

**І. О. Кочарян**

ст. викладач кафедри психології

Національний аерокосмічний університет ім. М. Є. Жуковського "ХАІ"

## ПСИХОЛОГІЧНА КОРЕКЦІЯ ОСОБИСТІСНОГО СИМПТОМОКОМПЛЕКСУ ВІДПОВІДАЛЬНОСТІ

В статті представлені різні підходи щодо психологічної корекції відповідальності. Програма корекції особистісного симптомокомплексу відповідальності на основні її компоненти: когнітивний, регуляторний і поведінковий. Основною стратегією програми є розщеплювання зв'язку між відповідальністю і комплексом негативних емоцій з подальшою актуалізацією зв'язку з позитивними. Наголошується, що в результаті програми спостерігається оптимізація компонентної структури симптомокомплексу, вирівнювання його типологічного профілю (зниження рівня гіпервиражених типів відповідальності і підвищення рівня слабковиражених до рівня, близького до статистичної норми).

**Ключові слова:** відповідальність, структура відповідальності, типологія відповідальності, психокорекція.

Корекція відповідальності є формою психологічної роботи, орієнтованою на формування або посилення відповідальної поведінки особистості, усвідомлення міри особистої відповідальності за те, що відбувається в житті людини, а також на створення позитивного відношення особистості до можливості узяти на себе відповідальність у всіх сферах життєдіяльності. Подібних результатів можна добитися різними шляхами. Умовно, узагальнюючи всі підходи до психологічної корекції відповідальності, ми можемо розділити їх на дві великі групи, першу з яких можливо представити як навчання різним формам відповідальної поведінки, коли особистість шляхом інтеріоризації засвоює певні соціальні норми і моральні засади; другу — як тривалу дорогу внутрішньої роботи над собою і особистісне зростання (психотерапевтичний підхід).

Ряд дослідників, представників першого підходу (В. Ерхард, К. А. Клімова, З. Н. Борисова, Л. С. Славина, Т. Ф. Іванова) [1, 2, 3], схильні розглядати корекцію відповідальності як набір простих, поверхневих і відносно короткочасних дій, в сукупності з авторитарним стилем управління тренера групи, що дозволяють усвідомити, яка поведінка є відповідальною, соціально бажаною в суспільстві, і знайти для себе способи реалізації подібної поведінки. При цьому використовуються, перш за все, такі методи, як експлікація, заохочення, індивідуальні рекомендації і поради.

Існує цілий ряд психотерапевтичних напрямків, методи яких можливо застосовувати в практиці корекції відповідальності. Серед них слід виділити наступні підходи: психодинамічний; тілесно-орієнтований; гуманістичний.

Представники динамічного напрямку (Д. Хосперск, К. Хорні, Е. Фромм) стверджують, що вся система людської поведінки детермінована або зовні (соціальне оточення, виховання), або зсередини (спадковість, характер) [4, с. 57–60]. Унаслідок чого людина скута. А оскільки не має свободи — не має відповідальності. Ключ до корекції відповідальності слід шукати не в навчанні правильній з точки зору соціуму поведінці, а в глибокій, можливо, тривалій, психотерапевтичній роботі, що змінює характер особистості.

Основними передумовами до корекції відповідальності вважаються здібності: до розуміння зв'язку між актуальним і минулим досвідом, між нинішніми стосунками і дитячо-батьківською взаємодією; до контролю за своєю поведінкою.

В рамках психоаналітичного напрямку існує декілька підходів до корекції відповідальності. З. Фрейд і школа его-психології (А. Фрейд, Х. Хартман) бачили корінь особистісної відповідальності в розвиненості функції Его. Корекція відповідальності полягає в розвитку даної особистісної підструктури. Подібна робота в сучасному психоаналізі [4, с. 39–41] може бути обов'язковою частиною психотерапії, якщо клієнт усвідомлює власну поведінку, проте не здатний її контролювати і переосмислити. Для проведення ефективної терапії школа его-психології висунула дві умови [4, с. 40]: здібність клієнта до сприйняття реальності, навіть коли вона надзвичайно неприємна, без використання примітивних захисних механізмів (“сила Его”); здатність клієнта говорити з позиції спостерігача про менш раціональні, більш глибокі емоційні реакції (“терапевтичне розщеплювання Его”). Для розвитку функції Его в сучасному психоаналізі використовується техніка, коли клієнт спільно з терапевтом обговорює в теплій приймаючій атмосфері різні ситуації з власного життя, які викликали у нього травматичні переживання і необдумані вчинки. Поступово клієнт вчиться самостійно аналізувати власну поведінку, що робить його більш усвідомленим, а значить, відповідальним.

В рамках тілесно-орієнтованого підходу В. Райха, О. Лоуена [5, 6], методологічно близького психодинамічному, відповідальність розумілася як свобода вибору власної поведінки. Особистість може досягти свободи, лише звільнившись від ранніх психологічних травм і енергетичних блоків, розширюючи репертуар власних егозахисних механізмів і долаючи типові життєві сценарії. Психологічна корекція відповідальності з позиції тілесно-орієнтованого підходу зводиться до корекції характеру особистості. Особливість роботи з характером в рамках даного підходу полягає в опрацюванні двох рівнів функціонування особистості: психологічного і тілесно-енергетичного.

Згідно клієнт-центрованому підходу справжня відповідальність властива лише “повністю функціонуючій особистості”, за К. Роджерсом, або особистості, що самоактуалізується, за А. Маслоу. Корекція відповідальності в рамках даного підходу досягається в процесі особистісного зростання клієнта. К. Роджерс виділив три необхідних і достатніх умови ефективності терапії: конгруентність психотерапевта; емпатичне розуміння клієнта психотерапевтом; безумовне позитивне відношення терапевта до клієнта.

Програма корекції особистісного симптомокомплексу відповідальності (ПКОСВ) заснована на теоретичних уявленнях про структуру і типологію відповідальності К. А. Абульханової-Славської, О. Ф. Плахотного, В. П. Пряжеїна, Л. І. Дементій, Л. С. Славіної та В. Є. Купченко [7]. Аналізуючи дані концепції, можна виділити наступні загальні положення: 1) ефективність/неефективність життєвої стратегії особистості пов'язана з її особливостями відповідальності — структурою, рівнем, генералізованістю, інстанціями, суб'єктом, об'єктами тощо. Таким чином, програма ПКОСВ має бути направлена на зміну життєвої стратегії особистості, що неминуче веде до корекції її відповідальності; 2) для підвищення задоволеності особистості власним життям психологічну роботу необхідно здійснювати поетапно: корекція когнітивного, емоційного і регуляторного компонентів відповідальності для усвідомлення особистістю того факту, що вона сама здатна управляти власним життям, що багато в житті залежить від її власної активності; корекція поведінкового компоненту, приділяючи увагу чіткому плануванню клієнтом свого життя, формуванню у нього самостійного поведінкового навичку реалізації поставлених життєвих цілей; 3) психокорекція відповідальності повинна здійснюватися на основі диференційованого підходу, враховуючи особливості кожного типу.

Метою програми є корекція особистісного симптомокомплексу відповідальності на основі особистісного зростання і відповідних поведінкових моделей, що засновані на зрілій комунікації, емпатії і відповідальності за свої дії і вчинки. Вочевидь, що ця мета є досить загальною, проте вона об'єднує ряд конкретних завдань, які вирішуються в рамках окремих модулів програми. У даному контексті такими є: формування адекватних уявлень щодо відповідальної поведінки; підвищення рівня моральних суджень; розвиток когнітивного, поведінкового, регуляторного і емоційного компонентів відповідальності; зниження рівня гіпервиражених типів відповідальності і підвищення рівня слабовиражених до рівня, близького до статистичної норми.

Для вирішення приведених вище завдань коректувальна програма включає поведінковий і особистісний блоки. Поведінковий блок — це комплекс навчальних заходів, що спрямовані на ознайомлення учасників програми з симптомокомплексом відповідальності і його можливими проявами, а також на закріплення навичок, що сприяють реалізації відповідальності в конкретній поведінці. До таких навичок ми віднесли уміння ставити перед собою реальні і актуальні цілі, а також навик ефективно управляти власним часом. Особистісний блок — це система психокоректувальних заходів, що спрямовані на зміну мотиваційної сфери особистості з метою формування спонук особистості до зрілої, дійсно відповідальної поведінки, формування і зміни когнітивного, емоційного і регуляторного компонентів відповідальності.

У програмі ПКОСВ брали участь 36 чоловік з числа осіб тих, що звернулися за психологічною допомогою в “Асоціацію практичних психологів” м. Харкова. Група була відібрана з розрахунку по 6 чоловік — представників кожного типу особистісного симптомокомплексу відповідальності і 6 чоловік, які були віднесені нами на підставі тестування в групу “безвід-

повідальних”. Всі учасники звернулися за допомогою через ті чи інші проблеми в роботі і особистому житті.

У психокоректувальній програмі (ПКОСВ) було поставлено завдання по перетворенню окремих форм відповідальної поведінки у відповідальність, як інтегральну властивість особистості — дійсну відповідальність. У роботах Л. І. Дементій, Л. С. Славіної, В. Є. Купченко тощо було показано, що відповідальність лише тоді є інтегральною характеристикою особистості, коли в її структурі виражені всі компоненти відповідальності. Типологія відповідальності В. Є. Купченко заснована на чотирьох компонентах: поведінковому, когнітивному, емоційному і регулятивному [7]. Психокоректувальна робота з поведінковим компонентом представлена у відповідному (поведінковому) блоці програми ПКОСВ. Особистісний блок програми ПКОСВ направлений на корекцію емоційного, регуляторного і когнітивного компонентів відповідальності. Реалізація особистісного блоку, як вже наголошувалося вище, незмінно пов’язана із зміною життєвих стратегій учасників програми, а також вживанням відповідних методів з арсеналу психологічних форм психотерапії. Вибір психокоректувальних методів здійснювався на підставі завдання розвитку емоційного, регуляторного і когнітивного компонентів відповідальності і з врахуванням особистісних особливостей учасників даної програми.

План програми ПКОСВ представлений у таблиці 1.

Таблиця 1

**Погодинний план програми ПКОСВ**

№	Тема (вид занять), психокоректувальний блок	Завдання	час (ч.)
1	Відповідальність, свобода, атрибуція відповідальності, відповідальна поведінка (семінар), ознайомлювальний	Учасникам важливо усвідомити: що вони самі здатні управляти власним життям, що багато що в їх житті залежить від їх власної активності; можливість неадекватного сприйняття причини подій життя, що відбуваються, та способи досягнення життєвих цілей; роль відповідальності в житті особистості і власний тип відповідальності.	2
2	Методика ефективної постановки індивідуальних цілей (лекційно-практичне), поведінковий	Учасники повинні опанувати технологію постановки життєвих цілей	3
3	Ефективне управління часом (лекційно-практичне), поведінковий	Учасники повинні опанувати методики ефективного управління часом	3
4	Група зустрічей (практичне), особистісний	Учасникам важливо усвідомити: власну поведінку в контексті її відповідальності/безвідповідальності; особливості і наслідки своєї відповідальної поведінки; можливі ресурси зміни відповідальності.	72

Закінчення табл. 1

№	Тема (вид занять), психокоректувальний блок	Завдання	час (ч.)
5	Індивідуальна психокоректувальна робота (практичне), особистісний	Усвідомлення причин власної відповідальної і безвідповідальної поведінки; опрацювання психологічного травматичного досвіду	6
6	Індивідуальна психокоректувальна робота за підсумками групових практичних занять, особистісний	Підведення підсумків і закріплення отриманих навичків	3

Заняття ознайомлювального блоку спрямовані на уточнення керівником програми ПКОСВ запитів учасників і їх мотивування щодо подальшої участі. При цьому інші цілі описані в таблиці 1.

Раніше [8] було показано, що відповідальність забезпечується різними емоційними механізмами. Так, “неавтентична відповідальність” включає наступний комплекс емоцій: горе, сором, провина, страх і гнів; а “автентична відповідальність” включає емоцію радості. Таким чином, для розвитку автентичної відповідальності необхідно звільнити її від сусідства негативних емоцій і пов’язати з емоцією радості, що дозволить особистості бути відповідальною, не виходячи із страхів, побоювань і тривоги, а реалізуючи власну громадянську позицію в суспільстві.

Для розвитку емоційного, когнітивного і регуляторного компонентів відповідальності необхідно перетворити незрілі форми радості в зрілі, а також підвищити інтенсивність її переживання в учасників програми ПКОСВ. Рішення даної задачі бачиться не у формуванні ряду поведінкових навичок переживання радості, подібно до тренінгу насолоди (В. Ромек і Є. Ромек), а в зміні неефективних життєвих стратегій, звільненні від неадаптивних когніцій і патернів поведінки, що відводять людину в протилежну сторону від радості в житті.

Особистісний блок програми ПКОСВ базується на наступних основних положеннях.

У процесі психокорекції відповідальності необхідно пропрацювати бар’єри, перешкоди, що стоять на шляху близькості клієнта з головними об’єктами інфантильних конфліктів. Терапевт потрапляє в поле процесів, що відображають проблему контакту клієнта. Робота в полі переносних й контрпереносних реакцій дозволяє терапевтові пройти весь цикл контакту клієнта, звільняючи радість близькості від сусідства тривоги і страху. Таке опрацювання сприяє прийняттю клієнтом реальності і відповідальності за своє життя і вибір.

Невротичний контакт є полівекторним процесом, в якому реалізуються інфантильні конфлікти особистості. В процесі міжособистісної взаємодії у міру емоційного зближення з об’єктом прихильності суб’єкт проявляє амбівалентне відношення до партнера. Одночасно з радістю виникає інфантильна тривога, яка в певний момент досягає такої інтенсивності, що

робить подальше емоційне зближення з об'єктом руйнівним для суб'єкта, природність циклу контакту порушується, в стосунках виникає дисбаланс, і вони розпадаються.

Зрілий контакт є моноекторним процесом в системі “близькість-віддаленість”, “радість-травматичність”. З емоційним зближенням з партнером у суб'єкта зростає суб'єктивне переживання радості, а рівень тривоги залишається на колишньому рівні. Зрілий контакт і дійсна відповідальність в міжособистісних стосунках проявляються лише в тому випадку, якщо особистість не несе в собі “вантаж” інфантильних конфліктів.

В рамках програми ПКОВ застосовувалися методи провокативної дії психолога на учасників, з метою форсування психокоректувального процесу. На думку Ф. Фареллі, саме провокація дозволяє щонайшвидше досягати тих областей, яких клієнт прагне уникнути, виражаючи це своєю поведінкою [9]. Роль класичного провокативного терапевта — помічник диявола. Терапевт бере на себе негативну сторону амбівалентного відношення клієнту до об'єкта, “грає роль сатани-спокусника, спонукає клієнта продовжити “гріхопадіння”, підтримуючи його дійсне і патологічне уявлення про “добро” і вигадку виправдань такій поведінці” [9]. Він спотворює сценарії, провокуючи клієнта на їх усвідомлення.

Нами застосовувалася наступна техніка з арсеналу провокативної терапії.

Тест на реальність — принцип доведення до абсурду допомагає клієнтові усвідомити себе, визначити, підтвердити, захистити і навчити сміятися над собою.

Вербальна конфронтація — техніка, направлена на усунення невідповідності між словами і діями клієнта.

“Конфронтація негативного моделювання” — копіювання манери клієнта говорити, висміювання найбільш шкідливих для нього тематик.

Іронічні пояснення — перебільшені, абсурдні іронічні відповіді на питання клієнта.

Суперечливі повідомлення — згода і тут же твердження іншого. Використання суперечливих повідомлень дають клієнтові можливість попрацювати в розшифровці комунікацій.

Перерахування — терапевт не лише примушує клієнта скласти перелік причин його поведінки, але і сам бере в цьому участь з метою з'ясувати можливі причини захворювання і викликати реакцію клієнту.

Техніка провокуючої метафори спрямована на прискорення вбудовування учасників психотерапії в процеси один одного, створення єдиного групового поліпроцесуального простору.

В процесі психокорекції особистісного симптомокомплексу відповідальності в міжособистісних стосунках завданням психолога є вбудовування, вплітання в життєві сценарії, чекання, процеси й інші феномени актуальної проблематики клієнта, як один з головних персонажів, що діють, шляхом терапевтичної провокації. З виникненням переносних взаємин з'являється можливість опрацювати бар'єри і перешкоди на дорозі можливого емоційного зближення клієнта із значимими об'єктами в його житті. Подібні зміни вплинуть на структуру відповідальності учасників програми

ПКОСВ, змінивши не лише вираженість емоційного, регуляторного і поведінкового компонентів, але і їх змістовну, семантичну наповненість.

Для емпіричної оцінки ефективності програми корекції відповідальності нами було здійснено квазіекспериментальне дослідження із застосуванням плану для двох груп з попереднім і підсумковим тестуванням.

Експериментальна і контрольна групи були еквівалентні за кількістю випробовуваних (по 36), статевим складом (15 чоловіків і 21 жінка), віком (20–21 рік), типом прояву відповідальності (по 6 випробовуваних у кожній групі представляли п'ять типів відповідальності, виділених у нашому дослідженні, і 6 безвідповідальних), локалізацією контролю і рівнем моральної думки. У якості показників ефективності корекції відповідальності на підставі поставлених завдань були вивчені зміни динаміки результатів за наступними психодіагностичними методиками і процедурами: методика локалізації контролю О. Г. Ксенофонтової; метод моральних дилем (історій з незавершеним кінцем) Л. Кольберга; методика діагностики особистісного симптомокомплексу відповідальності ОДОСВ; інтерв'ю “компоненти відповідальності” Л. І. Дементій.

Після проведення ПКОСВ у членів експериментальної групи виявилось: 1) зростання різних показників інтернальності — інтернальність при описі особистого досвіду ( $T=69,5$ ;  $p<0,05$ ), інтернальність в судженнях про життя взагалі ( $T=79$ ;  $p<0,05$ ), інтернальність у професійній діяльності ( $T=59$ ;  $p<0,05$ ) і в сімейних стосунках ( $T=97,5$ ;  $p<0,05$ ); збільшення міри готовності до діяльності, пов'язаної з подоланням труднощів ( $T=67,5$ ;  $p<0,01$ ), до самостійного планування, здійснення й відповідальності за неї ( $T=79$ ;  $p<0,01$ ); 2) зростання рівня моральних суджень ( $T=1,93$ ;  $p<0,03$ ), значно збільшилось число постконвенціональних суджень; 3) профіль особистісного симптомокомплексу відповідальності вирівнюється — високі показники різних типів відповідальності знижуються, низькі — зростають, наближуючись до нормативних; 4) поліпшення компонентної структури відповідальності — підвищення показників когнітивного ( $T=73$ ;  $p<0,05$ ), емоційного ( $T=81,5$ ;  $p<0,05$ ) та поведінкового компонентів ( $T=65,5$ ;  $p<0,01$ ).

Таким чином, запропонована програма корекції відповідальності (ПКОСВ) є ефективною.

## Висновки

ПКОСВ ґрунтується на наступних принципових положеннях: 1) комплексність — здійснюється на всіх рівнях її структури: особистісному (емоційному, когнітивному, регуляторному) і поведінковому (уміння, навички); 2) диференційованість корекційного підходу до кожного типу відповідальності; 3) методична еkleктичність — включає різні коректувальні підходи і техніки. У той же час, стратегічно в її основу покладені гуманістичні принципи клієнт-центрованої терапії К. Роджерса. Основне в даному підході — допомогти клієнтові увійти до власного внутрішнього світу, у власні переживання за рахунок забезпечення необхідних і достатніх умов терапевтичної зміни клієнта.

Завдання ПКОВ: 1) формування адекватних уявлень про відповідальну поведінку; 2) збільшення рівня відповідальності учасників програми; 3) підвищення рівня усвідомлення ролі відповідальності в житті учасників програми; 4) формування навичок планування і регуляції діяльності.

Для розвитку автентичної відповідальності необхідно звільнити відповідальність від сусідства негативних емоцій і пов'язати з емоцією радості, що дозволить особистості бути відповідальною, не виходячи із страхів, побоювань і тривоги, а реалізуючи власну громадянську позицію в суспільстві.

Після проведення ПКОВ у членів експериментальної групи виявилося: 1) зростання різних показників інтернальності — інтернальність при описі особистого досвіду, інтернальність в судженнях про життя взагалі, інтернальність у професійній діяльності і в сімейних стосунках; збільшення міри готовності до діяльності, пов'язаної з подоланням труднощів, до самостійного планування, здійснення й відповідальності за неї; 2) зростання рівня моральних суджень, значно збільшилось число постконвенціональних суджень; 3) профіль особистісного симптомокомплексу відповідальності вирівнюється — високі показники різних типів відповідальності знижуються, низькі — зростають, наближуючись до нормативних; 4) поліпшення компонентної структури відповідальності — підвищення показників когнітивного, емоційного та поведінкового компонентів.

## **Література**

1. Иванова Т. Ф. Изучение и формирование ответственности у младших школьников [Электронный ресурс] / Т. Ф. Иванова // Методические рекомендации для учителей, воспитателей школ и учреждений повышенного уровня образования; под редакцией доктора психологических наук, профессора М. В. Матюхиной. — Режим доступа до стат.: <http://www.psyportal.info/psypage/st1.shtml>
2. Климова К. А. О формировании ответственности у детей 6–7 лет / К. А. Климова // Формирование коллективных взаимоотношений у детей старшего дошкольного возраста. — М.: Наука, 1968. — С. 328–353.
3. Славина Л. С. Роль мотива и способов поведения при выполнении школьниками общественных поручений / Л. С. Славина // Вопросы психологии личности школьника. — М.: Наука, 1978. — 298 с.
4. Бурлачук Л. Ф. Психотерапия. Психологические модели: Учебник для вузов / Бурлачук Л. Ф., Кочарян А. С., Жидко М. Е. — 3-е изд., стереотип. — СПб.: Питер, 2009. — 496 с.
5. Лоуэн А. Психология тела: биоэнергетический анализ тела / Лоуэн А. — Институт общегуманитарных исследований, 2000. — 256 с.
6. Лоуэн А. Радость / Лоуэн А. — Институт общегуманитарных исследований, 1995. — 171 с.
7. Купченко В. Е. Особенности характеристик жизненного пути у лиц с различным типом ответственности : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.01 “Загальна психологія. Історія психології” / В. Е. Купченко. — Омск, 2004. — 20 с.
8. Кочарян І. О. Типологічні особливості організації особистісного симптомокомплексу відповідальності / І. О. Кочарян // Актуальні проблеми практичної психології: Збірник наукових праць. — Херсон: ПП Вишемирський В. С., 2006. — С. 120–123.
9. Кочарян И. А. Провокативный поход в психокоррекции проблем эмоциональной близости и ответственности в межличностных отношениях / И. А. Кочарян // Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна, серія “Психологія”. — Вип. 39. — № 793. — Харків, 2008. — С. 223–229.



**И. А. Кочарян**

Национальный аэрокосмический университет им. Н. Е. Жуковского “ХАИ”

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ ЛИЧНОСТНОГО СИМПТОМОКОМПЛЕКСА ОТВЕТСТВЕННОСТИ**

### **Резюме**

Программа коррекции личностного симптомокомплекса ответственности направлена на основные ее компоненты: эмоциональный, когнитивный, регуляторный и поведенческий. Основной стратегией программы является расщепление связи между ответственностью и комплексом негативных эмоций с последующей актуализацией связи с позитивными. Отмечается, что в результате программы наблюдается оптимизация компонентной структуры симптомокомплекса, выравнивание его типологического профиля (снижение уровня гипервыраженных типов ответственности и повышение уровня слабовыраженных до уровня, близкого к статистической норме).

**Ключевые слова:** ответственность, структура ответственности, типология ответственности, психокоррекция.

**I. Kocharyan**

National aerospace university the name of N. E. Zhukovski

## **PSYCHOLOGICAL CORRECTION OF COMPLEX OF PERSONALITY RESPONSIBILITY SYMPTOMS**

### **Summary**

The program of complex of personality responsibility symptoms directed on its basic components: emotional, cognitive, regulator and behavioural. The basic strategy of the program is splitting of communication between responsibility and a complex of negative emotions with the subsequent actualisation of communication with positive. It is noticed, that as a result of the program optimisation of componental structure of symptoms complex, alignment of its typological profile (decrease in level of the hyper-expressed types of responsibility and increase of level lowexpressed to the level close to statistical norm) is observed.

**Key words:** responsibility, structure of responsibility, typology of responsibility, psychocorrection.