

УДК 159

DOI: 10.34670/AR.2021.62.79.001

Рассуждения о ценностно-смысловых аспектах личности женщин, переживающих кризис в постразводный период

Родермель Татьяна Алексеевна

Кандидат философских наук, доцент,
завкафедрой психологии,
Сургутский государственный университет,
628412, Российская Федерация, Сургут, просп. Ленина, 1;
e-mail: Rodermel@mail.ru

Шамухаметова Елена Сафиулловна

Кандидат психологических наук, доцент,
Сургутский государственный университет,
628412, Российская Федерация, Сургут, просп. Ленина, 1;
e-mail: Rodermel@mail.ru

Аннотация

В статье представлены статистические данные, подтверждающие актуальность такой темы, как ценностно-смысловые аспекты личности женщин, переживающих кризис в постразводный период. Раскрываются психологические проблемные мишени постразводного периода. Авторы описывают методы работы в практико-ориентированной деятельности. Предложен ряд диагностических материалов и представлены результаты психологического обследования, которые раскрывают суть понимания содержательности психологического сопровождения в период развода, а также ценностно-смысловой составляющей личности женщины в данный период. Анализируя результаты работы с женщинами, сделан вывод о том, что они описывают себя с любовью и нежностью к себе. Если раньше ориентиром для женщины служили обстоятельства, в том числе окружающие люди, то сейчас главным ориентиром служит она сама.

Для цитирования в научных исследованиях

Родермель Т.А., Шамухаметова Е.С. Рассуждения о ценностно-смысловых аспектах личности женщин, переживающих кризис в постразводный период // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2021. Т. 10. № 2А. С. 49-58. DOI: 10.34670/AR.2021.62.79.001

Ключевые слова

Кризис, ценностно-смысловые аспекты, женщины в период развода, пост-разводный период, внутриличностный конфликт, психосоматические заболевания.

Введение

По данным Федеральной службы государственной статистики, на декабрь 2018 года количество зарегистрированных браков составило 49 778 единиц, а расторгнутых – 62 393 единиц. Приведенные значения дают нам право говорить о том, что разрыв отношений, а именно развод, является достаточно весомой проблемой в настоящее время.

Окончание супружеских отношений – это полная перестройка жизни, связанная с изменением как социального положения, так и жизненного статуса. Перестраивается, как правило, не только бытовой аспект жизни человека (повседневные привычки, проведение досуга, кулинарные пристрастия, распорядок дня, сон), но и взаимоотношение с миром. Также изменяется материальное состояние, отношение к себе и другим, в конечном счете приходится рассчитывать только на себя. Все это зачастую переживается личностью довольно сложно и часто приводит к определенному кризисному состоянию.

Актуальность темы исследования обусловлена тем, что развод как прекращение брачных отношений приводит личность к переживанию, сравнимому по своему содержанию и последствиям с потерей партнера в результате его смерти. Увеличение в последние десятилетия числа разводов и отсутствие культуры и практики обращения к психологической помощи ставят под угрозу психологическое здоровье разведенных. Не имея ориентированности в будущем и не идя за психологической помощью, женщина ставит под угрозу свое состояние, вследствие чего могут появиться не только психические, но и психосоматические заболевания. Такой «отказ» от помощи зачастую объясняется мотивационным компонентом, который может быть как внешним, так и внутренним и является более значимым, чем дальнейшее собственное здоровье.

Основная часть

Развод супругов сопровождается, как было сказано выше, переживанием утраты отношений, воспринимаемой как символическая смерть отношений, привычного уклада жизни, установок и норм, связанных со своим социальным статусом, образом жизни до развода [Власова, 2017]. Переживанию утраты в связи с разводом, расставанием партнеров свойственны те же стадии, что и для переживания утраты в связи со смертью близкого человека. При этом существуют и характерные особенности этого процесса, выражающиеся в специфике переживаний, чувств и действий на каждой из стадий.

На наш взгляд, проблемную ситуацию женщин можно решить путем формирования стратегии по переживанию потери, а также с помощью поиска новых средств в качестве развертывания ориентировки, тем самым будет произведен «возврат» женщины из кризиса в постразводном периоде. Также совместно разработанная стратегия будет средством для предотвращения возможно возникшего схожего переживания утраты.

Проблемой постразводного периода занимались многие авторы. Например, В.М. Мягер, В.В. Ковалева говорили о разводе как о «запускающем факторе» невротических расстройств более чем у половины женщин. Также была создана типология кризисов, вызванных распадом супружеских отношений (D. Lester). Предложены различные методы психологической помощи при депрессионных состояниях как в рамках индивидуальной кризисной терапии, так и групповой психокоррекционной работы (Г.В. Старшенбаум, А.М. Полеев).

В настоящее время в человеческой культуре приняты определенные стереотипы, нормы и

правила для определения семьи. Также существует понятие «нормальная семья», но данный термин достаточно субъективен, он складывается из исторически сложенных корней той или иной малой социальной группой общества.

С точки зрения психолога М. Мид, «нормальной семьей» является семья, где за семью как целое несет ответственность отец, а все остальные члены семьи являются неполноценными.

На смену термину «нормальная семья» пришел другой, более распространенный – «деструктивная семья». В своем прямом смысле деструкция имеет значение разрушения, а деструктивной семьей будет считаться та семья, у которой нарушена ценностная ориентация, семья неграмотна педагогически, неуважительна и конфликтна по отношению друг к другу, а члены данной семьи являются зависимыми [Захарова, Пулатова, 2016]. Такая семья живет по своим правилам, имея жизненные трудности и нуждаясь в помощи со стороны.

На наш взгляд, необходимо найти такую форму работы сопровождения кризисного состояния женщин в постразводный период, которая может включать в себя все эффективные формы работы, уже существующие в психологии, но при этом иметь принципиально другой подход, заключающийся в том, что мы предлагаем женщинам совместную деятельность по собственному выходу из ситуации.

Мы предполагаем, что такой выход из кризиса станет возможным благодаря организации такой формы психологической работы, как групповое психологическое консультирование, которая решает задачи построения условий развития человека в любой ситуации и является развивающей.

Еще одна форма работы – это психологическое консультирование. Целью психологического консультирования становится порождение и управление кризисами развития, построение новообразований личности [Аброськина, 2018]. Достижение целей психологического консультирования предполагает выбор определенной формы и содержания опосредствования новообразования развития личности.

Для эффективности в работе с женщинами можно использовать метод проекта. Для разработки плана занятий в рамках проекта, направленного на переориентирование ценностно-смысловой сферы, было проведено пилотное исследование, связанное с выделением особенностей ценностно-смысловой сферы у женщин средних лет, переживающих постразводный период, в форме диагностического обследования.

Опираясь на данные диагностического обследования, была проведена большая работа. В рамках результатов были взяты за основные психологические мишени в работе с женщинами, переживающими кризис, мотивационные факторы на развитие, наличия внутриличностных конфликтов, эмоционально-ценностного компонента самосознания у женщин, переживающих постразводный период; особенности ценностно-смысловой сферы женщин, переживающих постразводный период, и женщин, находящихся в браке.

Первая часть работы была связана с диагностированием 12 женщин, переживающих кризис в постразводном периоде (1-2 года), возраст которых варьировался от 35 до 50 лет. В качестве диагностического материала было использовано следующее: опросник, который отражает готовность женщин средних лет, находящихся в кризисной ситуации в постразводный период, к изменению ценностно-смысловой системы, заключающееся в мотивации на развитие, а также ориентировки на себя, выступающие критериями для переживания развода (МИС – методика исследования самоотношения, созданная С.Р. Пантिलеевым).

Методика, направленная на изучение самоотношения, содержит 110 утверждений, распределенных по 9 шкалам: 1 шкала – открытость («внутренняя честность»); 2 шкала –

самоуверенность; 3 шкала – саморуководство; 4 шкала – зеркальное «Я» (отраженное самоотношение); 5 шкала – самооценочность; 6 шкала – самопринятие; 7 шкала – самопривязанность; 8 шкала – внутренняя конфликтность; 9 шкала – самообвинение.

Методика предназначена для углубленного изучения сферы самосознания личности, включающего различные (когнитивные, динамические, интегральные) аспекты. Относительно области применения МИС можно отметить хорошие результаты в рамках индивидуального консультирования, так как данная методика позволяет выявить внутриличностные конфликты, а также изучить эмоционально-ценностный компонент самосознания.

Прошлое, настоящее и будущее прослеживается в ответах женщин достаточно противоречиво. Большинство опрошенных говорят, что сейчас их жизнь не является мрачным периодом, нет желания изменять прошлое и на будущее есть планы. Но при этом в их жизни не хватает счастья, так как они чувствуют себя, например, одинокими, от жизни получено мало того, чего хотелось бы, и, по сравнению с другими людьми, они чаще находятся в подавленном настроении.

Таким образом, мы видим, что существуют проблемы, беспокоящие женщин на данный момент. Данный период большинством переживается как мрачный. При этом все процессы происходят внутри женщины, она их старательно сдерживает (это видно по ответам, связанным с обращением к специалисту). Женщинам видится, что они должны быть самостоятельными и ответственными, несмотря на то, какие чувства испытывают. У женщин наблюдаются такие аспекты, как ощущение ненужности, беспомощности; желание жить лучшей жизнью, при этом не имея определенных целей (дезорганизация); отсутствие интереса и мотивации; наличие психосоматических реакций в виде усталости, мигрени, болей в спине и теле, а также частое подавленное настроение, причем ощущение возраста женщин практически не беспокоит

Также стоит отметить, что у женщин выявлено наличие внутриличностного конфликта, сомнений, несогласия с собой, тревожно-депрессивных состояний, сопровождаемых переживанием чувства вины, проявляющегося в повышенной рефлексии, неадекватных способностях оценивать себя и свои трудности, отрицании проблем, закрытости и поверхностном самодовольствии. Поверхностное самодовольствие заключается в преобладании негативных эмоций по отношению к себе, несмотря на высокую самооценку собственных качеств и общий положительный фон отношения к себе.

Помимо этого, у половины опрошенных обнаруживается аутосимпатия и внутренняя неустойчивость, где внутренняя конфликтность сочетается с самообвинением (рис. 1).

Показатели внутренней неустойчивости, включающие в себя внутреннюю конфликтность и самообвинение, могут свидетельствовать о внутренней дезадаптации личности и наличии кризисной ситуации, требующей принятия психокоррекционных мер.

Таким образом, полученные результаты по двум методикам говорят о том, что у женщин, находящихся в постразводном периоде, наблюдаются беспомощность, потребность в собственной децентрации, для того чтобы убрать аффективные переживания и посмотреть на трудную жизненную ситуацию со стороны, увидеть причины ее возникновения, а также нехватка средств для ее разрешения.

Вторая часть работы была направлена на выявление особенностей ценностно-смысловой сферы у женщин, переживающих кризис в постразводный период. В исследовании приняли участие 18 женщин в возрасте от 35 до 50 лет, где 9 из них находятся в браке, а остальные – в постразводном периоде.

В качестве диагностического материала были использованы следующие методики:

вербальная диагностика самооценки личности Н.П. Фетискина, направленная на количественное исследование уровня самооценки у испытуемых, где низкое значение самооценки выявляется показателями от 46 до 128 баллов; диагностика реальной структуры ценностных ориентаций личности С.С. Бубнова, позволяющая определить ценностные ориентации, которые наиболее явно выражены у испытуемого и являются определяющими стремления в его жизни; тест-опросник самоотношения (В.В. Столин, С.Р. Пантелеев), позволяющий выявить три уровня самоотношения, отличающихся по степени обобщенности: 1) глобальное самоотношение; 2) самоотношение, дифференцированное по самоуважению, аутсимпатии, самоинтересу и ожиданиям отношения к себе; 3) уровень конкретных действий (готовностей к ним) в отношении к своему «Я».

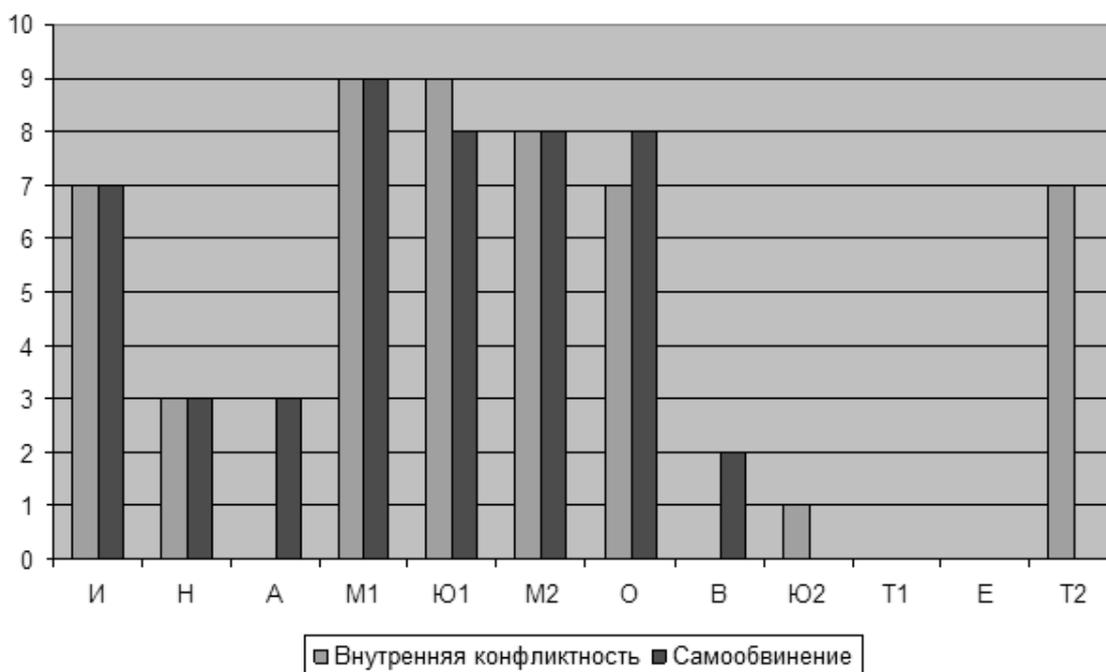


Рисунок 1 – График выявленной внутренней неустойчивости

Исследование самооценки личности, где низкое значение самооценки выявляется показателями от 46 до 128 баллов, показало, что заниженная самооценка наблюдается у 78% опрошенных как у замужних, так и у разведенных женщин. И только 22% женщин от общего числа опрошенных состоят в браке и имеют адекватную самооценку (рис. 2).

Это значит, что каждая из разведенных женщин в той или иной мере болезненно переносит критические замечания, не уверена в себе.

В рамках исследования ценностных ориентаций у женщин в возрасте от 35 до 50 лет выявлено, что для разведенных женщин важную роль играют следующие ценностные ориентации: «приятное времяпрепровождение, отдых»; «помощь, милосердие к другим людям», «любовь», которые являются определяющими стремлениями в их жизни.

У замужних женщин, наоборот, все ценностные ориентации выступают для них значимыми в той или иной мере. Причем, как правило, более низкие позиции занимают те ценности, которые, вероятнее всего, в данный момент жизни вызывают трудности и являются более ситуативными (рис. 3).

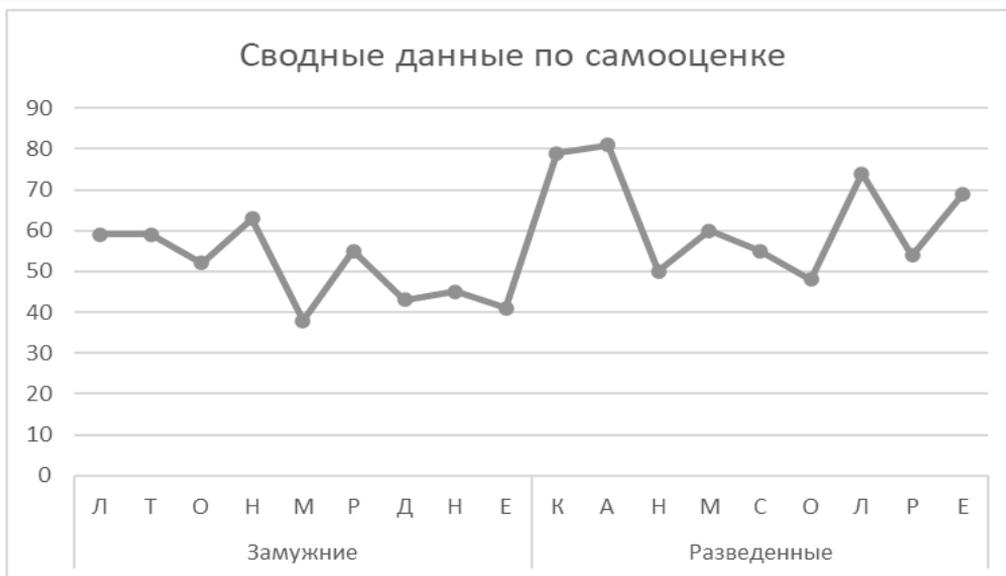


Рисунок 2 – Сводные данные по вербальной диагностике самооценки личности у замужних и разведенных женщин среднего возраста



Рисунок 3 – Сводные значения по ценностным ориентациям у замужних и разведенных женщин средних лет

Таким образом, женщины, находящиеся в браке, более социально расположены, активны, позитивно настроены, то есть для них важно материальное благосостояние, высокий социальный статус, поиск прекрасного, познание нового, признание людей, здоровье, не меньше, чем отдых, помощь другим и любовь. Они стремятся достигать желаемого, познавать новое, находить в этом прекрасное. В то время как женщины, пережившие развод, наоборот, желают закрыться, чтобы их меньше замечало общество. Они готовы отдавать, не обращая внимание на собственные желания и здоровье. Эстетическая красота для них неактуальна, что говорит о их глубоком заикливании на проблемах.

Проведенное нами исследование указывает на наличие кризиса практически у каждой женщины среднего возраста, за исключением 22% от общего числа опрошенных. У замужних женщин наличие кризиса определяется сниженной самооценкой, отсутствием понимания себя, склонностью к самообвинению и наличием внутриличностного конфликта. За счет отсутствия травмирующего кризиса, снижения интереса к себе и своим действиям, способностей, мотивации, самооценки, уверенности в себе изменение ценностно-смысловой сферы происходит выборочно, в частности ситуативно, не захватывая при этом все сферы жизни. Следовательно, кризис средних лет переживается женщинами устойчиво, с помощью большого количества психологических ресурсов, не развивая при этом тревожного состояния, психосоматических реакций.

Таким образом, особенностями ценностно-смысловой сферы у женщин средних лет, переживающих кризис в постразводный период, будут выступать сниженный уровень самооценки, уровень уверенности в себе, уровень децентрации и рефлексии, снижение или отсутствие мотивации на саморазвитие и отсутствие средств эмоциональной саморегуляции, суженный контекст взаимоотношения с миром, наличие тревожности по поводу будущего.

Мы считаем, что такой выход из кризиса станет возможным благодаря организации такой формы психологической работы, как групповое психологическое консультирование, которая решает задачи построения условий развития человека в любой ситуации и является развивающей.

Психологическое сопровождение, которое мы организовали и провели, помогло прийти к развитию личного новообразования (перестройка ценностно-смысловой сферы) у каждого из участников группы.

Благодаря занятиям удалось привести женщин к дифференцированию собственных эмоций и чувств не только за счет фильмов, но и за счет проекта в целом. Изначально женщинам было легко определять только сильные негативные эмоции, как свои, так и чужие. Но, как правило, свои уходили на второй план или воспринимались ими как чуждые им эмоции и чувства. В процессе всей работы женщины научились различать весь спектр собственных эмоций, выступающие для них на первом месте.

При определении терминальных и инструментальных ценностей (по М. Рокичу) были обнаружены следующие наиболее актуальные и менее актуальные группы ценностей. Для наглядности изучения динамики мы присвоили им значения «6», «5», «4» и «3», «2», «1» соответственно, исходя из субъективного выбора женщин (рис. 7).

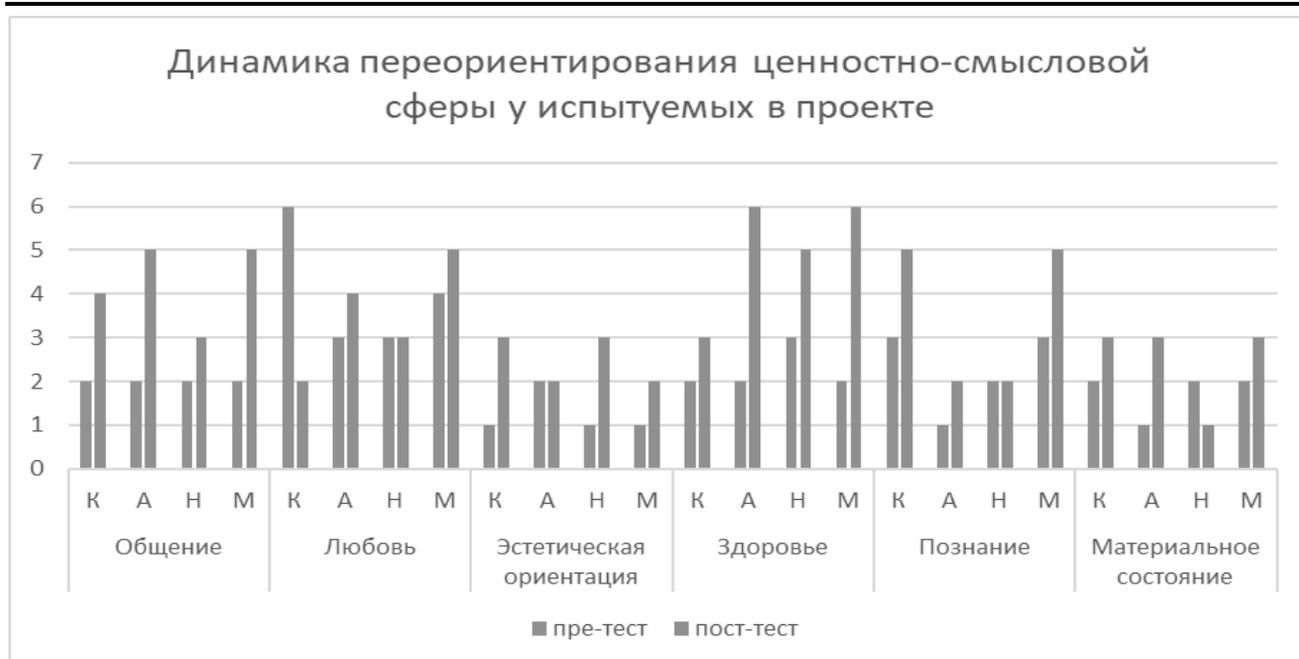


Рисунок 7 – Динамика переориентирования ценностно-смысловой сферы у женщин средних лет, переживающих кризис в постразводный период

Заключение

Таким образом, ценностные ориентации обрели значимость в рамках актуализировавшийся деятельности.

Результатом работы с женщинами послужила легкость в описании своих лучших качеств, они описывают себя с любовью и нежностью к себе. Если раньше ориентиром для женщины служили обстоятельства, в том числе окружающие ее люди, то сейчас главным ориентиром служит она сама.

Библиография

1. Аброськина Е.А. Ценностно-смысловая сфера личности студентов гуманитарного и естественно-научного направлений подготовки. СПб., 2018. 91 с.
2. Барышева Е.И. Опыт использования проективных методов в диагностике переживания женщинами кризиса развода // Сборник материалов Международной научно-практической конференции «Перспективы развития современного гуманитарного знания». Уфа, 2019. С. 23-29.
3. Власова Е.Ю., Лаптев Л.Г. Психология поведения разведенных женщин и их отношения к семье // Человеческий капитал. 2017. № 7 (103). С. 69-75.
4. Захарова С.Е., Пулатова Е.К. Теоретические предпосылки исследования психологии кризисных состояний личности // Развитие профессионализма. 2016. № 1 (1). С. 51-52.
5. Каяшева О.И., Ефремова Д.Н. Субъективный опыт переживания развода созависимыми женщинами // Вестник Университета Российской академии образования. 2016. № 1. С. 81-87.
6. Невмержицкая Ю.П. К вопросу о диагностике ценностно-смысловой сферы личности // Вестник ТвГУ. Серия «Педагогика и психология». 2014. № 2. С. 236-241.
7. Петросьян С.Н. Кризисное состояние личности как психологический феномен // Вестник Адыгейского гос. ун-та. Серия 3: Педагогика и психология. 2016. № 2 (178). С. 85-94.
8. Пономарева О.С. Психологическая помощь женщинам с разным уровнем стресса после развода. Саратов, 2018. 14 с.
9. Родермель Т.А., Хохлова Н.И. Межличностная перцепция в развитии семейных отношений // Европейский журнал социальных наук. 2017. № 9. С. 398-409.

10. Davidov E. A Cross-Country and Cross-Time Comparison of the Human Values Measurements with the Second Round of the European Social Survey // Survey Research Methods. 2008. Vol. 2. No. 1. P. 33-46.

Arguments about the value-semantic aspects of the personality of women experiencing a crisis in the post-divorce period

Tat'yana A. Rodermel'

PhD in Philosophy, Associate Professor,
Head of the Department of psychology,
Surgut State University,
628412, 1, Lenina ave., Surgut, Russian Federation;
e-mail: Rodermel'@mail.ru

Elena S. Shamukhametova

PhD in Psychology,
Associate Professor of the Department of Psychology,
Surgut State University,
628412, 1, Lenina ave., Surgut, Russian Federation;
e-mail: Rodermel'@mail.ru

Abstract

The article presents statistical data confirming the relevance of such a topic as the value-semantic aspects of the personality of women experiencing a crisis in the post-divorce period. The psychological problem targets of the post-divorce period are revealed. The authors describe methods of work in practice-oriented activities. A number of diagnostic materials are proposed and the results of psychological examination are presented, which reveal the essence of understanding the meaningfulness of psychological support during a divorce, as well as the value-semantic component of a woman's personality in this period. Analyzing the results of work with women, it was concluded that they describe themselves with love and tenderness to themselves. If earlier circumstances, including the people around them, served as a guideline for a woman, now she herself serves as the main guideline. The features of the value-semantic sphere in middle-aged women going through a crisis in the post-divorce period will be a reduced level of self-esteem, a level of self-confidence, a level of decentration and reflection, a decrease or lack of motivation for self-development and a lack of means of emotional self-regulation, a narrowed context of relationship with the world, the presence of anxiety about the future.

For citation

Rodermel' T.A., Shamukhametova E.S. (2021) Rassuzhdeniya o tsennostno-smyslovykh aspektakh lichnosti zhenshchin, perezvivayushchikh krizis v postrazvodnyi period [Arguments about the value-semantic aspects of the personality of women experiencing a crisis in the post-divorce period]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 10 (2A), pp. 49-58. DOI: 10.34670/AR.2021.62.79.001

Keywords

Crisis, value-semantic aspects, women in the period of divorce, post-divorce period, intrapersonal conflict, psychosomatic diseases.

References

1. Abros'kina E.A. (2018) *Tsenmostno-smyslovaya sfera lichnosti studentov gumanitarnogo i estestvenno-nauchnogo napravlenii podgotovki* [Value-semantic sphere of personality of students of humanitarian and natural-scientific directions of training]. Saint Petersburg.
2. Barysheva E.I. (2019) Opyt ispol'zovaniya proektivnykh metodov v diagnostike perezhivaniya zhenshchinami krizisa razvoda [Experience of using projective methods in diagnosing women's experience of divorce crisis]. In: *Sbornik materialov Mezhdunarodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii "Perspektivy razvitiya sovremennogo gumanitarnogo znaniya"* [Proc. Int. Conf. "Prospects for the development of modern humanitarian knowledge."]. Ufa, pp. 23-29.
3. Davidov E. (2008) A Cross-Country and Cross-Time Comparison of the Human Values Measurements with the Second Round of the European Social Survey. *Survey Research Methods*, 2(1), pp. 33-46.
4. Kayasheva O.I., Efremova D.N. (2016) Sub"ektivnyi opyt perezhivaniya razvoda sozavisimymi zhenshchinami [Subjective experience of experiencing divorce by codependent women]. *Vestnik Universiteta Rossiiskoi akademii obrazovaniya* [Bulletin of the University of the Russian Academy of Education], 1, pp. 81-87.
5. Nevmerzhitskaya Yu.P. (2014) K voprosu o diagnostike tsennostno-smyslovoi sfery lichnosti [On the issue of diagnostics of the value-semantic sphere of personality]. *Vestnik TvGu. Seriya "Pedagogika i psikhologiya"* [Bulletin of Tver State University. Series "Pedagogy and Psychology"], 2, pp. 236-241.
6. Petros'yan S.N. (2016) Krizisnoe sostoyanie lichnosti kak psikhologicheskii fenomen [Crisis state of personality as a psychological phenomenon]. *Vestnik Adygeiskogo gos. un-ta. Seriya 3: Pedagogika i psikhologiya* [Bulletin of the Adyghe State University. Series 3: Pedagogy and Psychology], 2 (178), pp. 85-94.
7. Ponomareva O.S. (2018) *Psikhologicheskaya pomoshch' zhenshchinam s raznym urovnem stressa posle razvoda* [Psychological help for women with different levels of stress after divorce]. Saratov.
8. Rodermel' T.A., Khokhlova N.I. (2017) Mezhlichnostnaya pertsepsiya v razvitii semeinykh otnoshenii [Interpersonal perception in the development of family relations]. *Evropeiskii zhurnal sotsial'nykh nauk* [European Journal of Social Sciences], 9, pp. 398-409.
9. Vlasova E.Yu., Laptev L.G. (2017) Psikhologiya povedeniya razvedennykh zhenshchin i ikh otnosheniya k sem'e [Psychology of behavior of divorced women and their relationship to the family]. *Chelovecheskii kapital* [Human capital], 7 (103), pp. 69-75.
10. Zakharova S.E., Pulatova E.K. (2016) Teoreticheskie predposylki issledovaniya psikhologii krizisnykh sostoyanii lichnosti [Theoretical prerequisites for the study of the psychology of personality crisis states]. *Razvitie professionalizma* [Development of professionalism], 1 (1), pp. 51-52.