

ВЗАИМОСВЯЗЬ БАЗИСНЫХ УБЕЖДЕНИЙ, ИРРАЦИОНАЛЬНЫХ УСТАНОВОК И ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ТРАВМАТИЗАЦИИ У ЖЕНЩИН

Введение Изучение механизмов того влияния, которое оказывают на личность различные травматические события, а также факторов, определяющих процесс совладания человека с травмой, в наши дни приобретает особую актуальность. Как известно, травма воздействует на индивида на различных уровнях: биохимическом, психофизиологическом, эмоциональном, когнитивном, личностном, микро- и макросоциальном. Специальный интерес представляют посттравматические изменения личности человека — трансформация его взглядов на мир, окружающих людей и собственное «Я». В данной статье делается попытка рассмотреть влияние психической травмы на когнитивно-личностном уровне, с точки зрения изменения тех базисных когнитивных убеждений и иррациональных установок, которые отражают глубинные установки личности по отношению к самому себе и окружающему миру.

Базисные убеждения и иррациональные установки и их влияние на поведение человека глубоко и постоянно изучается, однако пока не все аспекты вошли в круг интересов исследователей и до сих пор представляют собой малоизученное явление. Существенный вклад в изучение проблемы иррациональных установок был внесен такими учеными, как: А. Эллис, Д.Н. Узнадзе, К. Типпинг и др. Исследования базисных убеждений отражены в трудах таких ученых как: Д. Вайсе, Дж. Келли, Р. МакМаллин, А. Бек, С. Эпштейн, Р. Янов-Бульман, Н.В. Тарабрина, М.А. Падун и др.

Основная часть. Понятие базисных убеждений является частью концепции о психотравме, разработанной Р. Янофф-Бульманом. В связи с этим значительное количество исследований, посвященных базисным убеждениям, рассматривают их в контексте тех или иных травматических событий и стрессовых ситуаций [1, с. 72]. Дальнейшая разработка теории Р. Янов-Бульман позволила сформулировать следующее определение: «базисные убеждения - имплицитные, глобальные, устойчивые представления индивида о мире и о себе, оказывающие влияние на мышление, эмоциональные состояния и поведение человека» [2, с. 25].

Феномен иррациональных убеждений рассмотрен в рамках идей когнитивно-бихевиорального подхода, согласно которому, проблемы человека обусловлены искажениями в его восприятии реальности, а наши реакции зависят не от самих событий окружающего мира, а от того, как мы воспринимаем эти события: как мы интерпретируем и осмысливаем их [3, с. 225].

А. Эллис выделил четыре наиболее распространенные группы иррациональных установок, создающих проблемы: 1) катастрофические установки; 2) установки обязательного должностного поведения; 3) установки обязательной реализации своих потребностей; 4) глобальные оценочные установки [4].

Психологическая травма — это жизненное событие, затрагивающее значимые стороны существования человека и приводящее к глубоким психологическим переживаниям.

Травматические события, выступающие в качестве сильнейшего стрессора, отличаются нежелательностью, неконтролируемостью, и, обладая мощным потенциалом негативного воздействия, представляют реальную или воображаемую угрозу жизни, физической и психологической целостности индивида [5].

Понятие «психологическая травма» означает нарушение нормального функционирования психики в результате воздействия на нее неблагоприятных факторов среды или стресса, которое вполне поддается коррекции, как и любое другое нарушение в организме [6, с. 97].

Цель исследования — изучить особенности связи базисных убеждений, иррациональных установок и психологической травматизации у женщин.

Методики исследования: Опросник травматических ситуаций (Life Experience Questionnaire, LEQ) Дж. Норбек, И. Сарасон и др. в адаптации Н.В. Тарабриной, Шкала базисных убеждений (World Assumptions Scale, WAS) автор: Р. Янов-Бульман, методика диагностики иррациональных установок А. Эллиса.

Выборку исследования составили 100 женщин, возраст — 30-50 лет.

Корреляционный анализ показал следующее. Были выявлены статистически достоверные коэффициенты корреляции индекса травматизации с такими базисными убеждениями как: доброжелательность окружающего мира ($r=-0,4$, $p<0,05$), справедливость ($r=-0,31$, $p<0,05$), удача улыбается мне значительно реже, чем другим ($r=-0,37$, $p<0,05$) — характер взаимосвязи умеренный, что говорит об условном влиянии базисных установок на психологическую травматизацию у женщин, образ Я ($r=-0,26$, $p<0,05$) — характер взаимосвязи слабый, что говорит о незначительном влиянии базисной установки на психологическую травматизацию у женщин.

Таким образом, можно сделать предположение о том, что более оптимистичное отношение к миру, окружающим людям и себе самому может способствовать большей психической стабильности и устойчивости перед травматическим опытом.

Так же были получены статистически достоверные коэффициенты корреляции индекса травматизации с таким иррациональными установками как: катастрофизация ($r=-0,22$, $p<0,05$) и фрустрационная толерантность ($r=-0,199$, $p<0,05$) — характер взаимосвязи слабый, что говорит о незначительной взаимосвязи между иррациональными установками и психологической травматизацией у женщин.

Таким образом, можно предположить, чем выше страх потерпеть неудачу, тем ниже индекс травматизации, чем выше стрессоустойчивость, чем устойчивее к тяжелым неблагоприятным ситуациям женщина, тем менее выражены травматические переживания.

С точки зрения А. Эллиса, иррациональные установки не имеют однозначно отрицательный характер, иногда они помогают человеку снизить сильную тревогу [4].

Заключение. На основании результатов настоящего исследования можно сделать вывод: базисные установки (доброжелательность окружающего мира, справедливость, образ Я, удача улыбается мне значительно реже, чем другим) помогают совладать с травматическим опытом и переживать его без серьезных последствий. Также некоторые иррациональные установки (катастрофизация и фрустрационная толерантность) могут способствовать более низкому показателю индекса травматизации.

Таким образом, данное исследование дает основание предполагать, что коррекционная работа, направленная на оптимизацию базисных убеждений и иррациональных установок будет эффективна при проработке травматического опыта у женщин.

Список цитируемых источников

1. Меркурьев, Д. В. Феномен базисных убеждений личности: обзор исследований / Д. В. Меркурьев // Вестник Челябинского государственного университета. Образование и здравоохранение. — 2022. — № 1(17). — С. 71-78.
2. Секацкая, Е. О. Базисные убеждения личности, представления о себе и их взаимосвязь со стратегиями совладания / Е. О. Секацкая // Проблемы современного образования. — 2020. — № 6. — С. 23-30.
3. Ионина, О. С. Изучение иррациональных установок студентов (на примере педагогического вуза) / О. С. Ионина // Вестник Шадринского государственного педагогического университета. — 2021. — №2 (50). — С. 225-230.
4. Эллис, А. Гуманистическая психотерапия. Рационально-когнитивный подход / А. Эллис. — СПб. : СОВА; М.: ЭКСМО-ПРЕСС, 2002. — 272 с.
5. Полетаева, А.В. Психологические механизмы переживания жизненного события, имеющего травматический характер: автореф. дисс. ... канд. психол. наук. 19.00.01 / А. В. Полетаева. — Хабаровск, 2005. — 24 с
6. Петрова, Е. А. Детские психотравмы: проблема отсроченного влияния на личность взрослого человека / Е.А. Петрова // Вестник НовГУ. — 2014. — №79. — С. 96-99.

УДК 378

А. В. Астрейко

Учреждение образования «Барановичский государственный университет», Барановичи, Республика Беларусь

Научный руководитель
Т. Е. Яценко

ВИДЫ ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ

Введение. В современном обществе девиантное поведение является актуальной проблемой. Наибольшей склонностью к проявлению девиантного поведения обладают подростки. Девиантное поведение подростков является, с одной стороны, результатом разнонаправленных по содержанию и формам реализации процессов, происходящих в обществе в целом, с другой стороны, тех изменений, которые происходят в среде ближайшего окружения в семье, учебных заведениях. Подросткам очень трудно дается приспособляться, адаптироваться к правилам и нормам в современной жизни. Девиантное поведение подростков является результатом взаимоотношений, изменений в семье, школе, обществе.

Постепенный переход к современному обществу постмодерна начался в конце XX века. Одна из характерных особенностей постмодерна — стирание границ между дозволенным, недозволенным, нормальным, девиантным, разрешенным, запрещенным.

В современном обществе наблюдается расширение форм девиантного поведения, девиантное поведение переносится в плоскость виртуальной реальности. Эпоха постмодерна порождает новый тип девиаций — цифровые девиации [1]: кибераддикция; киберделикт (правонарушения и преступления в цифровой среде секстинг, груминг, фишинг и др.); киберагрессия (кибербуллинг, кибермоббинг, троллинг).