

ПСИХОКОРЕКЦІЯ Я-ОБРАЗУ В ОСОБИСТОСТІ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ З ВИСОКИМ РІВНЕМ НЕВРОТИЧНОСТІ

Соціально-психологічні умови в Україні та в багатьох інших державах світу в останні роки стають усе більш нестабільними, кризовими, створюючи тривалі внутрішні конфлікти, емоційну напругу, породжують тривогу, сприяють наростанню невротизації населення [10]. Зазвичай, подібні симптоми проявляються через почуття невпевненості у завтрашньому дні, відчуття самотності, глобальній фрустрованості, агресивності й ін.

Що ж стосується масової невротизації населення, то це вже навіть нікого не дивує і сприймається, скоріше, як своєрідний стиль життя з надзвичайним рівнем емоційної напруги. За європейськими даними, чисельність хворих невротиками в 4-5 разів перевищує чисельність іншими захворюваннями, незважаючи на те, що багато порушень невротичного реєстру залишається поза полем зору невротологів [10].

Феноменологічна і синдромологічна основа особистісного реагування на нестабільні умови соціального оточення багато в чому залежить від внутрішньої усвідомленості, послідовності, стійкості й інтегрованості особистості (що має відношення до її Я-концепції). Соціально-економічна нестабільність значною мірою стає психологічною нестабільністю. Особливо негативний вплив вона має на формування молоді, коли, здавалося б, закономірні вікові процеси інтеграції психіки втрачають свою функцію. Психокорекційні заходи у цьому відношенні можуть стати важливим елементом психологічної допомоги молоді. При цьому значущими є перевірка їх ефективності й обґрунтування дієвості.

Серед психологів, котрі зробили значущий внесок у вивчення проблеми виникнення, розвитку та корекції невротичності, були А. Адлер, К. Хорні, К. Роджерс, Ф. Перлз, О. Соколова, В. М'ясищев та ін. Подібні проблеми юнацького віку піднімалися і в роботах Е. Еріксона, І. Кона, Р. Бернса, Ф. Райса та ін. І хоча численним психологічним парадигмам, здавалося б, добре відомі невротичні проблеми, а більшість теорій навіть зобов'язані їм своєю появою, однак залишається багато непорозумінь, "білих плям" та питань без відповіді. В основному дані проблеми розглядаються або в контексті хворих невротиками [6; 11], або в контексті дослідження проблеми розвитку особистості в молодшому юнацькому віці [5; 3; 8].

Метою цієї статті є виявлення особливостей психокорекційного впливу на юнаків і дівчат із високим рівнем невротичності (через формування стійкого Я-образу).

Наскільки стійким (залежним) є Я-образ, ми визначали на основі співставлення початкового опису себе ((Я1) за допомогою ранжування особистісних рис) з уявленням про себе (Я2) після того, як відбулося ознайомлення з думкою значущого іншого (“Симпатика” й “Антипатика”) про досліджувану особу [2].

Ми виходили з того, що психокорекція осіб із високим рівнем невротичності потребує групової форми роботи, оскільки початкові причини формування невротичності лежать у міжособистісних стосунках, які, зазвичай, і сприяють формуванню внутрішнього (невротичного) конфлікту [6; 9]. З іншого боку, міжособистісні стосунки є тим індикатором, через котрий невротичність може себе проявляти. Такі стосунки прямо пов’язані зі специфікою Я-концепції досліджуваних із високим рівнем невротичності [12]. Група як психокорекційне середовище дає більше можливостей для вирішення інтерперсональних проблем, на відміну від індивідуальної форми роботи, а також дозволяє використати численні можливості реконструкції Я-образу, завдяки нагоді побачити себе в різноманітних “психологічних дзеркалах”.

Грунтуючись на цьому, ми розробили психокорекційну програму з урахуванням результатів емпіричного дослідження, в якому презентувалися особливості Я-образу юнаків і дівчат із високим рівнем невротичності та специфіка залежності його від значущих інших відносно рівня невротичності [2]. Експериментально-психологічне дослідження особливостей Я-образу студентів із різним рівнем невротичності допомогло окреслити шляхи надання психокорекційної допомоги. При організації психокорекційної роботи враховувалися вікові й індивідуальні особливості учасників. Враховуючи вікову специфіку психокорекційної групи – юнацький вік, ми зважали на такі його особливості: високий рівень розвитку дивергентного мислення, мотивованість до роботи над собою, високий рівень рефлексивності, прагнення вирішувати свої проблеми самостійно, зацікавленість у вирішенні конфліктів “прив’язаність – автономія” (“приналежність – індивідуалізація”), “інтимність – ізоляція”, “ініціатива – провина” та деяких інших інтерперсональних проблем [11]. Перелічені особливості можна вважати своєрідним ресурсом даного вікового етапу, що допомагає скористатися ними у психологічній практиці, працюючи з юнаками та дівчатами.

В основу психокорекційної роботи були покладені такі положення: 1. Оскільки особистість (невротична) є продуктом системи значущих відносин (В. М’ясищев, Г. Салліван) [6; 9], групова форма роботи є визнача-

льною у психокорекційному процесі невротичності. 2. Психокорекційна робота для осіб із високим рівнем невротичності повинна ґрунтуватися на формуванні позитивного, адекватного та незалежного Я-образу. Вона полягає в реконструкції самосвідомості. Групова форма роботи дає можливість усвідомити своє фальшиве-Я, а водночас і зрозуміти, як будуються стосунки через нього. 3. Про єдність діагностики і корекції. Дане положення можна розглядати в контексті теорії Л. Виготського [4], а також “парадоксальної теорії змін”, що використовується в гештальтпсихокорекції [7]. “Парадоксальна теорія змін” має на увазі те, що, перш ніж стати “кимось іншим”, треба стати тим, “ким ти є”. Тобто вже навіть саме усвідомлення веде до змін (“Бути тим, ким я є, перш ніж стати кимось іншим”). 4. Група формується таким чином, що, з одного боку, учасники з високим рівнем невротичності можуть підкріплювати нормальні реакції один одного через те, що сумісно вони презентують ту ж норму, від котрої кожен з них окремо відхиляється. З іншого боку, кожен з учасників може побачити в невротичності іншого учасника відображення елементів власної невротичності. 5. Важливо звернути свою увагу на простеження того, як фантазії юнаків та дівчат про себе впливають на міжособистісні стосунки, а міжособистісні стосунки, у свою чергу, – на уявлення про себе.

Дана програма була апробована на базі Львівського державного університету внутрішніх справ. Вона містила 14 занять по 2,5 години. Заняття відбувалися з періодичністю 1 раз на тиждень.

Для проведення психокорекційної роботи було сформовано 5 груп, кожна з яких налічувала від 13 до 15 учасників (всього до психокорекційної програми було залучено 70 студентів). Основним критерієм поділу досліджуваних студентів був рівень невротичності (високий (ВН) і помірний, або нормальний (ПН), куди включено низькі та середні бали, за методикою експрес-діагностики неврозу К. Хека, Х. Хесса). Однак до кожної групи потрапляли респонденти як із високим, так і з нормальним рівнем невротичності. Для з’ясування ефективності психокорекційного впливу була сформована контрольна група, вплив на яку не здійснювався. При оцінці динаміки вимірюваних показників порівнювалися вхідні та вихідні дані в експериментальній групі, а також дані експериментальної та контрольної груп.

Ми мали можливість порівняти результати замірів рівня невротичності, тривоги, фрустрації, агресії, ригідності та залежності Я-образу від думки значущих інших “до” (попередній зріз) і “після” (підсумковий зріз) психокорекційної роботи. Окрім того, було відстежено, як діють механізми психокорекційного впливу на осіб із різними стартовими можливостями (різним початковим рівнем невротичності, тривоги, фрустрації, агресії, ригід-

ності та залежності Я-образу). Можна сказати, що в цілому робота ґрунтувалася на стимулюванні всебічної рефлексії образу власного Я. Крізь усі виправи проходить тематика формування адекватного та незалежного (стійкого, стабільного) Я-образу, що, у свою чергу, виходячи з нашої позиції, передбачає зниження рівня невротичності. Відтак основна *мета* психокорекційної роботи полягає у зниженні рівня невротичності юнаків і дівчат через цілеспрямовані варіації з Я-образом (“усвідомлення себе справжнім”).

Основними *завданнями психокорекційної групи* були: формування стійкого, незалежного Я-образу (через розкриття істинного Я та формування адекватного уявлення про себе); зниження рівня невротичності та тривоги юнаків і дівчат; розуміння учасниками групи психологічних механізмів власної невротичності й усвідомлення своєї ролі у виникненні конфліктних ситуацій чи неадаптивних реакцій; відстеження, як впливає така психокорекційна програма на досліджуваних із різними рівнями невротичності та залежності (стійкості – нестійкості) Я-образу.

Оцінка ефективності психокорекційної допомоги. Перед тим, як перейти до оцінки ефективності психокорекційної допомоги, зауважимо, що дане дослідження дозволяло поставити перед собою такі запитання: 1) чи впливає формування стійкості Я-образу на рівень невротичності та яким є вплив психокорекційної програми на досліджуваних зі стійким і нестійким (залежним Я-образом); як змінюється рівень невротичності по завершенні психокорекційних занять, спрямованих на корекцію Я-образу залежно від того, чи був здійснений вплив “Підтримуючої” (“Симпатика”) та “Фруструючої” (“Антипатика”) фігури у групі на бачення себе досліджуваним (Я1), чи його не було; іншими словами, як впливає психокорекційна програма на досліджуваних зі стійкими і залежним Я-образом; 2) як повпливали психокорекційні заняття на психічні стани (тривогу, фрустрацію, агресію, ригідність) у тих випадках, де досліджувані були початково залежними від думки “Симпатика” й “Антипатика” і в тих, де такої залежності не було; 3) чи є відмінності у динаміці невротичності залежно від того, був це вплив “Підтримуючої” (С.) чи “Фруструючої” (А.) фігури.

Відтак, відповідаючи на поставлені запитання, зауважимо, що дане дослідження дає можливість стверджувати:

По-перше, психокорекційна програма, спрямована на формування цілісного (інтегрованого) та стійкого Я-образу, сприяє зниженню рівня невротичності юнаків і дівчат. Однак, якщо поділити всіх досліджуваних за критерієм стійкості/залежності Я-образу, то можемо спостерігати, що у юнаків і дівчат із незалежним від думки інших Я-образом (стабільним уявленням про себе) під впливом психокорекційних занять значущих змін

не спостерігається; тоді як у досліджуваних із залежним Я-образом такі зміни є очевидними (статистично значимими) (див. рис. 1).

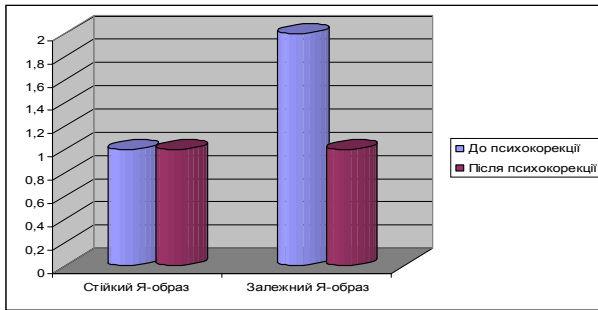


Рис. 1. Зміна показника “нестійкості Я-образу” під впливом психокорекційної групи у досліджуваних зі стійким і залежним уявленням про себе

Зміни, які відбулися з невротичністю під впливом психокорекційної програми у досліджуваних юнаків та дівчат зі стійким та залежним уявленням про себе, наведено в таблиці 1 та рис. 2.

Таблиця 1

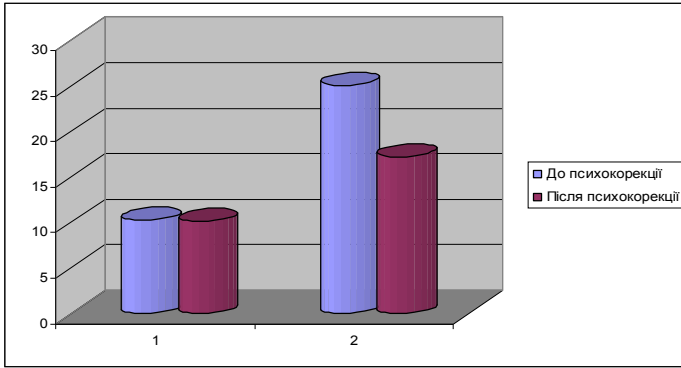
Психокорекційний вплив групи на рівень невротичності в досліджуваних із початково стійким і залежним уявленням про себе

Показники	Середнє значення		Величина t-критерію	p – рівень достовірності	Статистичне відхилення	
	ЕГ1	ЕГ2			ЕГ1	ЕГ2
Невротичність у досліджуваних зі стійким уявленням про себе	10,25	10,10	0,20	0,88	5,07	5,03
Невротичність у дорослих із залежним уявленням про себе	25,1	17,25	7,51	0,02	4,8	4,7

Бачимо, що в юнаків і дівчат зі стійким уявленням про себе статистично значущих змін за рівнем невротичності (під впливом психокорекційної програми) не спостерігається. Але у досліджуваних із початково залежним уявленням про себе такі зміни є значущими ($t=7,51$).

По-друге, відповідаючи на поставлене питання № 2, зрозумілим стає те, що у досліджуваних, які початково були залежними від думки “Симпатика” чи “Антипатика”, по завершенню психокорекційної групи знизився рівень невротичності ($t=8,01$, $p=0,02$), ригідності

($t=2,5$, $p=0,02$) і тривожності ($t=3,03$, $p=0,02$) (хоча, якщо брати усіх досліджуваних юнаків і дівчат, то рівень тривоги не змінився).



Примітка: 1 – рівень невротичності у досліджуваних зі стійким уявленням про себе; 2 – рівень невротичності у досліджуваних із залежним уявленням про себе.

Рис. 2. Вплив психокорекційної групи на рівень невротичності у досліджуваних зі стійким і нестійким (залежним) Я-образом

У досліджуваних зі стійким (незалежним Я-образом) під впливом психокорекційної групи рівень невротичності та тривоги суттєво не змінився, однак ці юнаки та дівчата стали менш ригідними ($t=2,7$, $p=0,02$). Щодо агресії, то особливих змін у двох досліджуваних групах не спостерігається. Значущі зміни, що відбулися під впливом психокорекційної програми у юнаків і дівчат з не стабільним Я-образом, представлено на рис. 3.

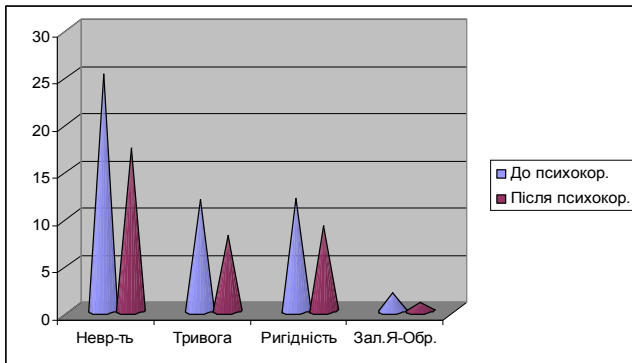


Рис. 3. Зміни, що відбулися внаслідок психокорекційної групи в юнаків і дівчат із залежним (нестійким Я-образом) уявленням про себе

По-третє, цікаво відстежити, що у тих випадках, коли “Антипатик” має статистично достовірний вплив на Я1 (початкове уявлення про себе), рівень невротичності після психокорекції змінюється у бік зростання, а рівень агресії осіб, котрі піддаються цьому впливу, є низьким.

Відтак: Я – А (1) $\xleftarrow{\text{корелює}}$ Невротичність 2 \uparrow
Я – А (1) $\xrightarrow{\text{корелює}}$ Агресивність 1 \downarrow

Однак важливим є і те, що у тих випадках, коли Я1-А корелює (“Антипатик” максимально точно бачить особу так, як та бачить себе сама), рівень невротичності значно падає. Тобто, якщо “Ти помічасш, що Тебе відчувають, можливо, розуміють” (незалежно, чи це “Симпатик” чи “Антипатик”), рівень невротичності під впливом психокорекційних занять зменшується. Крім того, фруструюча особа, по суті, давала підтримку, бо виказувала розуміння і солідарність замість очікуваної ймовірної агресії.

Відтак: Я 1 – А $\xleftarrow{\text{корелює}}$ Невротичність 2 \downarrow

Що ж стосується особливостей впливу психокорекційної програми на досліджуваних юнаків і дівчат у контексті взаємодії з “Симпатиком”, то тут виявлено такі закономірності:

– як і з “Антипатиком”, зміна думки про себе під впливом “Симпатика” частіше відбувається в досліджуваних із низьким рівнем агресивності,

відтак: Я – С (1) $\xleftarrow{\text{корелює}}$ Агресивність 1 \downarrow

– у тих юнаків і дівчат, які підпадали під вплив “Симпатика”, рівень тривоги і фрустрації зростав із часом (по завершенню психокорекційних занять), але у тих випадках, коли “Симпатик” якомога точніше описував особистість “Іншого” (портрет і автопортрет досліджуваних максимально співпадав), невротичність юнаків і дівчат по завершенню психокорекційної групи спадала, а разом з нею – і рівень тривоги та фрустрації.

Відтак можна стверджувати, що якщо значуща особа (незалежно “Симпатик” це чи “Антипатик”) достатньо точно відчуває й описує особистість досліджуваного, то це може виступати запорукою потужного психокорекційного впливу на невротичність. Необхідно дати іншому відчуття, що його розуміють. Особливо це важливо на початку психокорекційного процесу.

Порівняння результатів дослідження “До” та “Після” психокорекційної роботи (беручи до уваги всіх досліджуваних, а не лише зі стабільним чи не стабільним Я-образом) в експериментальній і контрольній групах дає можливість робити висновки про наявність позитивних змін та особливості їх динаміки.

Отримані результати порівняльного аналізу показують, що існують статистично достовірні відмінності в експериментальній групі до проведення психокорекційної роботи (ЕГ1) та після неї (ЕГ2) за показниками невротичності ($t = 2,40$; $p < 0,02$), ригідності ($t = 2,06$; $p < 0,04$) та залежності Я-образу.

Таким чином, психокорекційні заходи, спрямовані на стабілізацію Я-образу (підвищення міри його незалежності), є ефективними для юнаків і дівчат із високим рівнем невротичності, що підтверджує знання про нестійкий (залежний) Я-образ як складову невротичності. А тому особливі психокорекційного впливу на невротичність є зниження рівня невротичності, яке можливе при формуванні незалежного Я-образу. Однак у залежних від “Антипатика” рівень невротичності з часом міг зростати. Також було відстежено, що серед юнаків і дівчат із залежним Я-образом в основному були досліджувані з низьким рівнем агресії.

Подальших наукових розвідок потребують питання: з’ясування інших особливостей Я-концепції досліджуваних із високим і помірним рівнем невротичності, якими можна було б скористатися у психокорекційній практиці; удосконалення психокорекційного інструментарію при роботі з юнаками та дівчатами, що мають високий рівень невротичності; порівняння особливостей психокорекційної практики з клієнтами, що мають високий рівень невротичності (однак становлять умовне здоров’я) та тими, що мають діагноз неврозу.

1. Базисное руководство по психотерапии / [ред. А. Хайгл-Эверса]. — С.-Пб. : “Восточно-Европейский Институт Психоанализа”, 2002. — 784 с.
2. Басюк О. Б. Залежність “Образу Я” від значущих інших як складова невротичності в юнацькому віці // Практична психологія та соціальна робота. — 2008. — № 11. — С. 12—16.
3. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. — М. : Прогресс, 1986. — 420 с.
4. Выготский Л. С. История развития высших психических функций // Собр. соч. В 6 т. — Т. 3 : Проблемы развития психики. — М. : Педагогика, 1983. — С. 6—163.
5. Кон И. С. Психология старшеклассника : Пособие для учителей. — М. : Просвещение, 1980. — 192 с.
6. Мясищев В. Н. Личность и неврозы. — Л. : Изд-во ЛГУ, 1969. — 425 с.
7. Перлз Ф. Теория гештальт-терапии. — М. : Институт Общегуманитарных Исследований, 2001. — 384 с.
8. Райс Ф. Я-концепция, самооценка, пол, этническое происхождение и идентичность / Ф. Райс // Психология подросткового и юношеского возраста. — С.-Пб. : Питер, 2000. — С. 219—255.
9. Салливан Г. С. Вашингтонская школа : межличностная теория психотерапии // Техники консультирования и психотерапии. Тексты / ред. и сост. У. С. Сахакиан [пер. с англ. М. Будыниной и др.]. — М. : Апрель Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. — С. 152—174.
10. Семке В. Я. Основы персонологии. — М. : Академический Проект, 2001. — 476 с.
11. Соколова Е. Т. Особенности самосознания при невротическом развитии личности: дис. ... доктора психол. наук : 19.00.04 / Е. Т. Соколова. — М., 1991. — 107 с.
12. Техники консультирования и психотерапии. Тексты. / Ред. и сост. У. С. Сахакиан. — М. : Апрель-Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. — С. 152—174.

Стаття надійшла до редакції 12.02.2013

О. Кузё

**Психокоррекция я-образа в личности юношеского возраста
с высоким уровнем невротичности**

В статье исследуются особенности влияния психокоррекционных мероприятий на юношей и девушек с высоким уровнем невротичности через формирование стойкого Я-образа, а также доказана их эффективность. Описаны различия динамики невротичности, исходя из зависимости Я-образа от мнения “Симпатика” и “Антипатика”.

Ключевые слова: стойкий Я-образ, нестойкий (зависимый) Я-образ, невротичность, психокоррекционная программа, юношеский возраст, “Симпатик”, “Антипатик”.

О. Kuzio

**Psychocorrection of Self-Image of Adolescent Personality
with a High Level of Neuroticism**

The article considers peculiarities of the influence of psychocorrective means on teenagers with a high level of neuroticism through the formation of stable self-image and proves its effectiveness. The author describes distinctions in the neuroticism dynamics proceeding from the dependence of self-image on the opinions of “sympathy person” and “antysympathy person”.

Key words: steady self-image, unsteady self-image (dependent), neuroticism, psychocorrective programme, adolescent age, “sympathy person”, “antysympathy person”.

Рецензент – кандидат психологічних наук З. Л. Становських