и др.

Основным фактором, который способствует формированию психологической защиты, чаще всего называют тревогу, вызванную внутренними конфликтами, фрустрацией какой-либо потребности, нарушением или не подтверждением самооценки, представлениями человека о себе, снижением самоуважения или чувства уверенности, потерей самости и т.п.

Формирование механизмов защиты происходит в процессе развития личности, начиная с самого раннего возраста. Непосредственно в первые годы ребенок еще не имеет механизмов защиты как таковых. Они начинают формироваться как результат неблагоприятных эмоциональных переживаний. Защитный механизм – это способ ослабления тревоги, эмоционального напряжения, психологического дискомфорта.

Защита начинает функционировать, когда организм на подсознательном уровне воспринимает внешнее или внутреннее воздействие как угрожающее. Если нормальный процесс социализации на ранних этапах развития индивида по каким-то причинам нарушается, это ведет к формированию неадекватных ситуаций механизмов защиты. Таким образом, изначально предназначенные для адаптации, механизмы защиты могут приводить при определенных условиях к дезадаптации.

Очень редко ребенок использует только один тип защиты. Индивидуальный набор психологических защит зависит от конкретных обстоятельств жизни человека, от особенностей взаимоотношений с социумом.

Процесс формирования психологических защит у детей-сирот, переживших жестокое обращение и насилие в родительской семье, достаточно сложен по своему содержанию, так как ведет к изменениям у них представлений о себе, образе Я, самооценки, отношении к себе. Как отмечают А.М.Прихожан, Н.Н.Толстых (2007), отсутствие чувства безопасности детерминирует формирование специфических защитных форм поведения детей-сирот, проявляющихся в агрессивности, импульсивности, страхах, конфликтном поведении, неадекватных поведенческих реакциях и т.д.

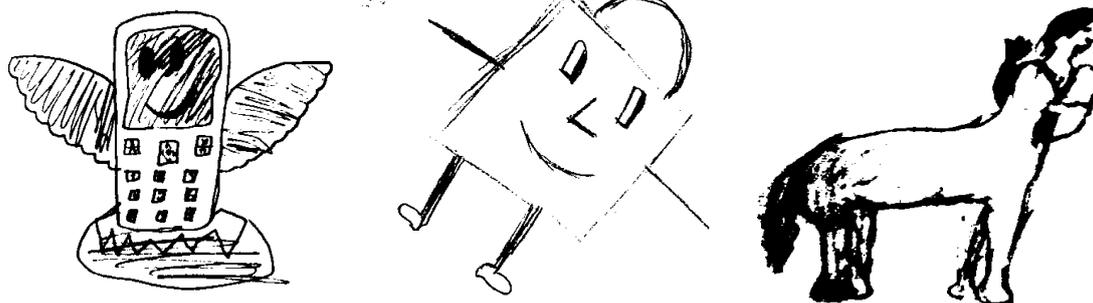


Рис. 3-5. Изображения «Несуществующего животного» детей-сирот, переживших жестокое обращение в семье.

В наших исследованиях, наиболее ярко это проявляется в проективных рисунках «несуществующего животного» (рис. 3-5), которые отражают различные виды деструктивных защит, определяемые содержанием рисунка, контуром и точками нажима на карандаш, расположением изображения относительно края листа, наличием прорисованных элементов.

Защитные реакции тревожности, агрессивности, личностные и социальные защиты фиксируются у всех детей-сирот (сильный нажим на карандаш, наличие штриховки, которая покрывает весь рисунок, глаза в виде черных заштрихованных овалов, множественность линий и т.п.).

Диагностика уровня личностной тревожности детей-сирот, также подтверждает влияние социокультурного контекста на формирование психологических личностных защит. Для исследования уровня тревожности детей-сирот, переживших жестокое обращение в семье, была предложена Шкала личностной тревожности А.М. Прихожан (форма Б), которая позволила выявить высокий уровень тревожности у 55,6% детей и подростков, средний – у 27,1%, низкий – у 17,2%. Многие испытуемые отметили, что они боятся за свою жизнь (причем не только за будущую, но и за настоящую), боятся стать алкоголиками или наркоманами, асоциальными личностями как их родители, боятся конфликтов с окружающими людьми, отрицательного мнения о себе со стороны взрослых, неприятностей, связанных с неправильным поведением в социуме.

Содержательно это проявилось в таких высказываниях, как «Я боюсь, что пойду по стопам родителей», «Я хотел бы стать лучше, чем сейчас», «Я глупая», «Я делаю много глупостей», «Я очень хочу жить хорошо», «Я стараюсь думать о том, что все будет хорошо» и др.

Все это указывает на зависимую позицию детей и подростков по отношению к микросоциуму и их стремление остаться там, где привычно, хотя и не очень комфортно.

Полученные данные были подтверждены отрицательными результатами диагностики («Шкала «Я-концепции» для детей» Е. Пирс, Д. Харрис в адаптации А.М. Прихожан) счастья и удовлетворенности жизнью детей-сирот, находящихся в трудной жизненной ситуации.

Для большинства детей-сирот, находящихся в трудной жизненной ситуации, также характерна межличностная тревожность в общении, которая рассматривается как эмоциональное состояние в ситуациях установления социальных контактов и отражает неблагополучие эмоциональной сферы детей и подростков, связанное с формами межличностного взаимодействия в окружающей среде, фрустрацию потребности в достижении успеха в общении, переживание социального стресса, страх несоответствовать ожиданиям окружающих, что способствуют общей десоциализации личности.

Изучение эмоционального комфорта и благополучия детей-сирот, переживших жестокое обращение в семье, в ситуациях межличностного взаимодействия свидетельствует о затруднениях, испытываемых ими в процессе общения. Содержательно это проявляется в характеристиках своего «Я» в общении с другими людьми, которые дают подростки, находящиеся в трудной жизненной ситуации: «злой», «непонятливый», «эмоционально-неустойчивый», «молчаливый», «задумчивый», «грустный» или наоборот «агрессивный», «нервный», «раздражительный».

О присутствии скрытой агрессии говорят и отдельные элементы проективных рисунков: наличие оружия; острый клюв у животного (папы) направленный в сторону сына (вербальная агрессия); острые когти; острый клюв, направленные вверх; зубцы и углы, прорисованные в короне и хвосте животного. Направленность показывает объект агрессии (рис.6).

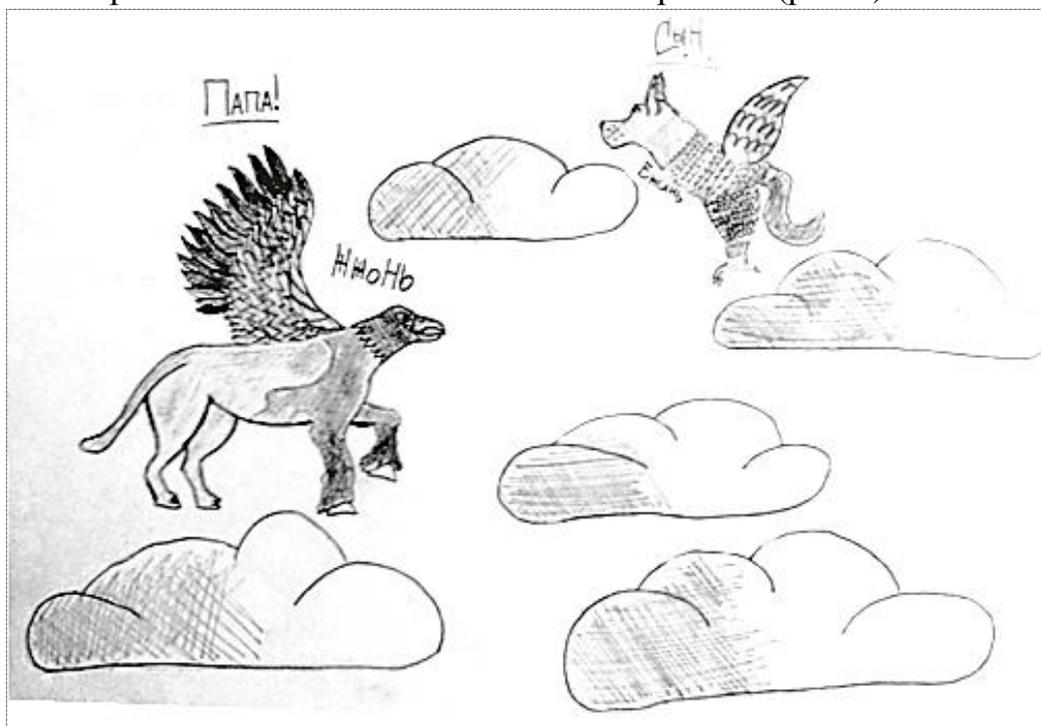


Рис. 6. «Несуществующее животное».

Об отсутствии межличностных контактов, защите, от окружающих совмещенной со страхом и тревогой, готовностью к самозащите любого порядка и в разных ситуациях свидетельствуют расположение рисунка на листе, наличие стрел за спиной, лука в руках.

В качестве одной из возможных психологических защит выступает конфликтность личности как степень готовности человека к развитию и завершению проблемных ситуаций социального взаимодействия путем конфликтов, а также относительная частота участия человека в реальных конфликтах по сравнению с другими людьми.

Н.В. Гришина выделяет следующие компоненты и психологические детерминанты конфликтности:

- эмоциональный компонент как состояние личности в ситуации межличностного взаимодействия, неумение управлять своим эмоциональным состоянием в предконфликтных и конфликтных ситуациях;
- волевой компонент как неспособность личности к сознательной мобилизации сил и самоконтролю;
- познавательный компонент как уровень восприятия провокационных действий оппонента, субъективность, неумение анализировать и прогнозировать ситуацию;
- мотивационный компонент как отражение состояния внутренних побуждающих сил, которые не благоприятствуют адекватному поведению в конфликте и решению проблемы;
- психомоторный компонент как неумение владеть своим телом, управлять жестикомикой и мимикой.

В соответствии с этим рассматриваются психологические детерминанты, обуславливающие конфликтное поведение личности:

- детерминанты, связанные с психофизиологическими особенностями развития (перенесенные травмы мозга или инфекции, наследственные болезни, отставание умственного развития, особенности нервной системы);
- собственно психологические детерминанты (особенности личности, ситуация внутрисемейного развития, уровень самооценки, акцентуации характера);
- социальные детерминанты (факторы микро- и макросреды, включающие социальный опыт подростка, социальную некомпетентность).

В проективных рисунках детей-сирот это проявляется в виде острых зубцов, направленных вниз (защита против насмешек, непризнания, отсутствия авторитета у младших, боязнь осуждения); боковых контуров с сильным нажимом (готовность к самозащите любого порядка и в разных ситуациях), направленность крыльев в стороны с основой в виде острых зубцов, направленных вниз (отсутствие авторитета у младших, боязнь осуждения), штриховка в сочетании с разрывами линий в основе рисунка (конфликт со сверстниками), отсутствие у несуществующего животного органов слуха (защитный механизм отрицания, уклонение от потенциально

тревожной информации), отсутствие кистей рук (страх общения, неумение общаться), дуги на голове (спонтанная защита), умножение линий (защита от окружающих с опасением, подозрительностью).

Приспособление личности, порождающее конфликты и кризисы, как полагает В.С. Мерлин (1971), может быть восстановлено путем целого ряда приспособительных действий и процессов, например изменением уровня притязаний, переносом мотивов с цели на средства.

Задача психолога, помогающего ребенку преодолеть остроту кризисных состояний, заключается не в навязывании правильных ходов и поведенческих действий, а в совместном поиске выхода из кризиса. Восстановление личности после кризиса достигается тогда, когда человеку удастся осознать вытесненные из сознания мотивы и найти такое сознательное их удовлетворение, которое не противоречит социальным запретам и нормам.

Принято различать конструктивные и деструктивные стратегии выхода из конфликтной кризисной ситуации. По мнению специалистов, принципиальные различия между конструктивными и деструктивными стратегиями совладания с конфликтной ситуацией связаны с ее направленностью.

Конструктивные стратегии направлены на «работу» с самой проблемой, с содержанием возникшего противоречия и имеют своей целью преодоление тех препятствий, которые создает данная проблема на пути возможности самоактуализации личности, ее самореализации и полноценной жизни. Конструктивно разрешая конфликтную ситуацию, ребенок (подросток, старшеклассник) способен изменить что-то в себе или своей жизни таким образом, чтобы на самом деле получить возможность «жить своей жизнью», ощущать подлинность и естественность своего бытия, научиться воспринимать себя нового с позитивной точки зрения.

Необходимыми условиями конструктивного разрешения конфликтов являются:

- 1) осознание противоречия, анализ причин возникновения конфликта, его смысловая переработка;
- 2) активность личности, направленная на разрешение конфликтной ситуации;
- 3) учет особенностей самого конфликтного состояния;
- 4) наличие специфической мотивации разрешения конфликта, выражающейся в стремлении личности к непротиворечивости, восстановлению равновесия и внутренней гармонии.

Поэтому конструктивные стратегии более эффективны.

Л.А. Пергаменщик (2004) выделяет следующие критерии эффективности стратегий:

- ситуационный критерий (ситуация для субъекта утрачивает свою негативную значимость);

- личностный критерий (происходит заметное понижение уровня невротизации личности, выражающееся в снижении депрессии, тревожности, раздражительности и психосоматической симптоматики);

- адаптационный критерий (ослабление чувства уязвимости к стрессам, повышение адаптационных ресурсов личности).

Основные конструктивные стратегии выхода из кризисной ситуации:

- реальное преобразование ситуации или, по крайней мере, ее перетолкование;

- изменение ситуации (это не столько переделка внешнего мира, сколько изменение отношения к этому миру, что и ведет за собой изменение ситуации);

- выражение чувств (однако, открытое проявление агрессивности в силу своей асоциальной направленности не является эффективным, вместе с тем и сдерживание гнева представляет собой фактор риска, так как нарушает психологическое благополучие человека).

Деструктивные стратегии направлены на ослабление, смягчение остроты переживаемого конфликта, сопровождающих его эмоциональных состояний. Одним из деструктивных способов поведения по отношению к конфликтам является непризнание наличия проблемы, неприятие реальности, ее искажение, уход от нее.

Например, отгоняя от себя беспокойные мысли, человек уговаривает себя, что у него «все нормально», ему не о чем беспокоиться, а все чаще посещающие его депрессивные настроения и ощущение бессмысленности его занятий есть просто результат переутомления. Делая вид, что ничего не происходит, что все в порядке, человек подавляет в себе всякие сомнения и тревожащие мысли о собственной жизни, старается «поменьше забивать себе голову всякой ерундой» и побольше заниматься каким-нибудь «делом» (работой, домом, семьей, карьерой, увлечениями и т.д. и т.п.), потому что так жизнь быстрее проходит.

Другая ситуация возникает, когда, признавая свои проблемы и необходимость их решения, человек не видит возможности их решения или не готов сделать какие-то шаги. Примитивный способ справиться с такой ситуацией - это «заглушить» в себе соответствующие переживания, тоску бессмысленного существования теми или иными отвлечениями (выпивкой, компьютерными играми, наркотиками и др.). Признавая наличие проблемы, можно уходить от ее решения, снижая значимость, остроту и тем самым отрицая необходимость что-то делать. Например, переживая подчас довольно тяжелые проблемы, человек говорит себе: «все так живут», «жизнь такая» или «у других еще хуже».

Еще одним способом ухода является «откладывание» проблемы или переоткладывание ее на других («у меня голова сейчас занята совершенно другим»). Общим признаком этих деструктивных стратегий является фактическое нежелание человека или его неспособность «работать» со своей

проблемой. Он не готов к принятию решений, к ответственности за них, боится их последствий и потому надеется, что «все как-нибудь устроится само собой». Возможно, какая-то часть переживаемых человеком критических жизненных ситуаций действительно постепенно теряет свою остроту, однако с течением времени человек начинает накапливать нерешенные проблемы. Нередким следствием отрицаемых, отложенных, «загнанных внутрь» или искусственно обесцененных проблем становятся невротические состояния или невроз личности.

Однако наиболее часто, ребенок идет путем «наименьшего сопротивления», предпочитая оставить «все как есть» и отказываясь от решений, требующих определенных действий. При этом он может чувствовать облегчение, избавившись от мучительной проблемы, однако реально возникает регресс личности или замедление, прекращение личностного роста, ограничение возможностей ее самореализации.

Стратегии выхода из конфликтной кризисной ситуации возникают, включаются (или не включаются) при столкновении личности с новыми для нее требованиями; когда ранее усвоенные и привычные формы реагирования уже не срабатывают; когда субъект сталкивается с невозможностью реализации своих планов и намерений, стремлений и ценностей.

Стратегия «наименьшего сопротивления» обуславливает формирование всех видов защитных механизмов: вытеснения, отрицания, замещения, компенсации, реактивного образования, проекции, интеллектуализации (рационализации) и регрессии, которые проявляются с разной степенью интенсивности (рис.7).

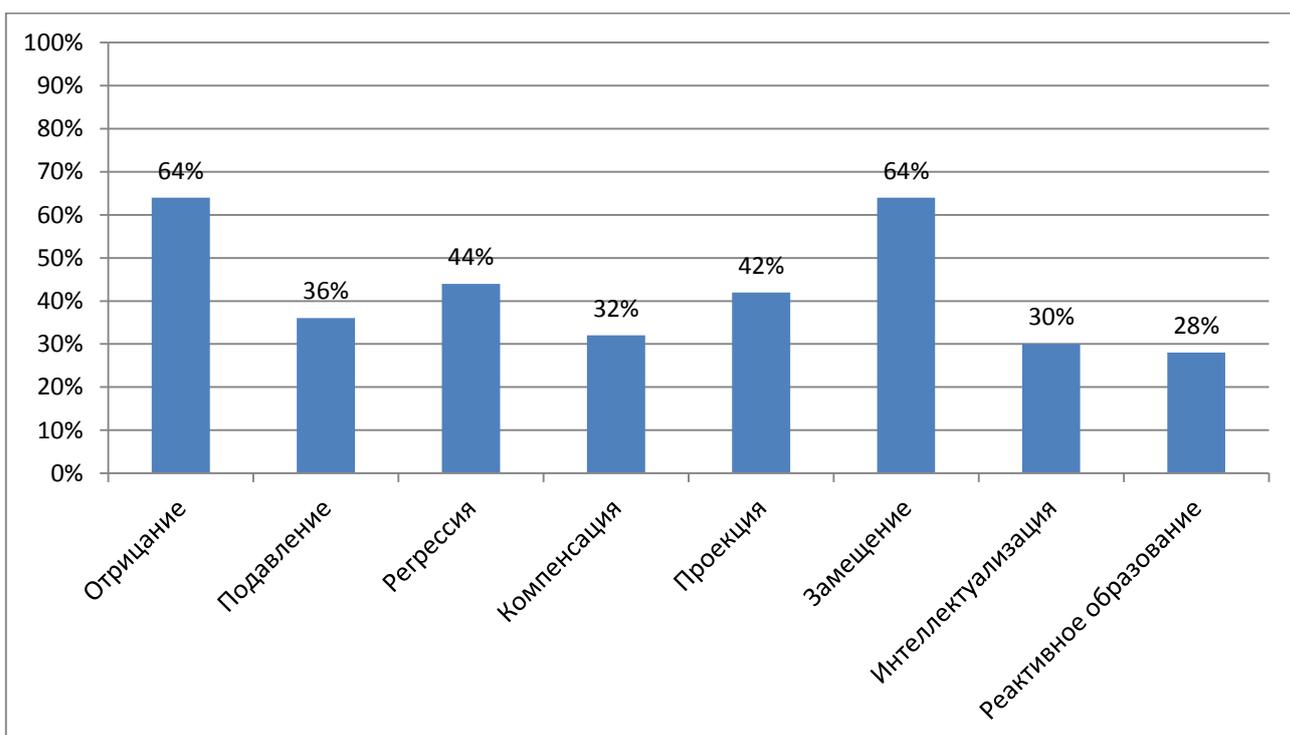


Рис. 7. Результаты исследования психологических защитных реакций у детей-сирот, переживших жестокое обращение в семье.

Наиболее распространенной психологической защитой у детей-сирот, находящихся в трудной жизненной ситуации, является отрицание и замещение, меньше всего дети-сироты используют реактивное образование и интеллектуализацию, что свидетельствует о неосознанности травмирующего события, которое зачастую вытесняется в область подсознательного. Дети, пережившие жестокое обращение в семье и демонстрирующие защитные механизмы отрицания и замещения, чаще всего проявляют мстительность, агрессивность, обидчивость, несговорчивость, нетерпимость к возражениям, критике и замечаниям.

Меньше всего у детей-сирот проявляется механизм психологической защиты - реактивное образование, который развивается для сдерживания радости обладания определенным объектом (например, собственным телом) и возможности использования его определенным образом (например, для агрессии). Данный механизм проявляется в виде неприятия всего, связанного с функционированием организма и отношениями полов.

Одна из ведущих ролей для детей-сирот, переживших жестокое обращение в семье, в системе способов совладания с трудными жизненными ситуациями принадлежит «конфронтационному копингу» и «бегству-вытеснению». Частота использования этих механизмов сопровождается уменьшением количества защитных реакций по самоконтролю и положительной переоценке ситуации. На втором месте по частоте использования находятся механизмы «поиска социальной поддержки» и «дистанцирования». На третьем месте по частоте применения - «планирование решения проблем» и «принятие ответственности».

Исходя из этого, в трудных жизненных ситуациях дети-сироты склонны чаще всего предпринимать агрессивные попытки для изменения сложившейся ситуации, а в случаях невозможности изменить ситуацию – стремятся мысленно уйти от проблемы и предпринимая поведенческие усилия, направленные к бегству. Реже всего - стараются спланировать действия по ее изменению и не признают своей роли в решении возникших проблем.

Защитные реакции детей-сирот, проявляющиеся на трудности в повседневных ситуациях не менее разнообразны (COPE, адаптация Гордеевой Т.О., Осина Е.Н., Рассказовой Е.И., Сычева О.А., Шевяховой В.Ю.) (рис.8).

Наиболее частыми реакциями на жизненные трудности являются «отрицание», «поведенческий уход от проблемы», «применение успокоительных».

На втором месте по частоте реагирования выступают «мысленный уход от проблемы», «использование инструментальной социальной поддержки», «сдерживание», принятие.

Наименее всего дети-сироты стараются позитивно переформулировать ситуацию и спланировать действия по разрешению ситуации.

В результате чего, «сдержанное» состояние детей и подростков достигается за счет включения неадаптивных механизмов и подавления физических реакций, а не через «сдерживание» как принятие волевых усилий. А это ведет к повышению уровня общей тревожности, формированию психологических защит на личностном уровне, и увеличению периода нахождения детей и подростков в состоянии посттравматического стресса.

Блокирование острого эмоционального состояния способствует блокированию целенаправленной жизнедеятельности человека и развитию затяжного кризиса и психических нарушений.

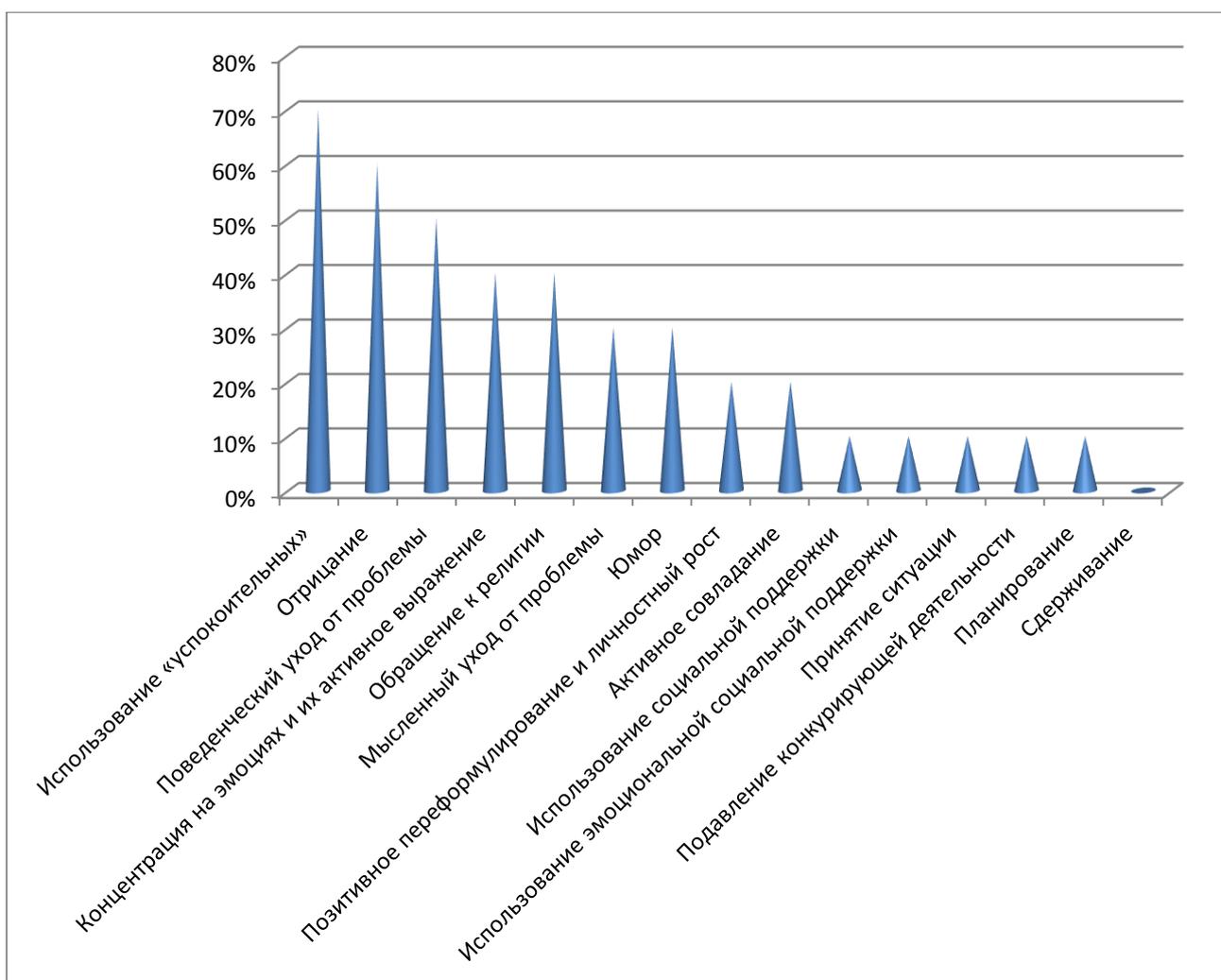


Рис.8. Стратегии совладания с трудностями в повседневных жизненных ситуациях детей-сирот, переживших жестокое обращение в родительской семье.

Социальная группа детей, переживших жестокое обращение в семье, характеризуются особым набором специфических особенностей их социализации и психологических защит на каждом возрастном этапе развития. Зачастую исследователи выделяют следующие особенности детей-сирот, переживших жестокое обращение и насилие: неумение общаться с людьми, трудности установления контактов с взрослыми и сверстниками, отчужденность и недоверие к людям, нарушения в развитии чувств, не позволяющие понимать других, принимать их, слабо развитое чувство ответственности за свои поступки, потребительская позиция в отношении к близким, государству, обществу, неуверенность в себе, отсутствие целеустремленности, направленной на будущую жизнь, низкая социальная активность, склонность к аддитивному и девиантному поведению.

Дети, пережившие жестокое обращение в родительской семье, в большинстве случаев имеют опыт конфликтного и негативного общения с взрослыми. По сути это связано с особенностями психического развития детей-сирот и их социальной ситуацией, которая является специфичной для данной категории детей. В сравнении с ребенком из благополучной семьи (который всегда готов к общению, всем интересуется, стремится обследовать то, что попадает под руку, настойчиво добивается внимания взрослого, энергично реагирует на неприятности и т.д.), ребенок, оставшийся без попечения родителей и находящийся в трудной жизненной ситуации, является гораздо более спокойным.

Малоинициативный, тихий, ненавязчивый, безразличный к окружающему, ребенок, переживший жестокое обращение, разительно отличается от обычного ребенка. Не случайно, недостаточное удовлетворение потребности во внимании и доброжелательности взрослого, дефицит эмоционального общения приводит к тому, что ребенок, находящийся в трудной жизненной ситуации, стремится к общению с взрослым, но не принимает предлагаемого ему сотрудничества. Из-за слабой чувствительности к отношению взрослого в определенной мере тормозится развитие эмоциональной и когнитивной сферы детей-сирот, и, в конечном счете, их общее психическое развитие (Т.О. Журавлева, 2005).

Как отмечают Н.Н. Авдеева (2003), Т.А. Гасиловская (2002), В. Гудонис (2006), Н.П. Иванова (1993, 1999) и др. развитие эмоциональной сферы детей, переживших жестокое обращение, характеризуется отсутствием смеха, ярких улыбок, слабым двигательным оживлением, неумением дифференцировать положительные и отрицательные эмоции взрослого, неглубокими переживаниями жизненных ситуаций. Активная речь у таких детей возникает позже, она беднее по содержанию, примитивнее по характеру грамматических конструкций и лексики, изобилует неточными звуками.

В дошкольном возрасте у детей-сирот, переживших жестокое обращение, сфера контактов со сверстниками выражена слабее, что

проявляется в отсутствии ролевого взаимодействия в игре. Даже включаясь в какой-либо общий сюжет (семья, праздник и так далее) дети действуют от себя, а не от лица ролевого персонажа. По операционному составу такая деятельность напоминает ролевую игру, но по субъективному, психологическому содержанию существенно отличается.

В младшем школьном возрасте, у детей, переживших жестокое обращение, отмечаются агрессивность, враждебность по отношению к окружающим, при столкновении с трудностями выявлены уход в себя, проявление пассивности и неготовности к активному разрешению конфликтов.

Подростковый период для детей-сирот, переживших жестокое обращение в родительской семье, характеризуется специфическими личностными особенностями, которые приобретают устойчивость и входят в типичную модель поведения подростка: обидчивость, эмоциональное напряжение, неуступчивость, обособленность, конфликтность, агрессивность, негативные реакции, неуверенность в себе, тревожность, затруднение вступления в контакт с другими людьми. Самозащита выражается в виде аффективных, разрушительных тенденций.

Утверждение собственного «Я» идет в большинстве случаев через приспособление к ситуации, а не через достижение цели, через успешность, основанную на умении подстраиваться под желания других людей, а не на личных достижениях. Преобладает деструктивная агрессия в разрешении конфликтных ситуаций. Не сформировано умение владеть собственным поведением.

В целом особенности общения с взрослыми проецируются в систему отношений ребенка к окружающему миру: они поверхностны, мало пристрастны, слабо дифференцированы.

По результатам исследований А.М. Прихожан, Н.Н. Толстых (2007) становлению адекватных форм поведения ребенка способствует нормальное протекание процесса идентификации с родителями, который в случае с ребенком, пережившим жестокое обращение в семье, оказывается нарушен.

Если эмоциональный контакт с взрослыми нарушается, ребенок живет как бы на «вражеской» территории; обстоятельства подавляют его, его ожидания относительно будущего пессимистичны, он постоянно чувствует себя слабее других, нелюбимым.

Потребность в положительном отношении взрослого в сочетании с неотработанностью адекватных форм общения детерминирует создание сложных внутренних механизмов психологической защиты, которые внешне проявляются в агрессивности, стремлении обвинить окружающих, неумении и нежелании признать свою вину, неадекватности эмоциональных реакций, неспособности к конструктивному решению проблем, отчужденности, эмоциональной холодности, и т.п.

Результатом всего этого может стать развитие у ребенка чувства неполноценности, низкой самооценки. Возникшая в детстве неуверенность в себе, как правило, становится устойчивым образованием, которое еще больше закрепляется в дальнейшей жизни. Дети с низкой самооценкой, неуверенные в себе, и не пытаются претендовать на принятие сверстниками из «чужой» группы.

Как указывают Т.Б. Дмитриева, М.О. Проселкова (1996), в качестве ведущих коммуникативных механизмов выступают два симптомокомплекса – «тревога по отношению к взрослым» и «враждебность по отношению к взрослым». Первый, отражает беспокойство, неуверенность ребенка в том, интересуется ли им взрослый, принимает ли его, любит ли его. Второй симптомокомплекс показывает различные формы неприятия ребенком взрослого и может быть началом враждебности, депрессии, агрессивности, асоциального поведения.

Проведенное исследование показывает (Шкала социально-психологической адаптированности К. Роджерса и Р. Даймонда), что 60,7% детей, переживших жестокое обращение в семье, негативно относятся к окружающим и не принимают их, отношение к окружающим у 28,9% зависит от ситуации взаимодействия, 10,3% доброжелательны по отношению к окружающим и готовы к установлению конструктивных взаимоотношений.

У большей части детей и подростков, переживших жестокое обращение в семье, наблюдается зависимая позиция (Шкала социально-психологической адаптированности К. Роджерса и Р. Даймонда, фактор «Доминирование»).

Полученные показатели подтверждаются также экспертными оценками. С точки зрения экспертов только 29,4% детей и подростков, переживших жестокое обращение в родительской семье, доверяют окружающим. Большая же часть из них старается избегать проблем и уходить от конфликтов. Таким образом, у большинства детей-сирот наблюдается тенденция к приспособлению к окружающей среде, недоверие к окружающему миру.

Шкала оценки компетентности С. Хартер (адаптация Н.С. Чернышевой) позволила выявить оценку детьми-сиротами собственной умелости («компетентности») в наиболее значимых сферах социальной жизни: учебной и досуговой деятельности, в общении с взрослыми и сверстниками, а также общий уровень самопринятия. По данной методике были получены результаты, демонстрирующие средний уровень компетентности в общении у детей и подростков, переживших жестокое обращение. Причем, прослеживается тенденция к снижению данного уровня. Также у большинства детей-сирот, находящихся в трудной жизненной ситуации, была выявлена межличностная тревожность в общении, которая отражает неблагополучие эмоциональной сферы, связанное с формами межличностного взаимодействия в окружающей среде, фрустрацию потребности в достижении успеха в общении, переживание социального

стресса, страх несоответствовать ожиданиям окружающих, что способствуют общей десоциализации личности.

Необходимо отметить, что межличностная тревожность влияет не только на эмоциональную сторону общения детей-сирот в социальной среде, но и на процесс и результаты общения в целом. Отрицательные коммуникации приводят к обеднению отношений детей-сирот, переживших жестокое обращение, со сверстниками и взрослыми, к приспособлению и недоверию к социуму, формированию и закреплению в качестве устойчивой структуры зависимой защитной модели поведения в окружающей среде.

Таким образом, сравнительный анализ полученных результатов, позволяет выделить несколько типичных моделей поведения детей-сирот в трудных жизненных ситуациях: «агрессивного реагирования», «дистанцирования от проблемы», «поиска социальной поддержки».

Чаще всего первую копинг-модель используют дети и подростки, которые не справляются со своими эмоциональными реакциями, первичными переживаниями, склонные фиксироваться на проблеме в ситуации неопределенности.

«Дистантную модель» используют дети-сироты, не стремящиеся и не умеющие находить способ разрешения сложившейся проблемной ситуации, склонные к вытеснению отрицательно окрашенного эмоционального компонента, фиксации на проблеме и негативных переживаниях.

«Модель поиска социальной поддержки» применяют подростки, стремящиеся в трудной ситуации защищать себя, но не умеющие разрешать возникающие проблемы. В трудной ситуации такие подростки стремятся обрести чувство безопасности и защищенности, которая достигается за счет одобрения со стороны значимых взрослых и сверстников.

Следовательно, умение подростков справляться с трудными жизненными ситуациями является важным фактором для их личностного становления и развития, а снижение личностной и межличностной тревожности, выработка широкого спектра способов и стратегий разрешения проблем повышают психологическую устойчивость и личностный позитивный потенциал, что способствует формированию навыков эффективного взаимодействия с окружающими людьми.

Проведенный анализ, позволяет определить основные маркеры психического неблагополучия для детей, находящихся в трудных жизненных ситуациях - негативная Я-концепция, низкий самоконтроль, низкий уровень когнитивной оценки проблемной ситуации, незнание способов разрешения типичных жизненных ситуаций, стремление уйти от проблемы не пытаясь ее разрешить, страх принятия ответственности, концентрация на эмоциях и переживаниях, обращение к религии. Для детей-сирот, находящихся в трудной жизненной ситуации и проявляющих различные психологические защитные механизмы свойственны также замкнутое поведение, неспособность устанавливать контакты с другими людьми, неспособность

отстоять свое мнение в споре, покорность либо наоборот, чрезвычайная неосознаваемая агрессия, стремление «уйти в себя», подозрительность и раздражительность.

На базе постоянно используемых психологических защит формируются определенные черты характера. Например, постоянное использование «регрессии» может перерасти в наивность, «смещения» - в агрессивность, «отрицания» - в доверчивость, «вытеснения» - в неуверенность, «проекции» - в подозрительность, «реактивного образования» - в общительность, «интеллектуализации» - в любознательность.

Таким образом, психологические защиты, формируемые в процессе преодоления кризисной жизненной ситуации сиротой, оказывают значительное влияние на развитие его личностных и характерологических черт, а преодоление данных защит через активизацию процессов рефлексии и децентрации может способствовать восстановлению адекватного восприятия ребенком реальности, формированию конструктивных моделей поведения, согласующихся с интересами других людей.