

ТРАВМАТИЧЕСКИЙ ОПЫТ В ХРОНОТОПЕ ЛИЧНОСТИ

Фоминых Е.С.

Оренбургский государственный педагогический университет, Оренбург
fominyh.yekaterina@yandex.ru

Аннотация. В статье рассматривается проблема психологической травматизации и травматического опыта в контексте хронотопической (пространственно-временной) организации личности. Систематизированы научные данные о проявлениях дезинтеграции, дисбаланса и асинхронности событий прошлого, настоящего и будущего (обращение к травматическим событиям прошлого, малая дифференцированность представлений о будущем; навязчивое переживание и повторение травматического опыта, ревиктимизация; предвосхищение (антиципация) серьезной угрозы). Рассматривается вопрос межпоколенной трансмиссии травматического опыта.

Ключевые слова: хронотоп, психологическая травма, травматический опыт, деформации, личность

Условия жизнедеятельности человека описываются современными исследователями в терминах «разлитого» травматического опыта, вступающего в резонанс с болезненными историческими включениями (Н.С. Бурлакова), которые в совокупности порождают множество психо- и патогенных обстоятельств, выработка по отношению к которым адаптивных схем и механизмов находится за пределами человеческой организации. В связи с этим проблема психологической травматизации, роли травматического опыта в формировании деформаций личности и ее жизненного пути продолжает оставаться в числе востребованных. Отдельные аспекты рассматриваемой проблемы представлены в широком круге исследований (Б. Колодзин, Е.С. Калмыкова, Л.В. Трубицина, А.Б. Холмогорова, Н.Г. Гаранян, Н.Г. Осухова, М.М. Решетников, Н.В. Тарабрина, И.С. Хажуев, М.А. Падун, А.В. Котельникова, Е.Н. Дымова, Н.В. Тарабрина, Н.Е. Харламенкова и др.). В рамках настоящей статьи нами интегрированы данные, отражающие взгляд на проблему травматического опыта в контексте индивидуального хронотопа личности.

Психологическая травматизация является результатом переживания ситуаций «разрыва жизни», невозможности последующего восстановления (Осухова, 2005), сопровождаемого нарушением преемственности, последовательности, интеграции событий прошлого, настоящего и будущего, т.е. деформацией хронотопических основ развития и функционирования личности. Становление хронотопа обеспечивается не только действием нейрофизиологических механизмов антиципации, но и механизмами интериоризации и приватизации, закладывающими социальный фундамент бытия личности (смыслы, ценности, система отношений, стратегии взаимодействия и др.) (Фоминых, 2017). В связи с этим тяжесть острых и отсроченных проявлений последствий травматического опыта коррелирует с возрастом (интенсивно обнаруживая себя начиная с подросткового возраста) и субъективным восприятием и оценкой травмирующего фактора.

Обобщение данных отечественных и зарубежных исследований по проблеме позволило выделить основные нарушения пространственно-временно-смыслового контекста жизненного пути личности, перенесшей травматическое событие (Тарабрина, 2007; Осухова, 2005; Малкина-Пых, 2010 и др.).

1. Частое обращение к травматическим событиям прошлого, малая дифференцированность представлений о будущем, потеря смысла существования, которые снижают субъективную удовлетворенность настоящим, блокируют перспективы на будущее. Травматический опыт не интегрируется в когнитивную схему личности и не трансформируется с течением времени: личность не принимает травматическое событие как событие прошлого, фиксируясь на нем как на актуальном переживании. Пережитое событие остается в памяти в виде интенсивных эмоций и соматосенсорных явлений, активизируясь в ситуациях, напоминающих о травме.

2. Навязчивое повторение травматического опыта / компульсивное повторное переживание травматических событий / ревиктимизация – поведенческие паттерны повторного переживания травмы; неосознанное включение в ситуации, аналогичные травмирующей. Из непрерывного потока жизненных ситуаций и событий вычлняются и фиксируются преимущественно те, которые могут повторить травматическую ситуацию, с соответствующими поведенческими паттернами. Данный аспект функционирования личности может оставаться пролонгированным до тех пор, пока травматический опыт не будет переработан, отреагирован и включен в личную биографию.

3. Постоянное предвосхищение (антиципация) серьезной угрозы вследствие физиологической гипервозбудимости: нейтральные и случайные стимулы провоцируют реакцию тревоги и воспринимаются как источники опасности. Физиологические ощущения теряют адаптивную функцию – мобилизации ресурсов в ответ на опасную ситуацию, в связи с чем физиологическая активность генерирует страх. Личность становится сензитивна к триггерам и пытается их предупредить.

Таким образом, непереработанный травматический опыт встраивается в матрицу хронотопа, обуславливая его деформации в виде дезинтеграции, дисбаланса и асинхронности событий прошлого, настоящего и будущего. Новое видение ситуации с ее ресурсами и возможностями блокируется, выражаясь в виктимогенных реакциях фиксации или противодействия, что в итоге завершается невозможностью выхода за пределы ситуации, реализацией фиксированных форм поведения, адаптации стагнирующими и разрушительными способами. В целом, преобразовательные возможности хронотопа резко ограничиваются, наблюдается регресс, распад / деструкция и гибель / автодеструкция системы (Некрасова, 2006).

В исследованиях можно встретить и противоположный модус влияния травматического опыта на личность в виде позитивных изменений – посттравматические трансформации личности, включающие рост и развитие. Подчеркивается, что травматическое событие разделяет жизнь человека на отдельные стадии, этапы («до-мир», «в-мир», «пост-мир»), но способность воспринимать их целостно является важным показателем эффективной организации жизни человека, включающей: активность в решении жизненных задач, вовлеченность в жизненные сферы, переживание полноты и насыщенности жизни, что дает возможность говорить о самореализации человека и др.

В отношении лиц, переживших травматическое событие, Б.М. Мастеров и Л.М. Некроенко (Мастеров, Некроенко, 2014) используют термин «сломанный» хронотоп, для которого характерно отсутствие связи между прошлым, настоящим и будущим, непроницаемость границ между ними. Прошлое отделено непроходимой границей (травматическим событием) от «настоящего», в связи с чем отсутствует видение собственного будущего, с его целями, планами и возможностями. Авторами также подчеркивается, что психологическая интеграция хронотопа посредством восстановления связи с прошлым (со своим Я в прошлом) способствует преодолению невротической и соматической симптоматики, появлению активного отношения к настоящему и планов на будущее, снижению числа и интенсивности эмоциональных и психосоматических «приступов».

В контексте рассматриваемой проблемы правомерен вопрос трансмиссии травматического опыта из поколения в поколение, способов и механизмов трансляции негативного опыта в воспитание детей и отношения с ними (Бурлакова, 2016). Сложность и болезненность переработки негативных переживаний родителями приводит к невозможности построения зрелых и гибких форм взаимодействия с внешним миром, а также выстраивания гармоничных и устойчивых отношений между родителями и детьми. Ребенок воспринимается в качестве некоторого материала для канализации опыта, что детерминирует выработку соответствующих форм воспитательных воздействий, при которых необходимо передать катастрофический опыт и выразить его так, чтобы он не повторился. Формами реализации данного деструктивного послания, предназначения является создание гиперзащитной среды и гиперконтроль с акцентом на долженствовании, высоких достижениях в учебе и карьере. В итоге, травматический опыт интегрируется в хронотоп последующих поколений: вытесняется собственный аутентичный опыт ребенка, обуславливая формирование ложного Я, внутреннего раскола и дезинтеграции личности.

Таким образом, фиксация травматического опыта в хронотопе личности обуславливает сложную дезинтеграцию, дисбаланс, асинхронность прошлого, настоящего и будущего. В связи с этим психологическая помощь в переработке негативных переживаний является основой преодоления стагнирующих и деструктивных тенденций в развитии личности и ее жизнеосуществлении.

Литература

Бурлакова Н.С. Психодинамика передачи травматического опыта от поколения к поколению в контексте культурно-исторической клинической психологии // Психологические исследования. 2016. № 45. С. 11.

Малкина-Пых И.Г. Виктимология. Психология поведения жертвы. М.: Эксмо, 2010.

Мастеров Б.М., Некроенко Л.М. Time mentality management: парадигма «Управление хроно-топом» // Организационная психологи. 2014. № 3. С. 54-68.

Некрасова Е.В. Жизненный мир человека и подход к его исследованию // Вестник ЧГПУ. 2006. № 1. С. 98-110.

Осухова Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях. М.: Академия, 2005.

Тарабрина Н.В. Практическое руководство по психологии посттравматического стресса: в 2 ч. Ч. 1. Теория и методы. М.: Когито-Центр, 2007.

Фоминых Е.С. Индивидуальный хронотоп: динамика личности в пространстве и времени жизни // Психология и психотехника. 2017. № 4. С. 97-103.

TRAUMATIC EXPERIENCE IN THE CHRONOTOPE OF THE INDIVIDUAL

Fominykh E.S.

Orenburg State Pedagogical University, Orenburg

Abstract. The article deals with the problem of psychological traumatization and traumatic experience in the context of chronotopic (spatio-temporal) organization of personality. Systematized scientific data on the manifestations of disintegration, imbalance and asynchronous events of the past, present and future (appeal to the traumatic events of the past, a small differentiation of ideas about the future; obsessive experience and repetition of traumatic experience, revictimization; anticipation (anticipation) of a serious threat). The issue of intergenerational transmission of traumatic experience is considered.

Keywords: chronotope, psychological trauma, traumatic experience, deformation, personality

ОСОБЕННОСТИ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМЫХ ПОДРОСТКОВ

Фролова С.В.

Российский национальный исследовательский медицинский университет им. Н.И. Пирогова, Москва
frolova-s80@mail.ru

Аннотация. Актуальность темы исследования обусловлена в нашей стране дефицитом исследований психологических факторов, способствующих формированию интернет-зависимого поведения в подростковом возрасте. Поэтому целью нашего исследования стало изучение применяемых копинг-стратегий интернет-зависимыми подростками. Мы предположили, что существуют различия в психоэмоциональных особенностях подростков в соответствии с наличием интернет-зависимости, проявляющиеся в зависимости восприятия интернета и копинг-стратегий от порядка рождения и количества детей в семье.

Ключевые слова: совладающее поведение, интернет-зависимость, копинг-стратегии, подростки, поведение в стрессовых ситуациях

В настоящее время в современном обществе довольно остро стоит проблема, связанная с использованием компьютера, увлечением компьютерными играми, применением интернета как сред-