

УДК 159.923

Т. В. Левкова

СУВЕРЕННОСТЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ПРОСТРАНСТВА КАК ОСНОВА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ЛИЧНОСТИ

Рассматривается понятие психологического пространства, его суверенности и значимости для сохранения психологического здоровья. Анализируются результаты исследования суверенности психологического пространства студентов гуманитарного вуза.

Ключевые слова: психологическое пространство личности, суверенность психологического пространства личности, психологическое здоровье.

Levkova Tatyana V. SERVIRANITY OF PSYCHOLOGICAL SPACE AS THE BASIS OF PERSONALITY'S PSYCHOLOGICAL HEALTH.

It is considered notion psychological space, its serviranity and significance for reservation of psychological health. One analyses the results of the research about serviranity's psychological health of the students studying at the Humanitarian high school.

Keywords: psychological space to personalities, Serviranity of Psychological Space, psychological health.

В рамках разных психологических теорий и школ, рассматривающих категории «нормального», «здорового» развития личности можно обнаружить много пересечений, точек соприкосновения в определении показателей «нормы личностного развития», «личностного здоровья», «психологического здоровья». Практически все авторы указывают на такие показатели психологического здоровья, как:

– большая интегрированность, целостность и единство личности (К. Роджерс, К.-Г. Юнг, А. Маслоу, Г. Олпорт);

– эволюционирующая, гетеростазическая природа личности, существование ее в виде процесса, а не в виде застывшей сущности (А. Адлер, А. Маслоу, В. Франкл, Ш. Бюллер, К.-Г. Юнг, др.)

– выход за пределы себя – творческий целетворящий характер жизне-

деятельности, наиболее отвечающий трансцендирующей сущности человека – Б.С. Братусь;

– открытость – «все увеличивающаяся открытость опыту» у К. Роджерса, сотрудничество с другими людьми, преодоление центрации на себе и выраженность социального интереса – один из критериев оценки здорового индивида у А. Адлера;

– автономия – независимость от других (подлинная самость; полная самобытность; автономность и уникальность – А. Маслоу) и суверенность-независимость от других «для того что бы» (потребность в позитивной свободе, к свободному волепроявлению – Б.С. Братусь);

Проблема целостности «Я», ненарушенности границ личности обладает высоким теоретическим и особенно прикладным значением в процессе рассмотрения вопросов психологического здоровья.

Причины многих нарушений психологического здоровья кроются в пространстве внутрисемейных, межличностных отношений, где границы между поступками одного и поступками другого стерты. Неспособность устанавливать верную психологическую дистанцию по отношению к угрожающим явлениям и разотождествляться с ними – это основная черта психотической личности; динамические изменения границ личности в форме интроекции или проекции эпизодически встречаются и у вполне здоровых адаптированных людей.

Чем сильнее вторжение взрослых в частную жизнь ребенка (чтение дневников, обобществление игрушек, непризнание личной собственности на вещи), тем более резкой будет ответная реакция (воровство, бегство из дома и т. д.), тем более нарушается психологическое здоровье, представляющее собой состояние психологического и эмоционального благополучия.

Понятие «личное пространство» было впервые использовано Р. Соммером, основоположником науки проксемики. Она изучает закономерности пространственного размещения и поведения людей в аспекте переживания ими субъективного комфорта, что достигается благодаря наличию у каждого невидимой пространственной «оболочки». Эта проблема также рассматривалась Р. Баркером, который на основе результатов структурированного наблюдения выдвинул концепцию «места поведения», согласно которой дети поступают по-разному в различных условиях, но склонны вести себя идентично на одной и той же территории несмотря на очевидные индивидуальные различия. В современной отечественной психологии используется несколько содержательно близких понятий: Д.В. Ольшанский предлагает термины «психологический образ жизни» и «субъективное пространство жизнедеятельности», а Н.Б. Шкопоров уже употреблял термин «психологическое пространство личности» в своих работах.

Наиболее близкой к нашему подходу оказалась концепция бытийных пространств, развиваемая З.И. Рябикиной и А.В. Бурмистровой [4]. Последняя констатирует, что бытийное пространство в обыденном сознании представлено понятием «личная жизнь», которое включает в себя занятия и профессию, семью, значимых других, образовательное пространство, мир вещей, время жизни.

При исследовании различных форм взаимодействия человека с миром предлагается использовать понятие «психологическое пространство личности», которая рассматривается как значимый фрагмент бытия, определяющий актуальную деятельность и стратегию жизни субъекта и защищаемый им доступными физическими и психологическими средствами. Психологическое пространство личности обладает следующими свойствами:

1) человек ощущает пространство как присвоенное или созданное им самим и поэтому представляющее ценность

2) человек имеет возможность контролировать и защищать все находящееся и возникающее внутри пространства, таким образом реализуя свое чувство авторства

3) психологическое пространство существует естественно и не рефлексируется без возникновения проблемных ситуаций, оно «прозрачно» и потому с трудом поддается позитивному описанию

4) важнейшей характеристикой психологического пространства является сохранность его границ

Эмпирически выделены шесть измерений психологического пространства личности: физическое тело; территория; личные вещи; привычки; друзья (социальные связи); вкусы (ценности). Наиболее важной является прочность границ психологического пространства, дающее человеку переживания суверенности собственного «Я», чувство уверенности, безопасности, доверие к миру (рис. 1).

Психологическое пространство личности можно соотнести с основными проявлениями психического: оно переживается субъектом как сохранное или нарушенное, что выражается в чувствах покоя или беспокойства, осознается вблизи своих границ и не осознается в тем областях, которые в последнее время не подвергались изменениям; выражается в поведении, направленном на объекты значимые для внутреннего мира.

Наше экспериментальное исследование было проведено на базе Государственного образовательного учреждения высшего профессионального образования «Дальневосточная социально-гуманитарная академия». Испытуемыми были студенты, проживающие в общежитии. Результаты исследования представлены в рисунке 2.



Рис. 1. Основные психометрические характеристики суверенного психологического пространства

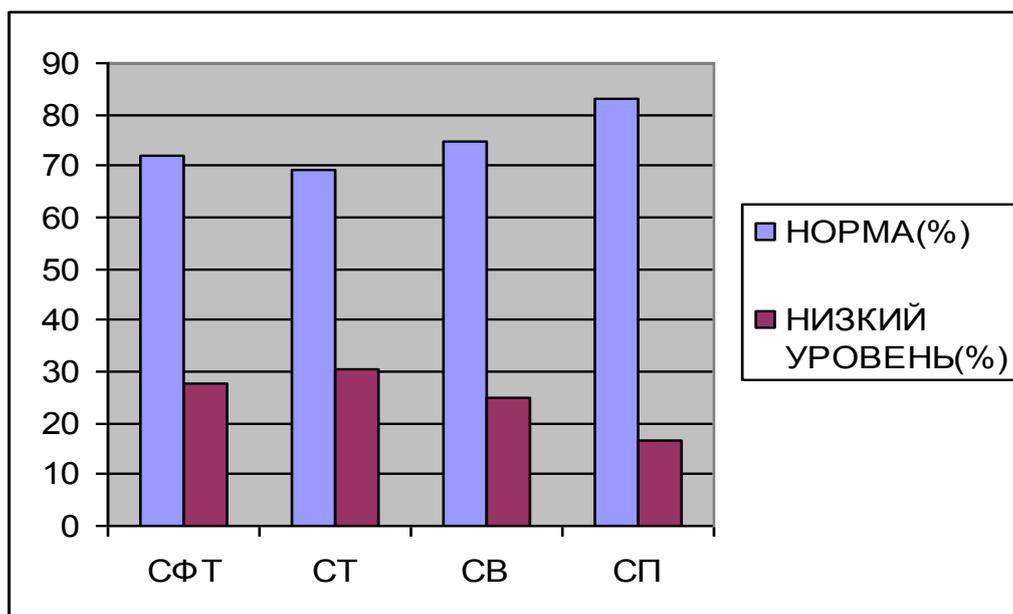


Рис. 2. Результаты исследования ощущения психологического пространства студентов.

Из диаграммы видно, что те шкалы, депривацию которых мы предположили - суверенность территории (СТ); суверенность мира вещей (СВ); суверенность привычек (СП); суверенность физического тела (СФТ) – действительно по числовому выражению являются депривированными. Самым депривированным показателем является суверенность привычек что объяс-

няется сложностью согласования выработанных привычек в ситуации общезжития. Нарушены в психологическом пространстве и суверенность физического тела и вещей. Наименее «пострадавшим» является суверенность пространства – не смотря на необходимость деления пространства с другими людьми, студенты находят возможность обособления своей территории.

Таким образом, психологическое пространство личности может быть определено как субъективно значимый фрагмент бытия, то есть существенный, выделяемый из всего богатства проявлений мира и определяющий актуальную деятельность и стратегию жизни человека.

Депривации суверенного психологического пространства личности замедляют процессы саморазвития, самообучения, социализации и самоактуализации.

Исследование психологического пространства и его трансформаций открывает существенно новые возможности изучения и коррекции социально-безразличного или асоциального поведения человека в аспекте его обусловленности депривацией психологического пространства в детстве.

Литература

1. Левин К. Теория поля в социальных науках. – СПб.: Питер, 2000.
2. Нартова-Бочавер С.К. Человек суверенный: психологическое исследование субъекта в его бытии. – СПб.: Питер, 2008.
3. Нартова-Бочавер С.К. Понятие «психологическое пространство личности»: обоснование и прикладное значение // Психологический журнал. – 2003. – Т. 24. - № 6.
4. Рябикина З.И. Личность как субъект формирования бытийных пространств // Субъект, личность и психология человеческого бытия /Под ред. В.В. Знакова, З.И. Рябикиной. – М., 2005.