МОЛДАВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ДОКТОРСКАЯ ШКОЛА СОЦИАЛЬНЫХ НАУК

КОНСОРЦИУМ: Молдавский Государственный Университет, Бельцкий Государственный Университет им. Алеку Руссо, Кагульский государственный университет имени Богдана Петричейку Хашдеу

На правах рукописи
C.Z.U.: 159.923.3+316.62(043.3)

КОВРОВА Анастасия

ЛИЧНОСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ СЦЕНАРНОГО ПОВЕДЕНИЯ «ЖЕРТВЫ»

СПЕЦИАЛЬНОСТЬ 511.01 – ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Диссертация на соискание ученой степени доктора психологии

Автор: КОВРОВА Анастасия

Научный руководитель: АНЦИБОР Людмила, доктор хабилитат психологии, доцент

КИШИНЕВ, 2025

UNIVERSITATEA DE STAT DIN MOLDOVA
ȘCOALA DOCTORALĂ ȘTIINȚE SOCIALE

CONSORȚIU: Universitatea de Stat din Moldova (USM), Universitatea de Stat „Alecu Russo” din Bălți (USARB), Universitatea de Stat „Bogdan Petriceicu Hașdeu” din Cahul (USC)

Cu titlu de manuscris
C.Z.U.: 159.923.3+316.62(043.3)

COVROVA, Anastasia

CARACTERISTICI ALE PERSOANEI CU COMPORTAMENT DE „VICTIMĂ”

SPECIALITATEA 511.01 – PSIHOLOGIE GENERALĂ

Teza de doctor în psihologie

Autor: COVROVA Anastasia

Conducător științific: ANȚIBOR Liudmila, doctor habilitat în psihologie, conferențiar universitar

CHIȘINĂU, 2025

© Covrova Anastasia, 2025

СОДЕРЖАНИЕ

АННОТАЦИЯ (на румынском, русском и английском языках) 7
СПИСОК ТАБЛИЦ 10
СПИСОК РИСУНКОВ.....11
СПИСОК СОКРАЩЕНИЙ.....13
ВВЕДЕНИЕ.....15
1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ИССЛЕДОВАНИЙ ФЕНОМЕНА «ЖЕРТВЫ» В ПСИХОЛОГИИ
1.1. Феномен «жертвы» в психологической науке: подходы к пониманию и исследованию личностных особенностей 24
1.2. Сценарное поведение «жертвы» 41
1.3. Личностные особенности сценарного поведения «жертвы»: ранние дезадаптивные схемы, базисные убеждения личности, межличностная интолерантность к неопределенности, актуальная ригидность 51
1.4. Выводы к главе 1 58
2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ЛИЧНОСТНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ СЦЕНАРНОГО ПОВЕДЕНИЯ «ЖЕРТВЫ»
2.1. Методология экспериментального исследования 59
2.2. Личностные особенности сценарного поведения «жертвы» в результатах экспериментального исследования.....62
2.2.1. Жертвенная позиция личности: общие результаты.....62
2.2.2. Возрастные особенности изучаемых переменных 72
2.2.3. Гендерные особенности изучаемых переменных.....75
2.2.4. Особенности взаимодействия переменных жертвенной позиции личности и ранних дезадаптивных схем 81
2.2.5. Особенности взаимодействия переменных жертвенной позиции и базисных убеждений личности, составляющих чувство безопасности 98
2.2.6. Особенности взаимодействия параметров жертвенной позиции и межличностной интолерантности к неопределенности и актуальной ригидности.....102
2.3. Личностные особенности проявленного сценарного поведения «жертвы».....105
2.4. Особенности жертвенной позиции личности, ранних дезадаптивных схем, доменов ранних дезадаптивных схем и базисных убеждений, составляющих чувство безопасности у специальной категории респондентов 110
2.5. Выводы к главе 2 115
3. ПРОГРАММА ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ИНТЕРВЕНЦИЙ ДЛЯ СНИЖЕНИЯ ВЫРАЖЕННОСТИ ПРОЯВЛЕННОГО СЦЕНАРНОГО ПОВЕДЕНИЯ «ЖЕРТВЫ»

3.1. Обзор и направленность программ психологической коррекции жертвенного поведения у взрослых....117
3.2. Результаты теоретического анализа и экспериментального исследования в планировании организации и проведения программы психологических интервенций.119
3.3. Программа психологических интервенций, направленных на снижение выраженности сценарного поведения «жертвы»: организация и содержание работы...128
3.4. Результаты исследования эффективности групповой программы психологических интервенций, направленных на снижение выраженности сценарного поведения «жертвы»....138
3.5. Выводы к главе 3 143
ОБЩИЕ ВЫВОДЫ И РЕКОМЕНДАЦИИ....144
БИБЛИОГРАФИЯ....149
ПРИЛОЖЕНИЯ....167
Приложение 1. Домены, типы и характеристики ранних дезадаптивных схем....167
Приложение 2. Тест жертвенной позиции личности 169
Приложение 3. Опросник ранних дезадаптивных схем....171
Приложение 4. Шкала базисных убеждений....176
Приложение 5. Шкала межличностной интолерантности к неопределенности 178
Приложение 6. Субшкала актуальной ригидности 179
Приложение 7. Информированное согласие на участие в исследовании 180
Приложение 8. Результаты статистического анализа возрастных и гендерных различий 181
П.8.1. Возрастные особенности выраженности показателей жертвенной позиции личности, ранних дезадаптивных схем, базисных убеждений личности, составляющих чувство безопасности, межличностной интолерантности к неопределенности и актуальной ригидности....181
П.8.2. Гендерные особенности показателей жертвенной позиции личности, ранних дезадаптивных схем и доменов ранних дезадаптивных схем, базисных убеждений, составляющих чувство безопасности 183
Приложение 9. Результаты статистического анализа показателей жертвенной позиции личности, ранних дезадаптивных схем и доменов ранних дезадаптивных схем, базисных убеждений личности, составляющих чувство безопасности, межличностной интолерантности к неопределенности и актуальной ригидности 185
Приложение 10. Результаты статистического анализа степеней жертвенности....196
П.10.1. Результаты сравнительного анализа выраженности переменных в группах респондентов с разной степенью жертвенности 196
П.10.2. Результаты анализа взаимосвязей между степенью жертвенности и ранними дезадаптивными схемами, доменами ранних дезадаптивных схем, базисными

убеждениями личности, составляющими чувство безопасности, межличностной интолерантностью к неопределенности и актуальной ригидностью 201

Приложение 11. Результаты статистического анализа выраженности показателей типов и компонент жертвенной позиции личности, ранних дезадаптивных схем, доменов ранних дезадаптивных схем, параметров чувства безопасности, межличностной интолерантности к неопределенности и актуальной ригидности у специальной категории респондентов 203

П.11.1. Результаты сравнительного анализа выраженности переменных в группе мужчин из специальной категории респондентов и общей группе всех других респондентов выборки 203

П.11.2. Результаты сравнительного анализа выраженности переменных в группе мужчин из специальной категории респондентов и группе респондентов-мужчин из общей выборки респондентов 204

Приложение 12. Программа интервенций 205

Приложение 13. Результаты статистического анализа параметров жертвенной позиции личности, ранних дезадаптивных схем, параметров чувства безопасности, межличностной интолерантности к неопределенности и актуальной ригидности у контрольной и экспериментальной групп респондентов 219

П.13.1. Сравнение изучаемых переменных у контрольной и экспериментальной групп до осуществления программы психологических интервенций 219

П.13.2. Сравнение изучаемых переменных до и после осуществления программы психологических интервенций в контрольной группе респондентов 219

П.13.3. Дополнительное исследование изменений в контрольной группе респондентов до и после осуществления программы психологических интервенций 220

П.13.4. Сравнение изучаемых переменных до и после осуществления программы психологических интервенций в экспериментальной группе респондентов 221

П.13.5. Сравнение изучаемых переменных у контрольной и экспериментальной групп после осуществления программы психологических интервенций 221

СПИСОК ПУБЛИКАЦИЙ ПО ТЕМЕ ИССЛЕДОВАНИЯ 222

ДЕКЛАРАЦИЯ ОБ ОТВЕТСТВЕННОСТИ 224

CURRICULUM VITAE 225

ADNOTARE

Covrova Anastasia. Caracteristici ale persoanei cu comportament de „victimă”. Teză de doctor în psihologie, Chișinău, 2025

Structura lucrării: Lucrarea constă din adnotări (în limbile română, engleză și rusă), introducere, trei capitole, concluzii și recomandări, bibliografie (214 surse), 13 anexe, 7 tabele și 24 figuri. Volumul lucrării constituie 148 pagini de text de bază. Rezultatele studiului au fost publicate în 13 lucrări științifice.

Cuvinte cheie: victimă, comportament de scenariu al „victimei”, scenariu de viață, scheme dezadaptative timpurii, sentiment de securitate, intoleranță interpersonală la incertitudine, rigiditate.

Scopul studiului: studierea caracteristicilor persoanelor cu comportamentului de scenariu al „victimei”.

Obiectivele cercetării: a realiza o analiză teoretică a conceptelor legate de fenomenul „victimă” și comportamentul de scenariu al „victimei”, a studia și a rezumă datele din domeniu specificat; a studia caracteristicile de vârstă și de gen și caracteristicile personale ale comportamentului de scenariu al „victimei” la adulți: corelații cu schemele dezadaptative timpurii, convingerile care formează sentiment de securitate, intoleranța interpersonală la incertitudine și rigiditatea actuală; a identifica caracteristicile personale caracteristice diferitelor tipuri de realizare a „victimei” și diferitelor grade de expresie a comportamentului de scenariu al „victimei”; a elabora pe baza rezultatelor obținute și a testa programul de intervenții psihologice care include metodele de terapia schemelor și analiza tranzacțională și menită să reducă nivelul de expunere a comportamentul de scenariu al „victimei” manifestat.

Noutatea și originalitatea științifică a lucrării: abordarea studiului comportamentului de „victimă” ca manifestare a unui scenariu de viață, precum și studierea caracteristicilor persoanei cu comportament de „victimă” și identificarea strategiilor de asistență psihologică și intervențiilor psihologice pentru reducerea expresiei comportamentului de „victimă” manifestat în contextul și integrare a două abordări psihologice - analiza tranzacțională și terapia schemelor.

Problema științifică semnificativă rezolvată: determinarea seriei de caracteristici ale persoanei cu comportament de „victimă”, identificarea posibilităților de integrare la nivel practic și la nivel teoretic a abordărilor analizei tranzacționale și ale terapiei schemelor pentru înțelegerea fenomenului „victimei” ca o consecință a experienței de dezvoltare adversă cu fundamentarea strategiilor și principiilor de asistență psihologică a persoanelor cu comportament de „victimă” manifestat.

Semnificația teoretică: analiza și completarea cunoștințelor existente despre fenomenul de „victimă”, definirea termenului “comportament de scenariu al “victimei”, identificarea oportunităților de integrare a analizei tranzacționale și a terapiei schemelor pentru înțelegerea și descrierea fenomenului de „victimă”, fundamentarea principiilor de asistență psihologică a persoanelor cu comportament de „victimă” manifestat.

Semnificația practică: au fost evidențiate caracteristicile ale persoanei cu comportament de „victimă” și trăsăturile personale caracteristice diferitelor tipuri de realizare a „victimei” și diferitelor grade de expresie a comportamentului de „victimă”. Pentru prima dată, comportamentul de scenariu al „victimei” a fost studiat pe un eșantion de respondenți care se aflau într-o instituție penitenciară și care au urmat un program de reabilitare pentru dependența de substanțe. Principiile de lucru psihologic cu persoane cu comportament de „victimă” manifestat pot fi utilizate de psihologi în proces de asistență psihologică a clienților. Datele obținute pot fi incluse în conținutul disciplinelor universitare de psihologie generală și socială, precum și pot servi drept justificare și conținut parțial pentru programele de educație psihologică pentru persoane de diferite vârste.

Aprobarea și implementarea rezultatelor cercetării: Rezultatele teoretice și experimentale ale cercetării au fost discutate în cadrul unor conferințe științifice naționale și internaționale. Datele obținute au fost utilizate și în practica de formare, consiliere psihologică și sprijin psihosocial pentru persoane adulte, inclusiv angajați ai organizațiilor de servicii HIV, psihologi consilieri, victimele violenței domestice și refugiați.

ANNOTATION

Covrova Anastasia. Personality traits in "victim's" script behavior. Doctoral thesis in Psychology. Chisinau 2025

Structure of Thesis: The thesis consists of annotations (in Romanian, English and Russian), introduction, three chapters, conclusions and recommendations, bibliography (214 sources), 13 appendices, 7 tables and 24 figures. The volume of work is 148 pages of basic text. The results of the research were published in 13 scientific papers.

Key Words: victim, script behavior of "victim", life script, early maladaptive schemas, sense of safety, interpersonal intolerance of uncertainty, rigidity.

Purpose of Research: to study the personality traits of "victim's" script behavior.

Research Objectives: to conduct a theoretical analysis of concepts related to the phenomenon of "victim" and the "victim's" script behavior, to study and to summarize data in the specified area; to study age and gender characteristics and the personality traits of "victim's" script behavior in adults: the correlations with early maladaptive schemas, beliefs making up the sense of safety, interpersonal intolerance of uncertainty and actual rigidity; to reveal personal features characteristic of different types of "victim's" realization and different degrees of the expression of the script behavior of the "victim"; to develop on the basis of the obtained results and to test the program of psychological interventions which includes the methods of schema therapy and transactional analysis and is aimed at reducing the expression of the manifested script behavior of the "victim".

Scientific Novelty and Originality of Thesis: the approach to the study of behavior of the "victim" as a manifestation of the life script, as well as the study of personal characteristics in persons with behavior of the "victim" and identification of strategies of psychological assistance and psychological interventions for reduction of the expression of the script behavior of the "victim" in the context and integration of two psychological approaches - transactional analysis and schema therapy.

Significant Scientific Problem Solved: determination of a number of personality traits in "victim's" script behavior, identification of the possibilities to integrate the approaches of transactional analysis and schema therapy to understand phenomenon of "victim" as a consequence of adverse developmental experience, with substantiation of principles of psychological assistance to people with manifested script behavior of "victim".

Theoretical Significance: analysis and complementing existing knowledge about the phenomenon of "victim", definition of the term "script behavior of "victim", identification of opportunities for integration of transactional analysis and schema therapy for understanding and describing the phenomenon of "victim", substantiation of principles of psychological assistance to people with manifested script behavior of "victim".

Practical Significance: the personal features of the script behavior of "victim" and the personal features characteristic of different types of "victim's" realization and different degrees of the expression of the script behavior of the "victim" were revealed. For the first time the script behavior of the "victim" in a sample of respondents who were in a penitentiary institution and underwent rehabilitation from addiction to psychoactive substances was studied. The principles of psychological counseling for clients with manifested script behavior of "victim" can be used by psychologists in the process of psychological counseling. The obtained data can be included in the content of university disciplines on general and social psychology, as well as serve as a justification and partial content for psychological education programs for people of different ages.

Approbation and Implementation of Research Results: Theoretical and experimental results of the research were discussed at national and international scientific conferences. The data obtained were also used in the practice of training, psychological counseling and psychosocial support for adult persons, including employees of HIV service organizations, counseling psychologists, survivors of domestic violence and refugees.

АННОТАЦИЯ

Коврова Анастасия. Личностные особенности сценарного поведения «жертвы». Диссертация на соискание ученой степени доктора психологии. Кишинев, 2025.

Структура работы: Диссертация состоит из аннотаций (на румынском, английском и русском языках), введения, трех глав, выводов и рекомендаций, библиографии (214 источников), 13 приложений, 7 таблиц и 24 рисунков. Объем работы составляет 148 страниц основного текста. Результаты исследования опубликованы в 13 научных работах.

Ключевые слова: жертва, сценарное поведение «жертвы», сценарий жизни, ранние дезадаптивные схемы, чувство безопасности, межличностная интолерантность к неопределенности, ригидность.

Цель исследования: изучить личностные особенности сценарного поведения «жертвы».

Задачи исследования: провести теоретический анализ концепций, связанных с феноменом «жертва» и сценарным поведением «жертвы», изучить и обобщить данные в указанной области; исследовать возрастные, гендерные, а также личностные особенности сценарного поведения «жертвы» у взрослых людей: взаимосвязи с показателями ранних дезадаптивных схем, базисных убеждений личности, составляющих чувство безопасности, межличностной интолерантности к неопределенности и актуальной ригидности; выявить личностные особенности, характерные для разных видов жертвенной реализации и разных степеней жертвенности; разработать с опорой на полученные результаты и апробировать программу психологических интервенций, включающую методы схема-терапии и транзактного анализа и направленную на снижение выраженности проявленного сценарного поведения «жертвы».

Научная новизна и оригинальность работы: подход к исследованию устойчивого поведения «жертвы» как проявления системы сценария жизни, а также исследование личностных особенностей людей, использующих сценарное поведение «жертвы», и идентификация стратегии психологической помощи и психологических интервенций, направленных на снижение выраженности сценарного поведения «жертвы», в контексте и интеграции двух психологических подходов – транзактного анализа и схема-терапии.

Решенная значимая научная проблема: определение ряда личностных особенностей людей со сценарным поведение «жертвы», и одновременном выявлении возможностей интеграции подходов транзактного анализа и схема-терапии для понимания феномена «жертвы» как последствия неблагоприятного опыта развития, как на теоретическом, так и на прикладном уровне, с обоснованием принципов психологической помощи людям с проявленным сценарным поведением «жертвы».

Теоретическая значимость: анализ и дополнение существующих знаний о феномене «жертвы», определение термина «сценарное поведение «жертвы»», идентификация ряда точек пересечения подходов транзактного анализа и схема-терапии, в том числе в контексте сценарного поведения «жертвы», а также обоснование принципов психологической помощи людям с проявленным сценарным поведением «жертвы».

Практическая значимость: определение ряда личностных особенностей сценарного поведения «жертвы», личностных особенностей, характерных для разных типов жертвенной реализации и разных степеней жертвенности. Впервые было проведено исследование личностных особенностей сценарного поведения «жертвы» в выборке респондентов-мужчин, находившихся в пенитенциарном учреждении и проходивших там же реабилитацию от зависимости от психоактивных веществ. Принципы психологической помощи людям с проявленным сценарным поведением «жертвы» могут быть использованы психологами-консультантами в психологической работе с клиентами. Полученные данные могут быть включены в содержание университетских дисциплин по общей и социальной психологии, а также служить обоснованием и частичным содержанием для программ психологического просвещения для людей разных возрастов.

Апробирование и внедрение результатов исследования: результаты исследования обсуждались в рамках национальных и международных научных конференций. Полученные данные были использованы в практике обучения, психологического консультирования и психосоциальной поддержки взрослых людей, включая сотрудников ВИЧ-сервисных организаций и психологов-консультантов, а также людей, пострадавших от домашнего насилия, и беженцев.

СПИСОК ТАБЛИЦ

Таблица 1.1. Жизненные позиции в подходе транзактного анализа……....…….43
Таблица 2.1. Гендерные различия выраженности ранних дезадаптивных схем…….……..79
Таблица 2.2. Результаты статистического анализа взаимосвязи параметров жертвенной позиции личности и ранних дезадаптивных схем……...….81
Таблица 2.3. Результаты статистического анализа взаимосвязи переменных жертвенной позиции личности и базисных убеждений личности, составляющих чувство безопасности…….……...98
Таблица 2.4. Результаты статистического анализа взаимосвязи параметров жертвенной позиции личности и параметра «межличностная интолерантность к неопределенности»…….…..….102
Таблица 2.5. Результаты статистического анализа взаимосвязи параметров жертвенной позиции личности и переменной «актуальная ригидность»…….……...104
Таблица 3.1. Программа психологических интервенций……...…….……...129

СПИСОК РИСУНКОВ

Рис. 1.1. Система сценария в подходе интегративного транзактного анализа (M.O'Reilly-Knapp, R.G. Erskine) [59]…….....49
Рис. 2.1. Показатели степени жертвенности в выборке респондентов……..….63
Рис. 2.2. Распределение компонент внутри общего показателя жертвенной позиции личности…….……..64
Рис. 2.3. Распределение типов жертвенной реализации внутри общего показателя жертвенной позиции личности…….……..65
Рис. 2.4. Показатели выраженности типа жертвенной реализации «жертвенная любовь» в выборке респондентов…….……65
Рис. 2.5. Распределение компонент внутри общего показателя выраженности типа «жертвенная любовь»……..……66
Рис. 2.6. Показатели выраженности типа жертвенной реализации «жертва как наказание других» в выборке респондентов……...67
Рис. 2.7. Распределение компонент внутри общего показателя выраженности типа «жертва как наказание других»…….…68
Рис. 2.8. Показатели выраженности типа жертвенной реализации «жертвенность как наказание себя» в выборке респондентов…….....69
Рис. 2.9. Распределение компонент внутри общего показателя выраженности типа «жертвенность как наказание себя»……...……69
Рис. 2.10. Показатели выраженности типа жертвенной реализации «тип ролевой жертвы» в выборке респондентов…….…70
Рис. 2.11. Распределение компонент внутри общего показателя выраженности типа «тип ролевой жертвы»……..71
Рис. 2.12. Средние показателей выраженности общей степени жертвенности и типов жертвенной реализации у женщин и мужчин…….……..76
Рис. 2.13. Средние компонент показателей выраженности общей степени жертвенности и типов жертвенной реализации у женщин и мужчин……..…...77
Рис. 2.14. Личностные особенности, связанные с обобщенным показателем выраженности жертвенной позиции личности……...85
Рис. 2.15. Личностные особенности, связанные с типом жертвенной реализации «жертвенная любовь»……..…86

Рис. 2.16. Личностные особенности, связанные с типом жертвенной реализации «жертва как наказание других»…….……90
Рис. 2.17. Личностные особенности, связанные с типом жертвенной реализации «жертвенность как наказание себя»……..….93
Рис. 2.18. Личностные особенности, связанные с типом жертвенной реализации «тип ролевой жертвы»……..95
Рис. 2.19. Сравнительный анализ выраженности личностных особенностей у групп с разной степенью жертвенности……...…….106
Рис. 2.20. Личностные особенности, связанные со средней степенью жертвенности……..……108
Рис. 2.21. Личностные особенности, связанные с высокой степенью жертвенности…….109
Рисунок 3.1. Основы стратегии психологической помощи при выраженном сценарном поведении «жертвы» ……..……..127
Рисунок 3.2. Результаты сравнения III (ЭГ до и после интервенций)……..…141

СПИСОК СОКРАЩЕНИЙ

АР – Актуальная ригидность

БУ – Базисное убеждение личности (о базисных убеждениях личности, составляющих здоровое чувство безопасности)

БУ ДМ – Базисное убеждение о доброжелательности окружающего мира

БУ К – Базисное убеждение о контроле

БУ С – Базисное убеждение о справедливости окружающего мира

БУ У – Базисное убеждение об удаче

БУ Я – Базисное убеждение о ценности и значимости собственного Я

ВИЧ – Вирус иммунодефицита человека

ВОЗ – Всемирная Организация Здравоохранения

ЖЛ – Жертвенная любовь

ЖНД – Жертва как наказание других

ЖНС – Жертвенность как наказание себя

КГ – Контрольная группа

МИТН – Межличностная интолерантность к неопределенности

ОСЖ – Общая степень жертвенности

РДС – Ранняя дезадаптивная схема

РДС Д/С – «Дефективность/Стыдливость» (ранняя дезадаптивная схема)

РДС ЖС/П – «Жесткие стандарты/Придирчивость» (ранняя дезадаптивная схема)

РДС З/Б – «Зависимость/Беспомощность» (ранняя дезадаптивная схема)

РДС З/НИ – «Запутанность/Неразвитая идентичность» (ранняя дезадаптивная схема)

РДС Н – «Неуспешность» (ранняя дезадаптивная схема)

РДС Н/ОЖО – «Недоверие/Ожидание жестокого обращения» (ранняя дезадаптивная схема)

РДС Н/П – «Негативизм/Пессимизм» (ранняя дезадаптивная схема)

РДС НС – «Недостаточность самоконтроля» (ранняя дезадаптивная схема)

РДС П/Г – «Привилегированность/Грандиозность» (ранняя дезадаптивная схема)

РДС П/Н – «Покинутость/Нестабильность» (ранняя дезадаптивная схема)

РДС Пк – «Покорность» (ранняя дезадаптивная схема)

РДС Пн – «Пунитивность» (ранняя дезадаптивная схема)

РДС ПО – «Поиск одобрения» (ранняя дезадаптивная схема)

РДС ПЭ – «Подавленность эмоций» (ранняя дезадаптивная схема)

РДС С – «Самопожертвование» (ранняя дезадаптивная схема)

РДС СО – «Социальная отчужденность» (ранняя дезадаптивная схема)

РДС У – «Уязвимость» (ранняя дезадаптивная схема)

РДС ЭД – «Эмоциональная депривированность» (ранняя дезадаптивная схема)

СТЖ – Смешанный тип жертвенности

ТА – Транзактный анализ

ТРЖ – Тип ролевой жертвы

ЭГ – Экспериментальная группа

ВВЕДЕНИЕ

Формирование и функционирование личности невозможно рассматривать вне социального взаимодействия. Личность и ее поведение формируется под воздействием отношений с другими людьми. При этом поведение и способы взаимодействия, которые выбирает личность для контакта с окружающими, выступают важными факторами, влияющими на то, как взаимоотношения разной социальной дистанции – семейные, интимные, дружеские, коллегиальные, рабочие, соседские и другие – сложатся и как будут развиваться. В этом контексте и сценарное поведение «жертвы» является сформированным способом взаимодействия с другими, оказывающим негативное влияние на качество жизни человека и качество его взаимоотношений.

Соответствие темы международным, национальным, региональным интересам исследовательской группы в меж- и трансдисциплинарном контексте связана с несколькими факторами. Первый из них связан с особенностями социокультурного контекста, характерного для нашей страны. Неписаные социальные и культурные нормы могут предписывать и поддерживать поведение, которое можно охарактеризовать как жертвенное. Например, отказ человека от осознавания и удовлетворения своих потребностей в пользу удовлетворения потребностей близких людей (особенно в случае женщин) или выполнения какой-либо деятельности (особенно в случае мужчин) может положительно оцениваться и подкрепляться социумом как позитивные примеры самопожертвования, самоотверженности, даже если они не оправданы объективными причинами. Кроме того, культурные и социальные нормы могут сдерживать возможности человека открыто попросить о помощи и сообщить другим о своих психологических потребностях, позаботиться о себе и своем состоянии (несколько чаще в случае мужчин), выразить открыто свою фрустрацию, гнев или агрессию даже в конструктивной форме (может быть чаще в случае женщин). В ситуации, когда по каким-либо причинам прямое поведение кажется невозможным, человек может искать косвенные способы, которые позволят ему выразить свои переживания и попытаться удовлетворить эмоциональные потребности. И жертвенные способы поведения, будучи, в том числе, социально одобряемыми, могут выступать такой альтернативой прямому и открытому поведению. Несмотря на то, что обозначенный спектр социокультурных норм постепенно изменяется в более психологически благополучную и конструктивную сторону, давая людям больше свободы выбора и действий, его влияние все еще остается достаточно ощутимым для многих. Второй фактор связан с сохраняющимся высоким

уровнем межличностного насилия, с которым сталкиваются люди в раннем возрасте, в ходе взросления и на протяжении всей жизни. Всемирная Организация Здравоохранения определяет насилие как «преднамеренное применение физической силы или власти, действительное или в виде угрозы, направленное против себя, против иного лица, группы лиц или общины, результатом которого являются (либо имеется высокая степень вероятности этого) телесные повреждения, смерть, психологическая травма, отклонения в развитии или различного рода ущерб» [158, стр. 5]. Такое понимание насилия включает в себя психологическое, физическое и сексуальное насилие, неоказание помощи, пренебрежение, отсутствие заботы и др. [158]. Молдавский исследователь Ig.Racu, опираясь на понимание ВОЗ насилия как социального феномена, описывает межличностное насилие как разные формы насилия, которые могут иметь место в семье/в паре или в сообществе [17, 18]. По данным ВОЗ, половина детей в возрасте от двух до семнадцати лет подвергались насилию (в разных формах) и 12% детей подверглись физическому в прошлом году, четверть подростков подверглись травле в прошлом месяце, и четверть взрослых людей подвергались в детстве физическому насилию [204]. В результате опроса «Насилие над детьми и молодежью в Республике Молдова», проведенного Министерством здравоохранения, труда и социальной защиты в 2019 году, было выявлено, что до достижения ими совершеннолетия 14,4% девушек и 5,3% юношей подверглись сексуальному насилию, 25,9% девушек и 35,2% юношей подверглись физическому насилию (примерно каждый седьмой из них подвергся физическому насилию со стороны членов семьи), 10,6% девушек и 8,9% юношей подверглись эмоциональному насилию со стороны членов семьи [155]. Детский фонд Организации Объединенных Наций в Республике Молдова отмечает, что в нашей стране как уровень домашнего насилия в отношении детей, так и уровень затронутости детей буллингом в образовательных учреждениях остается высоким: около 75% детей подвергаются разным формам психологического и физического насилия, что крайне негативно сказывается как на физическом, так и на психологическом развитии ребенка [213]. К причинам физического насилия и использования родителями телесных наказаний в отношении детей в нашей стране относят некоторую «традиционность» такого поведения, отсутствие у родителей верной информации о влиянии физического насилия на развитие ребенка, проблемы самоконтроля родителей, рассмотрение родителями ребенка как своей собственности и чувство безнаказанности за применение телесных наказаний [182]. Третий фактор связан с тем, что опыт межличностного насилия, которому подвергается человек в ходе взросления, оказывает значительное негативное влияние на его ментальное

и физическое здоровье и благополучие [155, 158]. Исследователи в этой области говорят о широком спектре негативных психологических последствий, продолжающихся во взрослом возрасте и требующих специальной психологической и психотерапевтической поддержки для их преодоления [4, 21, 22, 23, 24, 25, 26]. Представители и исследователи подходов транзактного анализа и схема-терапии подчеркивают, что негативный опыт межличностного взаимодействия в ходе взросления приводит к формированию устойчивых паттернов мышления, эмоциональных переживаний, восприятия и отношения к действительности, которые влияют на поведение взрослого человека, значительно ограничивают его автономию в отношении совершения осознанных, свободных, конструктивных и благополучных жизненных выборов и способствуют развитию психопатологических симптомов, зависимостей, совершению насилия и преступных действий и др. [43, 109, 110, 196, 197]. Учитывая широчайшую распространенность феномена межличностного насилия, нам представляется крайне важным исследовать то, как в психологии взрослых людей разворачиваются отсроченные последствия неблагоприятного опыта развития, а также то, как расширить возможности оказания психологической помощи людям, столкнувшимся с данными проблемами.

Степень разработанности проблемы. Феномен «жертвы» представляет собой комплексное явление, включающее в себя разнообразные, порой противоречивые смыслы и значения. Данная сложность в понимании, описании и изучении этого явления, при наличии ряда действующих факторов риска его развития, обуславливают неизменную актуальность и высокий интерес исследователей. Феномен «жертвы» изучается разными науками (в первую очередь виктимологией, а также философией, социальной педагогикой и др.), а некоторые ее свойства, описанные в других областях научного знания, отмечаются и в рамках психологических концепций. Психологические исследования личностных особенностей, связанных с явлением «жертвы», чаще всего направлены на изучение особенностей людей, пострадавших от межличностного насилия, или людей, использующих поведение «жертвы» как стратегию социального взаимодействия.

Феномен «жертвы» как обозначение людей, пострадавших от межличностного насилия в разных контекстах, широко изучался и продолжает изучаться. Сюда относятся идеи Б.Беттельхейма [207], концепции в области домашнего насилия Л.Уокер и Е.Лундгрен [187], идеи молдавских исследователей в области понимания и преодоления последствий домашнего насилия A.Cojocaru и V.Panczi [5], V.Gonța [8], S.Toma, V.Captari, N.Toma [85] и др. Следует отметить также многочисленные прикладные исследования личностных особенностей пострадавших от домашнего насилия [32, 36, 37, 62, 199], в том

числе исследования молдавских авторов R.Cerlat и O.Eremciuc [3], A.Crâșmaru [6], E.Loșîi, A.M. Merlușca-Crâșmaru [11], N.Rotaru-Sîrbu [21, 22, 23], В.Адэскэлицэ [91]. Широко исследуются также особенности и последствия буллинга [30, 38, 47, 64, 81, 82, 83, 122]. Различные аспекты проявлений насилия в образовательных учреждениях освещались и изучались молдавскими и румынскими исследователями Ig.Racu [17, 18], T.Turchină [27, 28], V.Olărescu и B.C. Răzvan [14], V.Robu и I.E. Robu [20], O.-L. Bican [1], R.Popa [15, 16], Е.А. Ковалевой [131], Р.Кисаковым и В.Адэскэлицэ [129]. Как правило, в исследованиях личностных особенностей людей, пострадавших от межличностного насилия, описываются характеристики, рассматриваемые как последствия указанного опыта, и иногда отмечаются свойства и указываются обстоятельства, которые могут рассматриваться как факторы риска или как факторы уязвимости.

Использование поведения «жертвы» как стратегии социального взаимодействия нередко связывается с последствиями неблагоприятного опыта в процессе развития личности. Феномен «жертвы» в этом смысле рассматривается в работах Ф.Перлза [170], Э.Эриксона [194, 195], В.С. Ротенберга и В.В. Аршавского [176], Л.С. Выготского [115], М. Селигмана [179] и др. Важными в данном контексте понимания феномена становятся идеи российских исследовательниц М.А. Одинцовой и О.О. Андронниковой и прикладные исследования, основанные на разработанных ими психодиагностических инструментах [92, 93, 95, 98, 160, 165, 167]. Описание феномена и его возможных механизмов можно найти в рамках транзактного анализа, где влияние неблагоприятного раннего опыта определяется в формировании неблагоприятного сценария жизни, а поведение «жертвы» становится неотъемлемой частью содержания и проявления этого сценария. Это рассматривается в работах Э.Берна, К.Штайнера, С.Карпмана, М.Гулдинг и Р.Гулдинга, Т.А. Харриса, Р.Г. Эрскина и др. [109, 110, 117, 192, 189, 43, 52, 58, 59]. Влияние неблагоприятного опыта межличностного взаимодействия в ходе взросления на формирование устойчивых способов восприятия мира (ранних дезадаптивных схем) у взрослых людей описывается и изучается в рамках схема-терапии. В этой связи можно отметить исследования Д.Янга, Д.Клоско, М.Вайсхаар, Дж.М. Фаррелл, Н.Рейсс, А.А. Шоу, Г.Джейкоб, Х. ван Гендерен, Л.Сибауэр, А.Арнтца, Г.Якоб, М. ван Фрейсвайка, Дж.Брурсен, Г.Шуринка [106, 111, 119, 128, 174, 188, 196, 197, 86] и др. ТА и схема-терапия имеют ряд точек пересечения в том, как описывают влияние опыта взросления на взрослых людей и причины этого влияния, как определяют процесс и цели психотерапевтической работы по преодолению негативных аспектов данного влияния.

Проблема исследования. Опираясь на концепции, разработанные в рамках ТА и схема-терапии, можно заключить, что длительный ранний неблагоприятный опыт межличностного взаимодействия имеет последствием формирование у личности устойчивых способов воспринимать происходящие события и окружающих людей и негибко реагировать на них, исходя из призмы собственных ранних и малоосознаваемых сценарных решений/ранних дезадаптивных схем. Исходя из концепций ТА, описывающих сценарий жизни, сценарное поведение можно рассматривать как один из компонентов сценария жизни, оказывающего влияние на весь жизненный путь человека, лишая личность возможности использовать весь широкий спектр эмоциональных реакций и способов поведения, ограничивая подлинную автономию личности и принятие осознанных жизненных решений и выборов. Представители ТА отмечают, что частое/регулярное использование психологических игр указывает на проживание сценария жизни, а роль жертвы – одна их трех основных ролей в психологических играх. Сценарное поведение «жертвы» при этом может пониматься как устойчивое использование человеком игровых паттернов жертвенного поведения и реагирования, то есть паттернов, направленных на достижение скрытой психологической цели или на непрямое, скрытое выражение имеющегося чувства/переживания.

Ряд выявленных сходств подходов ТА и схема-терапии в том, что касается организации раннего опыта, а также мнение одного из крупнейших представителей ТА К.Штайнера о схожести концептов сценария жизни и ранних дезадаптивных схем, ставят перед нами важные вопросы: возможна ли интеграция данных подходов на теоретическом уровне для понимания феномена «жертвы» как стратегии межличностного взаимодействия? возможна ли их интеграция в контексте психологических интервенций, направленных на снижение уровня проявленного сценарного поведения «жертвы»? как учитывать другие личностные особенности людей, использующих сценарное поведение «жертвы», и действительно ли данное поведение взаимосвязано с нарушением чувства безопасности вследствие психологической травматизации, с межличностной интолерантностью к неопределенности, с ригидностью? Также противоречивые данные научных исследований оставляют открытым вопрос: существуют ли возрастные и гендерные особенности сценарного поведения «жертвы»? Таким образом, становится актуальной ***проблема исследования*** личностных особенностей сценарного поведения «жертвы» ***и изучения*** возможностей интеграции теоретических идей и прикладных психотерапевтических интервенций двух указанных подходов для понимания феномена

«жертвы» как стратегии межличностного взаимодействия и его преодоления в рамках практической психологической работы.

Цель исследования: изучить личностные особенности сценарного поведения «жертвы». Указанная цель разворачивается в следующих **задачах исследования**:

1. Провести теоретический анализ концепций, связанных с феноменом «жертва» и сценарным поведением «жертвы», изучить и обобщить данные в этой области.
2. Исследовать возрастные, гендерные, а также личностные особенности сценарного поведения «жертвы» у взрослых людей: взаимосвязи с показателями ранних дезадаптивных схем, базисных убеждений личности, составляющих чувство безопасности, межличностной интолерантности к неопределенности и актуальной ригидности.
3. Выявить личностные особенности, характерные для разных видов жертвенной реализации и разных степеней жертвенности.
4. Разработать с опорой на полученные результаты теоретического анализа и прикладного эксперимента и апробировать программу психологических интервенций, включающую методы схема-терапии и транзактного анализа и направленную на снижение выраженности проявленного сценарного поведения «жертвы».

В рамках исследования проверялись следующие **гипотезы**: (1) Сценарное поведение «жертвы» имеет возрастные и гендерные особенности; (2) Существует взаимосвязь между сценарным поведением «жертвы» и ранними дезадаптивными схемами, базисными убеждениями личности, составляющими чувство безопасности, межличностной интолерантностью к неопределенности и актуальной ригидностью; (3) Разные типы жертвенной реализации и разные степени жертвенности характеризуются различной картиной личностных особенностей; (4) Комплексная программа психологических интервенций, включающая методы схема-терапии и транзактного анализа, способствует снижению выраженности проявленного сценарного поведения «жертвы».

Синтез методологии исследования и обоснование избранных методов исследования. Теоретико-методологическую основу исследования составили: исследования являются концепции сценария жизни (Э.Берн, К.Штайнер, М.Гулдинг и Р.Гулдинг, Р.Г. Эрскин и др.), онтогенетическая концепция виктимности личности О.О. Андронниковой, концепции базовых эмоциональных потребностей, ранних дезадаптивных схем и схема-режимов (Д. Янг, Д. Клоско, М. Вайсхаар, Дж. М. Фаррелл, Н. Рейсс, А.А. Шоу, Г. Джейкоб, Х. ван Гендерен, Л. Сибауэр, А. Арнтц и др.).

С целью изучения личностных особенностей сценарного поведения «жертвы» нами были использованы следующие ***методы исследования***: (1) *теоретические методы:* анализ научной литературы в области проблемы исследования, описательный и сравнительный методы, гипотетически-дедуктивный метод, анализ и интерпретация прикладных результатов; (2) *эмпирические методы:* Тест жертвенной позиции личности (автор О.О. Андронникова) [93]; Опросник ранних дезадаптивных схем (автор Дж.Янг, в адаптации П.М. Касьяник и Е.В. Романовой) [128]; Шкала базисных убеждений (автор Р.Янофф-Бульман, в модификации М.А. Падун и А.В. Котельниковой) [169]; Шкала межличностной интолерантности к неопределенности (из методики: Новый опросник толерантности к неопределенности (в модификации Т.В. Корниловой) [147]; Субшкала актуальной ригидности (из методики Томский опросник ригидности, автор Г.В. Залевский)) [124]; (3) *методы математико-статистического анализа:* t-критерий Стьюдента, U-критерий Манна-Уитни, H-критерий Краскела-Уоллеса, коэффициенты корреляции Пирсона и Спирмена, T-критерий Уилкоксона, критерий независимости хи-квадрат, линейная регрессия, кластерный анализ. Надежность и достоверность результатов исследования достигалась посредством обоснованности гипотез исследования, подбора методов исследования в соответствии со сформулированной целью и поставленными задачами, репрезентативности выборки респондентов, использования методов математико-статистического анализа.

Научная новизна и оригинальность работы состоит в подходе к исследованию устойчивого поведения «жертвы» как проявления системы сценария жизни, а также в исследовании личностных особенностей людей, использующих сценарное поведение «жертвы», и идентификации стратегии психологической помощи и психологических интервенций, направленных на снижение выраженности сценарного поведения «жертвы», в контексте и интеграции двух психологических подходов – ТА и схема-терапии.

Решенная значимая научная проблема заключается в ***определении*** ряда личностных особенностей людей со сценарным поведение «жертвы», и одновременном ***выявлении возможностей интеграции*** подходов транзактного анализа и схема-терапии для понимания феномена «жертвы» как последствия неблагоприятного опыта развития, как на теоретическом, так и на прикладном уровне, с ***обоснованием*** принципов психологической помощи людям с проявленным сценарным поведением «жертвы».

Теоретическая значимость заключается в анализе и дополнении существующих знаний о феномене «жертвы», определении термина «сценарное поведение «жертвы»», идентификации ряда точек пересечения подходов транзактного анализа и схема-терапии, в

том числе в контексте сценарного поведения «жертвы», а также обосновании принципов психологической помощи людям с проявленным сценарным поведением «жертвы».

Практическая значимость состоит в определении ряда личностных особенностей сценарного поведения «жертвы»: были выявлены взаимосвязи сценарного поведения «жертвы» и ранних дезадаптивных схем, базисных убеждений, составляющих здоровое чувство безопасности, межличностной интолерантности к неопределенности и актуальной ригидности у взрослых людей, а также определены личностные особенности, характерные для разных типов жертвенной реализации и разных степеней жертвенности. Впервые было проведено также исследование личностных особенностей сценарного поведения «жертвы» в специальной выборке респондентов-мужчин, на момент исследования находившихся в пенитенциарном учреждении и проходивших там же реабилитацию от зависимости от психоактивных веществ. Принципы психологической помощи людям с проявленным сценарным поведением «жертвы» и интегративная программа психологических интервенций, направленная на снижение выраженности проявленного сценарного поведения «жертвы», могут быть использованы психологами-консультантами в групповой и индивидуальной психологической работе с клиентами. Полученные данные могут быть включены в содержание университетских дисциплин по общей и социальной психологии, а также служить обоснованием и частичным содержанием для программ психологического просвещения для людей разных возрастов.

Апробирование и внедрение результатов исследования: теоретические и экспериментальные результаты исследования обсуждались в рамках национальных и международных научных конференций. Полученные данные были использованы в практике обучения, психологического консультирования и психосоциальной поддержки взрослых людей, включая сотрудников ВИЧ-сервисных организаций и психологов-консультантов, а также людей, пострадавших от домашнего насилия и беженцев. Результаты исследования были опубликованы в 13 научных работах.

Резюме содержания диссертации. Диссертация состоит из аннотаций (на румынском, английском и русском языках), введения, трех глав, выводов и рекомендаций, библиографии (214 источников), 13 приложений, 7 таблиц и 24 рисунков. Объем работы составляет 148 страниц основного текста.

Во ***Введении*** обосновывается актуальность темы исследования, описывается ситуация в области исследования, определяется цель, задачи и гипотезы исследования, описывается методология исследования и формулируется научная новизна и

оригинальность, решенная научная проблема, теоретическая и практическая значимость, а также приводится информация об апробации данных.

В ***Главе 1 «Теоретический анализ исследований феномена «жертвы» в психологии»*** содержатся результаты анализа научной литературы и прикладных исследований различных аспектов феномена «жертвы», сформулировано определение термина «сценарное поведение «жертвы»» и определен ряд личностных особенностей сценарного поведения «жертвы», которые важно исследовать эмпирическими методами.

Глава 2 «Эмпирическое исследование личностных особенностей сценарного поведения «жертвы»» содержит описание методологии прикладного исследования, результатов выявления возрастных и гендерных особенностей сценарного поведения «жертвы», результатов анализа взаимосвязей сценарного поведения «жертвы» и ранних дезадаптивных схем, базисных убеждений личности, составляющих чувство безопасности, а также межличностной интолерантности к неопределенности и актуальной ригидности у взрослых людей. Описаны также личностные особенности, связанные с разными типами жертвенной реализации и разными степенями жертвенности. Описаны и проанализированы результаты исследования сценарного поведения «жертвы» у респондентов, находившихся на момент исследования в пенитенциарном учреждении и проходивших реабилитацию от зависимости от психоактивных веществ.

Глава 3 «Программа психологических интервенций для снижения выраженности проявленного сценарного поведения «жертвы»» содержит обзор программ психокоррекции феномена «жертвы», сформулированные нами на основе теоретического анализа и экспериментального исследования принципы подбора, организации и осуществления психологических интервенций, направленных на снижение выраженности проявленного сценарного поведения «жертвы», а также представлено описание процесса и результатов формирующего эксперимента.

В **Общих выводах и рекомендациях** содержатся обобщенные выводы теоретического и экспериментального исследования личностных особенностей сценарного поведения «жертвы», сформулированы практические рекомендации, целесообразные в контексте профилактики и снижения выраженности сценарного поведения «жертвы», описаны ограничения проведенного исследования и предложены возможные направления для дальнейших исследований.

1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ИССЛЕДОВАНИЙ ФЕНОМЕНА «ЖЕРТВЫ» В ПСИХОЛОГИИ

1.1. Феномен «жертвы» в психологической науке: подходы к пониманию и исследованию личностных особенностей

До настоящего момента феномен «жертвы» остается одним из наиболее неоднозначных, противоречивых и крайне актуальных социально-психологических явлений. На протяжении времени предпринимались попытки понять, кто такая «жертва» и как её следует рассматривать. При этом в разных областях научного знания отмечаются некоторые аспекты феномена, описываемые и в рамках психологии.

Понятие «жертва» и идеи жертвенности, самопожертвования можно встретить в области мифологии, религии, а также философии [160, 166]. М.А. Одинцова выделяет следующие типы смыслов, которые вкладываются исследователями-философами в указанный термин: абстрактный (жертва, совершаемая ради нравственного/духовного очищения и развития); конкретно-абстрактный (жертва ради великой цели, подвиг, отказ от себя во благо других); конкретный специфически личностный (отдельный конкретный человек, который манипулирует, извлекая для себя выгоду из «жертвы») [166]. В перечисленных типах можно проследить схожий аспект: производится действие, в обмен на которое ожидается получить желаемое, нечто ценное и важное для человека – паттерн, который находит свое отражение в психологических теориях.

Феномен «жертвы» изучается также в рамках виктимологии, исследующей индивидуальные особенности жертв преступлений (черты личности, характеристики поведения). В этом направлении выделяется понятие виктимности как индивидуально-личностной предрасположенности становиться жертвой преступления (в силу неких характеристик) и предлагается разделять понятия «пострадавший» (как человек, который подвергся преступлению) и «жертва» (как лицо, подвергшееся преступлению и склонное извлекать выгоду из данного факта) [113]. Виктимолог К.Миядзава выделяет два типа виктимности – общую (случайную, которая связана скорее с социальными и демографическими факторами) и специальную (децидивную, т. е. основанную на решении личности, ее установках и свойствах) [цит. по 152]. Г.И. Уразаевой подчеркивается идея о базировании виктимности на выученной беспомощности, а также о том, что фрустрация потребностей (в познании, любви-уважении, труде) ведёт к виктимизации личности [186]. Идеи об извлечении некой выгоды из собственного страдания, о наличии жертвенных

установок, о фрустрации потребностей личности находят свое место и в психологических концепциях.

А.В. Мудрик в рамках социальной педагогики подчеркнул роль социализации в виктимизации, когда человеку или социальной группе приходится решать конфликт приспособленности-обособленности в обществе, а жертвами социализации становятся те, кто занимает один из крайних полюсов этого конфликта: либо полную приспособленность с невозможностью противостоять обществу, либо чрезмерную обособленность с трудностями/невозможностью встроиться в жизнь общества. Отмечается, что в этом процессе имеет значение тип культуры общества, а также индивидуальные особенности человека (его локус контроля) [156]. Психологические концепции отмечают также влияние ряда условий социализации на формирование и закрепление жертвенного поведения, не исключая при этом и индивидуально-психологическую составляющую.

Интересны также идеи социально-биологических теорий, разработанных в рамках этологии. Согласно данным теориям, альтруизм как способность и склонность помогать, а также жертвовать собой ради блага других, обусловлен генетически, т. к. способствует успешному продолжению рода и биологическому выживанию вида в целом (в данном случае – человеческого общества). Будучи полезным в контексте выживания, альтруизм как форма поведения закрепляется культурными и социальными нормами [148]. Несмотря на то, что психологические концепции рассматривают жертвенное поведение не как что-то врожденное, а скорее как приобретенное в течение жизни (хотя роль генетических, биологических, физиологических факторов не исключается), важным для нашего анализа становится аспект культурных и социальных норм. В ряде психологических теорий жертвенное поведение рассматривается как способ получить от других людей любовь, внимание, одобрение, хорошее отношение. В этой связи закрепленное культурными и социальными нормами положительное значение жертвования собой во благо других может в некоторой степени объяснять то, почему именно жертвенное поведение избирается как способ получить одобрение окружающих.

Рассмотренные выше смысловые концепции в указанных научных дисциплинах перекликаются с психологическими подходами к пониманию феномена и позволяют подчеркнуть универсальность некоторых характеристик, ассоциированных с «жертвой»: жертвенное поведение как способ получить нечто личностно значимое, жертвенное поведение как феномен, существующий в социальном контексте. С начала возникновения и развития психологии феномен «жертвы» также попадал в поле зрения науки и продолжает выступать объектом психологических исследований. Следует также отметить,

что в настоящее время не существует единого концептуального подхода, определяющего суть феномена, причины его формирования, все особенности проявления, а также пути консультативной и психотерапевтической поддержки. Рассмотрим смысловые содержания и основные ассоциированные с феноменом «жертва» явления. Анализ научной литературы показывает, что в психологии исследователи, говоря об этом феномене, подчеркивают одну или несколько из следующих характеристик [142]:

- «жертва» как явление, связанное с неврозом, внутриличностным конфликтом, желанием чувствовать себя лучше (А.Адлер, К.Хорни, Ф.Перлз) [89, 90, 191, 170];
- «жертва» как психологическая незрелость, как остановка на ранней стадии развития в силу того, что задачи развития не были решены в результате неблагоприятных условий семейного воспитания и социализации (А.Адлер, Ф.Перлз, Э.Эриксон, В.С. Ротенберг, В.В. Аршавский, Л.С. Выготский и др.) [89, 90, 105, 115, 133, 166, 170, 176, 195];
- «жертва» как позиция неблагополучия, игровая роль, проявление жизненного сценария/бессознательного плана жизни, выстроенного в раннем детском возрасте на основе родительских посланий или предписаний (Э.Берн, К.Штайнер) [110, 192];
- «жертва» как стратегия, которую использует личность, чтобы получить для себя некоторую выгоду – как материальную, так и нематериальную – в большей степени психологическую, эмоциональную (К.Хорни, А.Адлер, Э.Берн, С.Карпман, Ф.Перлз, Л.С. Выготский, М.А. Одинцова, Л.М. Анцибор и др.) [71, 89, 90, 94, 99, 100, 101, 103, 104, 109, 167, 115, 121, 152, 161, 190, 191];
- «жертва» как человек, пострадавший от межличностного насилия: домашнего насилия, буллинга [9, 36, 47, 166];
- «жертва» как последствие прошлого сложного, психотравмирующего опыта человека [9, 126, 149, 184], а также «выученная беспомощность» вследствие пережитых ситуаций реальной беспомощности (М.Селигман и др.) [49, 69, 101, 179];
- «жертва» как форма психологической защиты в экстремальной ситуации (Б.Беттельхейм) [207];
- «жертва» как явление, сопровождающееся различным социально-психологическим откликом (индивидуально-личностными и групповыми реакциями): как «спасательство» (Э.Берн, С.Карпман, М.А. Одинцова) [94, 109, 166, 192], так и

«преследование» (Э.Берн, С.Карпман и др.) [94, 109, 192, 71, 61], а также «обвинение жертвы» [200, 202].

А.Адлер [89, 90] ввел понятие чувства неполноценности, возникающего в детстве и обусловленного длительным периодом пребывания в состоянии слабого и зависимого, в сравнении со взрослыми членами семьи, обладающими большей силой, властью. В ответ на это переживание развивается стремление к превосходству, которое компенсирует чувство неполноценности и служит основой мотивации человека в течение его жизни. Согласно А.Адлеру, на этом пути могут возникать осложнения: чувство неполноценности может прочно закрепиться в личности и перерасти в соответствующий комплекс, предполагающий ощущение собственной слабости, несостоятельности. Предпосылкой для этого может стать наличие нарушения здоровья или физической особенности, причинами же выступают такие особенности родительского воспитания, как гиперопека (не развивается вера в свои силы) или отвержение (не развивается вера в то, что можно быть любимым и оцененным по достоинству). Комплекс неполноценности становится важнейшим фактором развития неврозов в период взрослости. Проблемная реакция, связанная с преодолением комплекса неполноценности, — это гиперкомпенсация (развитие комплекса превосходства), которая выражается в преувеличенном, обостренном стремлении обрести власть, доминировать. Такая реакция не всегда выражается открыто и внешне может выглядеть как социально одобряемые честолюбивые планы. Поведение в этом случае характеризуется поспешностью, импульсивностью, тщеславием, возрастающей антисоциальной направленностью, отсутствием учета и нарушением прав и границ окружающих людей, враждебностью, что может вызывать ответную враждебность и нарушение прав, что в конечном итоге не позволяет личности ощущать удовольствие от жизни [89, 90]. Результатом комплекса превосходства может стать преступность, а комплекс неполноценности (со страданием, болезнями, жалобами) может давать людям силу и власть над окружающими [89].

А.Адлер выявил также возможные стратегии поведения личности в условиях социального неравенства, предполагающего наличие более привилегированных и менее привилегированных социальных групп. На примере гендерных ролей, указывая, что мужчины занимают более привилегированное социальное положение, он описывает три реакции, с помощью которых женщины стремятся совладать с этой ситуацией: 1) реакция отказа от своей роли и освоения мужской роли, активно демонстрируемый бунт и стремление стать сильным и привилегированным членом общества; 2) реакция полной внешней покорности, приспособляемости и безропотности, за которой скрывается *бунт*

через демонстрируемую беспомощность. В этом случае женщина может демонстрировать свою слабость, неуклюжесть, беззащитность и потребность в заботе, развивать нервные симптомы, чтобы дать понять окружающим, что такое положение вещей ей не подходит; 3) реакция мучительного согласия со своим непривилегированным положением, активной демонстрации своего согласия с идеей справедливости неравенства. А.Адлер говорит о том, что посредством этой женщина может стремиться *получить дополнительную социальную поддержку*, а также *отомстить*, переложив всю ответственность с себя на привилегированную группу [90]. Автор подчеркивает, что личность не может стать покорной без бунта или борьбы, а длительное пребывание в состоянии покорности окончательно лишает ее независимости, превращает в «социального паразита». Еще один неблагоприятный способ почувствовать свою значимость по Адлеру – убежденность в своей невезучести и демонстрация своего постоянного невезения [90].

Как и в работах А.Адлера, у К.Хорни жертва также связана с понятием невроза. К.Хорни, описывая невротическую личность и ее потребности, говорит о том, что для такой личности любовь связана с жертвой. В ряде случаев она ожидает безвозмездной жертвы от других людей как доказательства любви. Для невротической личности способом добиться любви от окружающих становится также демонстрация своей беспомощности и страдания и требование внимания, жалости и любви на основании своего (зачастую преувеличенного) страдания. Еще один способ, посредством которого такая личность может стремиться получить любовь, – это самопожертвование (порой фальсифицированное или бесполезное), а также помощь другим со скрытым или проговариваемым требованием справедливости, т. е. ответного самопожертвования и любви. Подчеркивается, что причина использования такой стратегии – *убежденность, что иным способом получить любовь невозможно* [191]. Представление о себе как о жертве является также для невротической личности и формой защиты от неодобрения, наказания. Такая защита часто укореняется, потому что оказывается достаточно эффективной, позволяя отклонять обвинения других людей и давая основания для *предъявления обвинений окружающим* [191]. К.Хорни также говорит о существовании двух типов невротиков, обращающихся за помощью: те, кто говорит правду о своих затруднениях, и те, кто драматизируют ситуацию, *пытаясь вызвать жалость* (реализуя все ту же потребность в любви). Еще одно важное наблюдение делает К.Хорни, предлагая разделять переживание страдания в результате невроза и стремление к страданию, таким образом, имея в виду, что наличие страданий совершенно необязательно возникло в результате стремления страдать [191].

В контексте нашего исследования важна идея К.Хорни о *мотивации* использования стратегии «жертвы», когда «жертва» в различных проявлениях – это субъективно воспринимаемый личностью как единственно доступный способ восполнить свою потребность в любви. Схожее понимание «жертвы» предлагает и современный экзистенциальный психолог В.Хлебова, описывая наличие у «жертвы» неудовлетворенной потребности в родительской любви в сочетании с манипулятивными стратегиями ее получения от окружающих [190].

В работах Э.Эриксона описаны последовательные стадии эпигенетического развития идентичности личности [195]. Отмечается, что на ранних этапах развития под влиянием неблагоприятного родительского воспитания у личности может развиться базисное недоверие вместо базисного доверия, стыд и сомнение вместо автономии и чувство вины вместо инициативы. Во влияющие факторы воспитания включаются особенности качества связи между ребенком и матерью, соблюдение родителями баланса между твердостью и гибкостью, собственная благополучная жизненная позиция родителей, возможности сотрудничества в семье между детьми и родителями. Позднее на ребенка влияют и иные социальные факторы (отношения с учителями и сверстниками, степень объективности при оценивании, столкновение с неравенством и дискриминацией), а неблагоприятное развитие событий на этапе раннего школьного обучения может завершиться чувством неполноценности. В подростковом возрасте перед личностью стоит задача собрать воедино все представления о себе в единую идентичность, что осложняется влиянием негативно решенных конфликтов предыдущих периодов и влиянием внешних неблагоприятных социальных факторов. Дальнейшее развитие во многом зависит от того, с каким результатом были пройдены эти стадии. Позитивно решенные конфликты предыдущих стадий, объединенные в целостную и позитивную идентичность, позволяют строить безопасные отношения и сохранять свои границы, изолируя или отвергая то, что кажется опасным [195]. Для нашего исследования важны идеи Э.Эриксона о влиянии социальных факторов и о том, что на протяжении всей жизни сохраняется возможность перерешить позитивно конфликты предыдущих стадий развития.

Связь феномена «жертвы» и ассоциированных с ним характеристик с неврозом и особенностями семейного воспитания подчеркивается также и Фредериком Перлзом. Невроз рассматривается как нарушение развития личности в результате воспитания [170]. В ситуации, когда в родительской семье развитие ребенка блокируется взрослыми (которые дают либо слишком много, либо слишком мало поддержки и фрустрации),

ребенок не развивает ощущение наличия внутренней самоподдержки и остается зависимым от поддержки других людей. В связи с этим человек не находит в себе достаточно личностных ресурсов, чтобы выбирать аутентичные способы поведения, и выбирает социально одобряемые, включая жертвенное поведение [170].

Влияние семейного воспитания на развитие ассоциированных с феноменом «жертвы» характеристик отмечается В.С. Ротенбергом, В.В. Аршавским [176]. В.С. Ротенберг и В.В. Аршавский [176] описывают поисковую активность как поиск, направленный на изменение ситуации в условиях неопределенности (когда результат поиска не может быть с точностью предсказан заранее). Отказ от поиска снижает защитные возможности организма в ответ на стресс, где не сам стресс, а именно отказ от поиска, сопровождающийся отрицательными эмоциями, повышает уязвимость к вредным воздействиям. Потребность в поиске, согласно исследователям, является основой индивидуального саморазвития. При этом генетически заложенная потребность и способность осуществлять поисковую активность может быть нарушена неблагоприятными факторами, к которым относятся особенности семейного воспитания. На раннем этапе развития поисковой активности ребенка отрицательно сказывается обесценивание поиска и отсутствие его поощрения, существенные ограничения физической активности, отсутствие достаточных и регулярных откликов на попытку ребенка установить контакт. На более поздних этапах способность к поисковой активности может быть нарушена при гиперопекающем воспитании, когда ребенок практически не оказывается в ситуациях, в которых ему требовалось бы проявить инициативу или самостоятельность. Отказ от поиска (или пассивно-оборонительные реакции) существенно снижает способность к переносимости стрессовых ситуаций, повышает для человека эмоциональную значимость прошлых неудачных попыток справиться с трудностями, и сопровождает невротические и депрессивные реакции [176].

Пассивность и беспомощность как приобретенная генерализованная реакция описывается в работах Мартина Селигмана [179]. М.Селигман ввел понятие выученной беспомощности, согласно которому пережитый травматический опыт беспомощности (когда никакое действие не способствует облегчению болезненной или дискомфортной ситуации) приводит к отказу от борьбы в дальнейшем. И хотя исследователь говорит о том, что это приобретенная черта, тем не менее он отмечает, что существуют индивидуально-личностные различия в реагировании: существуют те, кто не сдается и продолжает борьбу, несмотря ни на что, а также те, кто сдается еще до начала эксперимента. М.Селигман предполагает, что такие различия могут объясняться

индивидуальным стилем восприятия жизни – наличием или отсутствием оптимизма [179, 49, 69]. Связь выученной беспомощности с жертвенным поведением подчеркивается и Л.М. Анцибор [101]. Исходя из идей М.Селигмана, можно предположить, что ранний опыт регулярной невозможности удовлетворять собственные психологические и эмоциональные потребности прямым и конструктивным способом может привести к отказу от таких попыток и использованию косвенных, неконструктивных или манипулятивных способов.

Идея о «жертве» и ассоциированных с ней характеристиках как *о следствии определенного пережитого неблагоприятного опыта межличностного взаимодействия* рассматривается в работах о пострадавших от межличностного насилия.

Б.Беттельхейм говорит о дискриминации меньшинства, выражающейся в форме «жертвы» и «агрессора», как о психологической защите в экстремальной ситуации насилия, демонстрируя особенности данной реакции на примере опыта пребывания в немецких концентрационных лагерях. Исследователь говорит о том, что в результате длительного пребывания под воздействием данных защит происходит определенное когнитивное искажение, наделение себя и другого характеристиками, которые оправдывают текущее положение вещей. Такая стереотипизация создает иллюзию безопасности и предсказуемости другого, снижая уровень тревоги и сомнений [207].

В области исследований феномена «жертвы» в контексте домашнего насилия, а также психологических явлений, имеющих место в ситуациях насилия, следует отметить концепции стокгольмского синдрома и нормализации насилия. Концепция стокгольмского синдрома описывает стратегию выживания, которая активизируется у жертвы в ситуации насилия при наличии определенных условий и заключается в развитии эмоциональной привязанности к агрессору и в когнитивном искажении, предполагающем отождествление с агрессором, оправдание его действий. Концепция нормализации насилия была разработана Е.Лундгрен и также может быть отнесена к психологическим защитам, которые развивает жертва в ситуации семейного насилия. Данная концепция заключается в том, что жертва перенимает понимание насилия, которое транслирует агрессор, т. е. не категоризирует насильственные действия агрессора как насилие, т. к. это несет в себе опасность признания, что имеющиеся взаимоотношения не соответствуют общественным стандартам. При этом после выхода из насильственных отношений жертва перестает воспринимать насильственные действия как норму [187]. Молдавские исследовательницы A.Cojocaru и V.Panczi подчеркивают влияние опыта домашнего насилия на протяжении всей жизни человека [4]. Рассмотрим результаты исследований, направленных на

изучение личностных особенностей пострадавших от домашнего насилия. В рамках одного из исследований личности пострадавших от насилия в сравнении с аналогичной группой лиц, не имевших такого опыта, у пострадавших от насилия (не менее трех раз) было выявлено наличие системы связанных характеристик: социальная дезадаптивность, конформность, экспрессивность, стремление привлекать к себе внимание, беспечность, переживание униженности [130]. В другом исследовании было выявлено, что женщины, пострадавшие от насилия, характеризуются более высоким уровнем нейротизма, агрессии и негативной валентности и более низким уровнем экстраверсии, открытости и добросовестности по сравнению с женщинами, не имевшими опыта пережитого насилия [36]. В исследовании I.Bolco et al. получены противоречивые данные об уровне агрессии у женщин, пострадавших от домашнего насилия или присутствовавших при нем, которая по некоторым измерениям больше, а по другим – меньше, чем у тех, кто не имел такого опыта [37]. Более поздние исследования эмоционального профиля женщин, пострадавших от домашнего насилия, показывают наличие повышенного уровня депрессии/депривации и агрессии/разрушительности [32]. В исследовании M.A. Pico-Alfonso et al. были выявлены симптомы личностных расстройств у женщин, которые подвергались домашнему насилию со стороны партнера (симптомы шизоидных, избегающих, самоповреждающих тенденций), которые рассматриваются как результат пережитого насильственного опыта [62]. Говорится также о таких последствиях насилия как посттравматический стресс и посттравматическое стрессовое расстройство [9, 157]. Кроме того, женщины, попадающие в ситуацию домашнего насилия, разделяют распространенные социальные стереотипы и иррациональные установки относительно семьи, брака и роли женщины, существующие в обществе [157]. Отмечается, что состояния, возникающие в результате опыта домашнего насилия (потеря автономии, эмоциональные состояния), являются временными, а не устойчивыми индивидуально-личностными характеристиками, и выступают естественным реагированием на насилие и универсальной человеческой уязвимостью [199]. Отечественные и румынские исследователи также занимаются изучением личностных особенностей пострадавших от насилия. Так, исследовательницы E.Losîi и A. M.Merluşcă-Crâşmaru выявили, что у женщин, подвергшихся насилию, выше показатели депрессии, тревоги, стресса, негативного аффекта, отстраненности, антагонизма [10] и ниже показали психологического благополучия [11]. R.Cerlat и O.Eremciuc выявили более высокий уровень тревожности и сниженные показатели коммуникативных навыков у женщин, пострадавших от насилия, по сравнению с женщинами, не имевшими такого опыта [3].

В.Адэскэлицэ выявила, что женщины, пострадавшие от домашнего насилия, имеют более высокий уровень выраженности невротического синдрома астенического типа со значительными психосоматическими нарушениями. Они характеризуются более выраженной тревожностью, неуверенностью и скованностью, а также более неустойчивым эмоциональным состоянием со склонностью к аффективному реагированию, меньшим благополучием по показателям самоотношения [91]. V.Gonța отмечает необходимость длительной и комплексной психотерапевтической работы для преодоления последствий опыта домашнего насилия [8], а S.Toma, V.Captari и N.Toma рассматривают подходы в области семейной терапии для работы со случаями домашнего насилия [85]. Также исследователи проблемы домашнего насилия призывают к необходимости решать данную проблему не только на индивидуально-психологическом уровне, но и на уровне социальном, политическом и законодательном [2, 37, 199 и др.].

Ситуация буллинга или травли в коллективе как повторяющихся агрессивных, насильственных действий между членами одного коллектива также предполагает ролевые позиции участников ситуации, к которым относятся агрессор, жертва, а также по-разному настроенные наблюдатели (помощники агрессора, защитники жертвы, безразличные к происходящему). Появление агрессора в коллективе вынуждает остальных членов занимать одну из ролей [27]. Разные аспекты проявлений насилия в образовательных учреждениях изучались молдавскими и румынскими исследователями Ig.Racu [17, 18], V.Olărescu и B.C. Răzvan [14], V.Robu и I.E. Robu [20], O.-L. Bican [1], R.Popa [15, 16], T.Turchină [27, 28], Е.А. Ковалевой [131], Р.Кисаковым В.Адэскэлицэ [129]. Необходимость комплексного подхода подчеркивается и в отношении преодоления и предотвращения буллинга [30]. D.Olweus предполагает, что жертвам буллинга свойственны такие характеристики, как неумение себя защитить, недостаточно высокое развитие коммуникативных навыков, сниженная самооценка, высокая тревожность [цит. по 122]. Исследование характеристик жертв буллинга показало взаимосвязь опыта буллинга в настоящем с наличием опыта быть пострадавшим от буллинга в прошлом и с интернализацией стыда [64]. E.M. Brank et al. называют такие факторы уязвимости, как сниженная социальная компетентность и сниженное количество социальной, в том числе семейной поддержки. Семейная поддержка, и, в частности, вовлеченность отца в воспитание выступают защитным фактором в контексте уязвимости к буллингу [38]. Исследователи также нередко выделяют личностные характеристики, служащие факторами риска подвергнуться буллингу, такие как особенности внешности и физического здоровья, отношение к этническому меньшинству и др. По сути, любые

отличительные особенности жертвы могут стать поводом для издевательств [84, 122]. Буллинг имеет долгосрочные негативные психологические последствия для всех участников. У пострадавших от буллинга могут развиваться депрессия, суицидальные попытки, снижение самооценки [38]. S.M. Swearer и D.L. Espelage, говоря о последствиях для пострадавших (отсутствие чувства безопасности, ощущение себя несчастным, тревога, социальная изоляция, суицидальные мысли, агрессия, делинквентность и др.), указывают, что то, что выступает как фактор риска, может быть и последствием пережитого насилия [81]. В долгосрочной перспективе пережитый опыт буллинга повышает риски заболеваний во взрослом возрасте [82]. Румынская исследовательница R.Popa выявила, что пострадавшие от буллинга, как правило, не имеют благоприятного социометрического статуса [15], была обнаружена отрицательная взаимосвязь между виктимизацией и самоуважением, однако взаимосвязи между показателями самоуважения и осуществлением буллинга обнаружено не было [16]. В рамках исследования буллинга, проведенного L.Glaso et al., сообщается об отсутствии как таковых виктимных качеств личности (портрета/типа виктимной личности), предлагается обратить внимание на преодоление внешних неблагоприятных факторов, связанных с насилием, и на оказание помощи пострадавшим [47]. Эта идея находит отражение и в других исследованиях S.M. Swearer и D.L. Espelage, где выявляется, что ситуация буллинга – это характеристика коллектива и основной фактор наличия или отсутствия буллинга – это присутствие в коллективе агрессора определенного типа, а не «жертвы» (пострадавший от буллинга в одном коллективе может не повторить этот опыт в другом) [81, 83, 96]. Молдавская исследовательница Е.А. Ковалева отмечает, что в образовательных учреждениях насилию дети и подростки могут подвергаться и со стороны учителей, и связывает склонность учителя к насильственным дисциплинарным методам в образовательной среде с нарушениями саморегуляции, которые основаны на недостаточно развитом личностном и профессиональном самосознании [132], т. е. и в данном аспекте источник и ответственность за насильственные действия тоже относятся к агрессору, а не к характеристикам пострадавшего (ученика или ученического класса).

Таким образом, исследования показывают, что межличностное насилие сопровождается широким спектром негативных психологических последствий для пострадавших. Для нашего исследования важны идеи о том, что в процессе и результате межличностного насилия может формироваться психологическая защита в виде когнитивного искажения, оправдывающего насилие, а также о том, что разделение женщинами дискриминирующих гендерных стереотипов может повышать их уязвимость

к домашнему насилию, а сниженная поддержка семьи может повышать уязвимость детей и подростков к буллингу.

Другой тип исследований связан с феноменом «жертвы» как *характеристики личности и/или способа поведения, свойственного человеку*. В отношении этого феномена используются различные термины: установка «жертвы» [166, 167], комплекс «жертвы» [161], «жертвенная ментальность» [40, 203], роль «жертвы» [97, 161, 162, 166], позиция «жертвы» [97].

Установка представляет собой неосознаваемое состояние, которое предшествует некой деятельности и определяет её осуществление. Изначально установка возникает у человека под воздействием субъективных (некая потребность) и объективных (реальность) факторов (по Д.Н. Узнадзе) [185]. *Установка на поведение «жертвы»* может содержать в своей основе инфантилизм и иждивенчество. При этом однажды сформированная установка не теряется и актуализируется в сходных условиях [166, 167].

Похожим значением обладает и термин комплекс «жертвы». Комплекс представляет собой сочетание психологических явлений, в целом оказывающее влияние на психику и поведение человека. *Комплекс «жертвы»* – это особое сочетание психологических явлений, которое имеет интроективный характер и может включать в себя снижение самооценки, отказ от ответственности, беспомощность и др. [161].

В англоязычной научной литературе для обозначения феномена «жертвы» как пассивной и манипулятивной стратегии используется термин *«жертвенная ментальность»*, предполагающий наличие у личности внешнего локуса контроля, а также установок, указывающих на наличие неудовлетворенных потребностей в признании, уважении, поддержке: «меня не ценят», «других уважают больше», «я получаю меньше (ресурсов, поддержки), чем мне нужно», «другие люди не знают, как тяжело/много я работаю» [40]. Для такой «жертвы» также характерны пассивно-агрессивные стратегии, а стремление к выигрышу может быть неосознаваемым, бессознательным [203].

Основатель транзактного анализа Э.Берн рассматривает «жертву» как *разновидность роли в психологических играх*, т. е. манипулятивных способах взаимодействия, к которым прибегают люди в противовес истинной межличностной близости [109]. Психологическая игра дает личности краткие моменты освобождения от внутренней боли, которая порождается ощущением своего неблагополучия [109, 189]. В своей теории драматического треугольника С.Карпман продолжает идеи Берна, выделяя три основные манипулятивные роли, характерные практически для любой психологической игры, – это «жертва-спасатель-преследователь», которые находятся

между собой в постоянном взаимодействии, не являясь фиксированными: «жертва» ищет «преследователя» и нуждается в «спасателе». Человек, играющий роль «жертвы», как бы приглашает другого занять по отношению к нему позицию либо «преследователя», либо «спасателя». Все три роли могут исполняться как отдельными личностями, так и группами людей. Втянутость в драматический треугольник заставляет укрепляться в указанных позициях [71]. Наличие двойственной реакции на «жертву» демонстрируется и в исследованиях, проведенных C. Peterson [61]. В транзактном анализе также описывается концепция сценария жизни, некоего жизненного плана, который избирается личностью в раннем возрасте и оказывает влияние на её стратегию поведения в дальнейшем. Большая часть жизненных сценариев имеет потенциал формирования «жертвенности» в зависимости от выбранной жизненной позиции [109, 110, 214, 189, 192, 71]. Более подробно эти аспекты описываются и анализируются в параграфе 1.2.

Психологическая позиция представляет собой определенный сознательно или бессознательно выбранный человеком образ мышления и отношения, это своеобразная установка действовать определенным образом в различных ситуациях. **Позиция «жертвы»**, с точки зрения О.О. Андронниковой, может рассматриваться как комплекс представлений о себе, своем месте в социуме, который включает в себя когнитивную, эмоциональную и поведенческую компоненты. С этой точки зрения *когнитивная компонента* жертвенной позиции содержит определённый комплекс представлений о себе как о человеке, который испытывает притеснение со стороны других людей, общества, включая также ценности ущемления собственных интересов ради других. *Эмоциональная компонента*, как правило, представлена комплексом ощущений беспомощности, безвыходности, бессилия при сочетании с выраженным высоким уровнем чувства долга, ответственности и стремления всё контролировать. *Поведенческая компонента* жертвенной позиции может быть представлена готовностью к жертвованию собственными интересами ради окружающих, социально-желательными поступками, демонстрацией собственной беспомощности и страданий [97].

Российская исследовательница феномена «жертвы» М.А. Одинцова определяет «жертву» как личность, которая сочетает в себе виктимность (личностная особенность, обусловленная сочетанием индивидуальных факторов, взаимодействующих с внешними факторами, которые не всегда связаны с насилием, которая способствует виктимной активности) и виктимную активность (под ней М.А. Одинцова понимает внутреннюю психическую активность, которая направлена на действия, способствующие превращению человека в «жертву») [166]. Классификация «жертв» в зависимости от положения в

социуме, разработанная М.А. Одинцовой [161, 162, 166, 167], совокупно использует некоторые рассмотренные выше термины:

1) игровая роль «жертвы». Это роль, которую человек может выбирать время от времени, в зависимости от обстоятельств, она не является прочно закрепленной;

2) социальная роль «жертвы». Является ситуативной, когда ситуация социального взаимодействия подталкивает человека к принятию такой роли;

3) позиция «жертвы». Прочно закреплена в поведении человека и является его выбором, приносящим личности вторичную выгоду;

4) статус «жертвы». Как правило, является навязанным тем, кто пострадал от какой-либо катастрофы или по иной причине оказался в трудной жизненной ситуации.

М.А. Одинцова подчеркивает, что игровая роль «жертвы» и позиция «жертвы» являются по сути разной выраженностью одного и того же феномена, характеризующегося свободным выбором личности, тогда как социальная роль и социальный статус «жертвы» — это разная выраженность другого феномена, характеризующего навязанностью [166]. Игровая роль вызывает скорее реакцию спасательства, а позиция – реакцию преследования. По мнению М.А. Одинцовой, реакция преследования вызывает отгороженное или агрессивное поведение по отношению к личности с позицией «жертвы», и тогда личность теряет рентные установки позиции и испытывает страдание от происходящего, переходя в социальную роль жертвы. Когда внешняя стигматизация переходит в самостигматизацию, происходит закрепление социальной роли, которая становится статусом жертвы, что сопровождается возрождением рентных установок, получением удовольствия от страданий и наказания окружающих посредством вызывания у них чувства вины [168]. В начале прошлого века Л.С. Выготский также подчеркивал значение социализации в процессе развития, демонстрируя механизм негативного социального влияния на ребенка с тем или иным нарушением здоровья. Ученый описал, как стигматизация может перерастать в самостигматизацию в силу существующих соответствующих социальных ожиданий от личности, на которые она реагирует [115]. Говоря о возникновении и закреплении в сознании пострадавших от насилия и агрессивных действий ощущения себя жертвой (к чему относится сниженная самооценка, чувство беспомощности и жалости к себе, потеря доверия, внешний локус контроля и др.), исследователи отмечают необходимость совпадения нескольких условий: человек понимает, что он пострадал, что он не ответственен за произошедшее, что он не мог предотвратить вред, что он имеет моральное право страдать от несправедливости, совершенной в его отношении, и что он заслуживает

симпатии, эмпатии [33]. К социально-психологическим факторам риска возникновения и развития феномена «жертвы» можно отнести фактор неблагоприятного семейного воспитания [170, 195, 110, 192, 176, 97, 105, 133, 190], фактор ложно-филантропического отношения общества к пострадавшим [166, 115], феномены дисбаланса власти, насилия, стигматизации и дискриминации [187, 56], феномен «обвинения жертвы» [200].

Прикладные исследования, основанные на подходе М.А. Одинцовой, выявили следующие личностные особенности и характеристики, связанные с типами «жертв»: низкий уровень жизнестойкости, пессимизм [107], хаотичность, противоречивость и разрозненность ценностно-смысловой сферы [168], неудовлетворенность жизнью, трудности близких взаимоотношений, неконструктивные копинг-стратегии [181], взаимосвязанность с макиавеллизмом и социометрическим статусом в группе [99, 100]. Молдавские исследовательницы Л.М. Анцибор и Д. Подосочной установили, что социальная роль «жертвы» отрицательно взаимосвязана с индексом социометрического статуса и с коэффициентом удовлетворенности своим положением в группе, тогда как игровая роль «жертвы» положительно взаимосвязана с показателем коэффициента удовлетворенности человека своим положением в социальной группе [103, 99].

Исследовательница С.Ю. Плотникова выделяет следующие типы «жертв»: виноватые (легко берут вину на себя, в том числе, за те аспекты, за которые объективно не могут нести ответственность, «наслаждаются» чувством вины); обвинители (винят окружающих в своих несчастьях, снимают ответственность с себя); самозапугиватели (находятся в перманентной тревоге и ожидании катастрофы); супермены (подавляют эмоции, зачастую практикуют рискованное и/или саморазрушающее поведение) [212].

Исследовательница О.О. Андронникова, основываясь на виктимологическом подходе, выделяет 5 типов виктимного поведения: агрессивное, активное, инициативное, пассивное и некритичное, которые в той или иной степени являются личностными факторами риска стать жертвой преступных действий или несчастных случаев [94]. Практические исследования, основанные на указанном подходе, выявили такие связанные с виктимностью особенности, как несформированность компонентов личностного потенциала [150], конформность, зависимость, отказ от своего Я [178], незрелость, слабость автономии, неумение управлять ауто- и гетероагрессией (понимаемые и как причины виктимности) [159]. Было выявлено также, что факторами виктимизации могут стать следующие аспекты родительского воспитания: «отрицательный социально-психологический климат в семье», «неудовлетворенность потребностей ребенка», «неразвитость общей интернальности» [105].

Говоря о жертвенной позиции личности, О.О. Андронникова выделяет и другие типы проявления жертвенности:

- жертвенность как проявление любви (сюда включается как демонстрация жертвенности в знак любви, так и ожидание жертвования как проявления любви);
- жертвенность как проявление агрессии (основной паттерн здесь – наказание других своим страданием, в некотором смысле косвенный путь проявления агрессии);
- смешанный тип жертвенности (когда базовые инстинкты любви и агрессии выражаются посредством жертвенности);
- самоповреждающий тип жертвенности (основывается на агрессии, направленной на самого себя и возникающей как следствие чувства вины. Вина при этом может возникать по различным причинам, объективным/реальным или субъективным/мнимым);
- тип ролевой жертвы (сюда включаются структурные образования Я-идентичности личности, соответствующие ролевой жертвенной позиции) [93].

Обозначая жертвенную позицию личности как сформированную/усвоенную стратегию, исследовательница указывает на её направленность на *удовлетворение базовых потребностей* и выражение базовых инстинктов, а также детерминированность социальными ожиданиями и социальным одобрением [97]. О.О. Андронникова выделяет первичным фактором риска нарушение привязанности между матерью и ребенком. Далее жертвенная позиция может формироваться с трехлетнего возраста в связи со спецификой прохождения ребенком возрастных кризисов и ввиду возрастных задач развития. К механизмам формирования жертвенной позиции личности относится идентификация с родителем, демонстрирующим жертвенное поведение как проявление любви или ненависти, трансформация собственных агрессивных импульсов в демонстрацию жертвенного поведения, подавление и отказ от своего «Я» (в условиях, когда в семье ребенку запрещается проявлять агрессию), реакция на неблагоприятные условия процесса полоролевой идентификации. К данным механихмам относится также ситуация, когда демонстрация ребенком подчинения и покорности становится частым и, по сути, единственным способом остановить агрессию родителей в свой адрес и потому закрепляется как ригидный ответ на все опасные ситуации [97]. Что касается роли «жертвы» и «ролевой позиции жертвы», то в психологической литературе подчеркивается важность механизма адаптации для ее формирования. Относительно проявления жертвенности при межличностном взаимодействии во взрослом возрасте О.О.

Андронникова соглашается с идеями Э.Берна и С.Карпмана о значении психологической «роли» и об общих характеристиках в «драматическом треугольнике» [93].

В рамках изучения жертвенной позиции, О.О. Андронниковой в отдельных или совместных с другими авторами исследованиях была выявлена взаимосвязь ролевой позиции жертвы с жизненными позициями (в терминах транзактного анализа): принятие позиции «я не в порядке, ты не в порядке», отрицание позиций «я в порядке, ты в порядке» и «я в порядке, ты не в порядке» [95, 97]; с родительскими предписаниями (в понимании транзактного анализа), такими как «не принадлежи», «не делай», «не чувствуй себя хорошо», «не достигай успеха» [97]; с преобладанием ряда личностных особенностей: «пассивность, безответственность, импульсивность, несогласие с моральными и ценностными устоями общества, склонность к асоциальному поведению, слабоволие, неспособность к самостоятельному принятию решений, преобладание ригидного мышления, тревожность, подозрительность, склонность к чувству вины, депрессии» [97, с. 141]; с эмоциональным интеллектом: у личностей с выраженной ролевой позицией жертвы наблюдается также высокий уровень чувствительности к эмоциям негативного спектра [98]; с типом межполушарной специализации мозга: была выявлена уязвимость к формированию жертвенной позиции у лиц с правополушарной асимметрией, при этом среди них наиболее уязвимыми являются женщины [114]; с феноменом созависимости, где позиция жертвы является конструктом, встроенным в структуру свойств созависимой личности [92]. В исследовании сценария жизненного пути виктимных людей О.О. Андронниковой установлено наличие взаимосвязи жизненных позиций с преобладающими эго-состояниями (в терминах транзактного анализа) (позиция «я в порядке, ты в порядке» характеризуется преобладанием эго-состояния Взрослого, тогда как иные позиции – жертвенные – характеризуются преобладанием эго-состояния Ребенка), а также гендерных особенностей (наиболее уязвимыми в контексте формирования позиции жертвы являются юноши и девушки маскулинного типа) [95].

Анализ литературы показал, что некоторыми исследователями одним из исследуемых факторов в контексте жертвенного поведения указывался возраст [136]. Так, О.О. Андронникова относит возраст к неспецифическим факторам, обусловливающим виктимное поведение, где наиболее критичными в этом смысле возрастными периодами выступают младенческий, дошкольный и подростковый [93]. Д.В. Ефимова в рамках кросс-культурного исследования особенностей виктимности затрагивает две возрастные категории: подростки-школьники (12-16 лет) и студенты (17-23 лет). В результате прикладного исследования высокий уровень выраженности игровой роли жертвы был

выявлен у 20% всех респондентов, однако очень высокий уровень выраженности игровой роли жертвы был выявлен только среди школьников (подростков), среди студентов очень высокий уровень не был выявлен [123]. Ц.Л. Мкртчян, описывая авторскую методику по изменению сценария «жертвы» (с акцентом на когнитивный компонент) и ее применение в студенческой среде, отмечает роль возраста как фактора, влияющего на этот процесс: у студентов старшего возраста процесс переосмысления был активнее [210].

Практические исследования ролевого и позиционного аспекта феномена «жертвы» охватывают широкий диапазон возрастных категорий респондентов, однако единичные эксперименты измеряют один и тот же параметр у разных возрастных групп [123]. В некоторых случаях увеличение возраста рассматривается [210] или может рассматриваться [123] как фактор, способствующий девиктимизации, тогда как другие авторы [154] связывают его с ростом ригидности личности и более жестким закреплением ролевой виктимности в случае ее наличия. Следует отметить, что прикладные исследования не отвечают пока на вопрос о возрастных особенностях роли жертвы и жертвенной позиции личности, и позиции исследователей на этот счёт различаются.

Таким образом, феномен «жертвы» включает в себя спектр смыслов, значений и терминов для их обозначения, а также ряд ассоциированных характеристик, среди которых можно отметить паттерны демонстрации жертвенного поведения для выражения чувств и/или удовлетворения потребностей (при субъективной недоступности других способов) и сопровождающие эти паттерны негативные убеждения и переживания отрицательных эмоций и чувств. Формирование, закрепление и проявление жертвенности как способа поведения происходит в контексте социальных взаимодействий. Исследования личностных особенностей, связанных с феноменом «жертвы», в психологии чаще всего можно разделить на две условные группы [145]: исследования пострадавших от межличностного насилия и исследования людей, для которых жертвенность выступает личностным свойством/характеристикой поведения и убеждений. Предположительно психологическая помощь в этих двух случаях должна различаться, в связи с таким разделением могут возникать этические дилеммы [138, 143]. Особенности феномена важны и в контексте профессиональной деятельности помогающих практиков [141].

1.2. Сценарное поведение «жертвы»

Влияние особенностей детского опыта признается и подчеркивается большинством психологических концепций. Как рассмотрено в параграфе 1.1., фактор влияния семейного воспитания на формирование феномена «жертвы» и ассоциированных с ним

характеристик отмечается Ф.Перлзом, Э.Эриксоном, В.С.Ротенбергом, В.В. Аршавским, О.О. Андронниковой. Концепция «жертвы» в контексте сценария или выбранной жизненной стратегии, позиции базируется на идеях А.Адлера и является глубоко разработанной представителями транзактного анализа – Э.Берном, К.Штайнером, С.Карпманом, М.Гулдинг и Р.Гулдингом, Т.А. Харрисом, Р.Г. Эрскином и др. [140].

Идея существования выбранной в раннем детстве жизненной стратегии исследуется в работах А.Адлера. Автор выделяет понятие стиля жизни, представляющее собой философию личности, выработанную в раннем возрасте как творческий ответ на происходящие события и условия воспитания. Такая личностная философия определяет восприятие человеком мира и самого себя, и, соответственно, влияет на его эмоциональное состояние, мотивацию и поведение [89, 90]. А.Адлер выделяет четыре типа стиля жизни: социально полезный, управляющий, берущий и избегающий [89].

Понятие сценария жизни широко разрабатывается в рамках транзактного анализа. Для понимания концепции сценария важно обозначить ряд понятий, которыми оперирует подход. Прежде всего, это идея существования эго-состояний (состояний Я), которые представляют собой устойчивые структуры, содержащие в себе соответствующую информацию, чувства и способы реагирования. Основатель транзактного анализа Э.Берн выделяет три основных состояния Я, присутствующих в личности: эго-состояние Родителя (идеи, чувства и модели поведения, усвоенные от родительских фигур); эго-состояние Взрослого (структура, ориентированная на объективную обработку данных, оценку вероятностей, взаимодействие с текущей реальностью); эго-состояние Ребенка (архаичная структура, содержащая в себе идеи, чувства и способы поведения и реагирования, свойственные детскому возрасту). В зависимости от опыта взаимодействия с родительскими фигурами, содержание эго-состояний Родителя и Ребенка может быть в большей или меньшей степени благополучным [110, 192, 180, 152]. Выделяются также структуры второго порядка: эго-состояния Родителя и Ребенка имеют внутренние деления на Ребенка, Взрослого и Родителя [180]. Формирующие сценарий жизни послания исходят из структуры второго порядка – Ребенка в Родителе, т. е. структуры, содержащей чувства, мысли, поведение, реакции родителя, являющиеся воспоминанием о своем детстве и воспоминания о детстве, интроецированные от его родителей [110, 180, 192].

В зависимости от особенностей раннего опыта, ребенок в раннем возрасте выбирает одну из 4-х жизненных позиций (Таблица 1.1.): «я в порядке, ты в порядке», «я в порядке, ты не в порядке», «я не в порядке, ты в порядке, «я не в порядке, ты не в порядке». Только позиция «я в порядке, ты в порядке» соответствует категории

психологического благополучия, позволяя строить конструктивные взаимоотношения с другими и гармонично строить свою жизнь. По мнению Э.Берна и К.Штайнера, данная позиция является врожденной и изменяется только под влиянием неблагоприятных условий семейного воспитания. При этом каждый человек готов и стремится вернуться в гармоничное состояние и именно на такой вере в природу человека может и должна строиться эффективная психологическая помощь. Позиция «я не в порядке, ты в порядке» во многом является депрессивной, сопровождаясь ощущением угнетенности, своего неблагополучия по сравнению с другими людьми. Позиция «я в порядке, ты не в порядке» скорее защитная, сопровождается высокомерием, ощущением или стремлением превосходства над другими. Позиция «я не в порядке, ты не в порядке» связана с ощущением безнадежности, неблагополучия (своего и других), бессмысленности, бесполезности и невозможности что-либо изменить. Личность постоянно ищет способы подтвердить свою позицию. На основании жизненной позиции принимается решение о себе, мире и том, как в нем следует жить, и строится сценарий жизни [110, 192, 152].

Таблица 1.1. Жизненные позиции в подходе транзактного анализа

	Я + (Я - ок)	Я - (Я - не ок)
Ты + (Ты - ок)	**«я в порядке, ты в порядке» (я +, ты + или я - ок, ты - ок)**	«я не в порядке, ты в порядке» (я -, ты + или я - не ок, ты - ок)
Ты - (Ты - не ок)	«я в порядке, ты не в порядке» (я +, ты - или я - ок, ты - не ок)	«я не в порядке, ты не в порядке» (я -, ты - или я - не ок, ты - не ок)

В рамках ТА существует и иной взгляд на жизненные позиции. Т.А. Харрис, разделяя в этом смысле идеи А.Адлера, предполагает, что первая позиция, которую принимает ребенок, – это «я не в порядке, ты в порядке», т. к. ощущает себя маленьким, слабым и беспомощным по сравнению со взрослыми или со старшими членами семьи. Далее, в зависимости от личностных особенностей родителей (насколько их позиция психологически благополучна) и условий воспитания ребенок либо укрепляется в этой позиции, либо меняет ее на одну из трех других [189].

Э.Берн определяет сценарий как «жизненный план, основанный на принятом в детстве решении, подкрепленный родителями, оправданный последующими событиями и достигающий кульминации в избранной альтернативе» [110, с.570-571]. Сценарий формируется в раннем возрасте. Э.Берн говорит о возрасте пяти лет [110], а Я.Стюарт и В.Джойнс говорят о возрасте четырех лет (основные черты сценария), семи лет (внесены все существенные детали сценария), двенадцати лет (совершенствование и детализирование) и юношеском возрасте (сценарий обретает реальные черты) [180].

К.Штайнер продолжает эту идею, отмечая, что сценарий возникает тогда, когда неблагоприятные внешние обстоятельства вынуждают ребенка принимать решение о направлении своего жизненного пути до того, как он будет к этому по-настоящему готов (т. е. до достижения отрочества, при условии, что у взрослеющей личности есть достаточно информации и автономии, а также отсутствует внешнее давление) [192]. С.Вуллэмс отмечает две важные характеристики процесса создания сценария: сценарий создается как защитная реакция ребенка; сценарные решения принимаются под воздействием переживаемых эмоций и помогают личности тестировать реальность [цит. по 180]. Сценарий также осуществляется без полного осознания и осмысления, т. е. *сценарное поведение – это «поведение, мотивированное сценарными причинами, а не разумом»* [110, с. 571]. Сценарное поведение внутренне неосознанно поощряется эго-состоянием Родителя, т. е. негативными предписаниями и запретами, полученными от родителей [192]. М.Гулдинг и Р.Гулдинг выделили ряд предписаний, которые становятся основой проблемного сценария жизни: «Не делай», «Не сближайся», «Не принадлежи», «Не добейся успеха», «Не взрослей», «Не будь», «Не будь ребенком», «Не будь значимым», «Не будь собой», «Не будь нормальным», «Не будь здоровым» [117]. Эмпирически было выявлено, что отдельные предписания или их сочетания могут служить предиктором суицидальных попыток [151].

Э.Берн выделяет три основных типа сценария: «победитель» (легко, свободно и комфортно достигающий своей цели), «побежденный» (не достигающий своей цели, в ситуации эмоционального дискомфорта), «не-победитель» (отсутствие существенных выигрышей или проигрышей, отсутствие риска). Сценарий «побежденного» может иметь три степени трагичности: первая предполагает наличие поражений и неудач, недостаточно масштабных, чтобы их обсуждали в обществе; вторая – наличие проблем и потерь, достаточно серьезных для обсуждения другими людьми; третья степень предполагает трагические события – увечья, серьезные болезни, зависимости, суд и тюремное заключение, психические расстройства, попытки самоубийства [110, 152, 180]. С.Карпман схожим образом выделяет 3 степени интенсивности игр: социально приемлемые (можно наблюдать, про них можно говорить), игры второй степени (их скорее скрывают) и игры третьей степени (приносят вред здоровью, заканчиваются в суде или тюрьме и др.) [127].

К.Штайнер также выделяет три основных типа сценариев, отмечая, что в жизни большинства людей, следующих сценарию, есть признаки всех трех типов, однако один, как правило, является преобладающим. Сценарий «без любви» формируется через предписания в области взаимоотношений с другими людьми, предполагающие запреты на

свободный взаимообмен необходимой поддержкой и вниманием с другими, запреты на самопоощрение и отказ от негативных поглаживаний или от позитивных, если не ощущается такая потребность. Сценарий предполагает проблемы близких отношений, жизнь с ощущением недостатка любви, в более трагичных вариантах – депрессию и попытки самоубийства. Сценарий «без разума» формируется через подавление функций эго-состояния Взрослого (способностей к размышлению, рассуждению, оценке, познанию) путем игнорирования и лжи ребенку. Проявляется через неспособность справляться, беспомощность, страх сойти с ума, то, что внешне может быть оценено как отсутствие силы воли, леность, незнание своих желаний, легкомыслие, глупость. Крайний вариант развития сценария – психические расстройства. Сценарий «без радости» формируется через подавление родителями любой чувственности ребенка, что приводит к потере контакта со своими телесными ощущениями и искусственному управлению телесным состоянием. Предполагает развитие зависимости от психоактивных веществ и других способов менять телесные ощущения [192].

По К.Штайнеру степень тяжести или трагичности сценария определяется многими факторами: тем, насколько родители готовы оказывать влияние, тем, насколько ребенок готов сопротивляться негативному родительскому влиянию (в силу своих индивидуальных особенностей), а также социально-экономической ситуацией (наличием неравенства и дискриминации в обществе, особенностями культуры и др.) [192]. Культурные и субкультурные сценарии жизни, создаваемые под влиянием культуры, в которой живет человек, описываются также М.Джеймс и Д.Джонгвард [120, 104].

Таким образом, Э.Берн выделяет наличие позитивного и психологически благополучного сценария, тогда как К.Штайнер выделяет только негативные сценарии. Последний делает различие между сценарием (который несет негативные аспекты) и сознательным и автономным решением личности относительно своей жизни. При этом и Э.Берн отмечает редкие случаи, когда личность автономна, т. е. вместо сценариев и игр у нее есть способность к осознанию настоящего, спонтанности и достижению подлинной близости в отношениях с другими людьми [109, 110, 192]. Однако представительница ТА Ф.Инглиш подчеркивает, что создание сценария жизни – это не патологический процесс, это часть *процесса индивидуального развития каждого* [43].

М.Розин предлагает альтернативную трактовку явлению сценария жизни. По М.Розину, сценарий – не жесткая, заданной детским опытом программа, а гибкая творческая реализация эстетической потребности человека, заключающаяся в желании представить свою жизнь в виде целостной и гармоничной истории. При этом трагичный

или неудачный сценарий тоже могут иметь место как вариант повествования. В течение жизни человек может переходить от одного сценария к другому – в этом проявляется его творческое начало, а созданный сценарий дает основания для ощущения счастья, свободы [175]. Идеи М.Розина представляют собой оптимистичный взгляд на сценарий, переводя его из разряда детерминизма в разряд автономии и творчества. С.Н. Петросьян и З.И. Рябикина также отмечают, что русскоязычные/российские исследователи скорее рассматривают жизненный сценарий как результат личностного выбора и творчества человека, а западные психологи чаще понимают под ним неосознаваемую систему, сложившуюся под влиянием детского опыта [172].

Сценарий также может быть передан трансгенерационно [110, 192]. Ф.Инглиш описала возможность передачи сценария в семейной системе по типу «горячей картофелины», основанной на неосознаваемом веровании, что можно избежать несчастливой судьбы, если передать ее другому и, т. о., освободиться от нее. При этом передача может осуществляться не только от родителей, но и от других членов семьи и влиятельных фигур [43]. Идея о трансгенерационной передаче разделяется и представителями семейного системного подхода. Так, М.Боуэн обнаружил явление межпоколенческой передачи, проявляющееся в существовании паттернов функционирования и передачи их из поколения в поколение. Явление межпоколенческой передачи в настоящее время признается всеми представителями данного подхода [112]. Исследовательница А.А. Шутценбергер ссылается на идеи Э.Берна и Ф.Инглиш [193]. Она подчеркивает бессознательный характер трансгенерационной передачи, что согласуется с идеей неосознаваемости сценария жизни, и говорит о повторении событий из поколения в поколение, а также о передаче травм и ролей. Разработанная А.А. Шутценбергер концепция психогенеалогии основывается на идеях бессознательного З.Фрейда, коллективного бессознательного К.Г. Юнга, концепциях Дж.Л. Морено и К.Роджерса, а также лояльности и парентификации И.Бузормени-Надя. Лояльность подразумевает наличие в семейной системе единого социального пространства, исходя из которого строится понятие семейной справедливости, нарушение которой вызывает проблемы, передаваемые из поколения в поколение. Основной способ выполнить долг лояльности своей семье (долг ребенка родителям за заботу и воспитание) – это дать заботу и воспитание собственным детям. Проблема возникает, когда имеет место парентификация или инверсионное понимание долга лояльности, выражающееся в обмене ролями, когда дети символически становятся родителями своим родителям. Концепции парентификации и справедливости связаны с феноменом «жертвы». А.А. Шутценбергер говорит о том, что

поведение «несчастной жертвы» является выражением пассивной агрессии, возникшей в результате чувства несправедливости. Говоря о проявлениях парентификации, она указывает на ситуации, когда родители стремятся удержать детей возле себя, чтобы получать от них помощь, заботу и поддержку через стратегию «жертвы»: родитель сообщает о том, что многим пожертвовал ради ребенка, соответственно теперь ребенок у него в долгу. Семейная лояльность заставляет детей ощущать свою вину и необходимость вернуть долг. Манипулятивность «жертвенной» стратегии заключается в том, что о «жертве» ребенок не просит, родитель самостоятельно принимает данное решение, а затем стремится обменяться с ребенком ролями, нарушая, таким образом, семейную иерархию и накладывая на ребенка груз ненужной ему ответственности [193, 183]. G.Noriega также отмечает, что сценарии в семье передаются бессознательно и происходит это через скрытые транзакции, игры, проективную идентификацию и перенос [43]. М.Джеймс и Д.Джонгвард описывают наличие семейных сценариев, которые поддерживаются в рамках семьи из поколения в поколение и зачастую содержат разные предписания для мужчин и женщин [120, 104].

Важным признаком наличия сценария является использование игр (манипулятивных паттернов взаимодействия, дающих игроку выигрыш, позволяющий ему на кратковременный период выйти из состояния неблагополучия). С.Карпман говорит о том, что основные роли в любой игре – это жертва, спасатель и преследователь [52] (основные идеи взаимодействия данных ролей представлены в параграфе 1.1.). Acey Choy отмечает, что человек в роли жертвы в теории драматического треугольника действительно чувствует, что страдает, и действует так, как если бы не имел ресурсов для решения проблем, причем эти ресурсы или чье-то вмешательство в ситуацию должны прийти извне. При этом, в отличие от пострадавших от настоящих катастроф, в игровой ситуации нет оснований полагать, что этих ресурсов у человека на самом деле нет [39]. Продолжая исследования сценария жизни, С.Карпман указывает, что и сценарий может быть проанализирован с точки зрения данных трех ролей, однако в отличие от игры, он сложнее, в нем содержится большее количество событий и переключений между ролями [52]. Развивая теорию С.Карпмана, К.Штайнер поддерживает идею, что *роли жертвы, спасателя и преследователя характерны для личности, следующей сценарию*. Личность, следующая сценарию, в детстве получает обширный опыт того, как быть жертвой, а роли спасателя и преследователя усваивает из поведения родителей. Родители вначале ведут себя по отношению к ребенку как преследователи, через запреты и предписания делая его беспомощным, а затем становятся спасателями, делая за ребенка то, что он мог бы делать

сам. Любой сценарий отнимает силы и способность к тому, чтобы любить, думать или испытывать радость, и делает человека беспомощным [192].

К.Штайнер выделяет настоящую жертву как *пострадавшего от насилия* или иных негативных событий, и Жертву как *ролевую позицию* из драматического треугольника. Однако в случае насилия возможны ситуации, когда Жертва в жертве вступает в сговор с насильником (в результате личность игнорирует свои чувства и неприятные ощущения, а также не использует ресурсы для того, чтобы выйти из проблемной ситуации) [192].

Концепты, выдвинутые Э.Берном и К.Штайнером, получили дальнейшее развитие посредством обращения ряда исследователей к нейробиологии (J.R.Allen, W.F.Cornell, J.Stuthridge), что открыло возможность дополнить объяснение механизма действия сценария, а также включить в него невербальные компоненты, отражающие, в том числе, довербальный опыт личности [цит. по 43]. На современном этапе теория сценария жизни разрабатывается в рамках интегративного ТА, в котором концепции разделены на три системы – теорию личности, теорию мотивации и теорию методов. Эго-состояния и сценарий жизни исследуются в рамках теории личности [58].

В интегративном ТА сценарий рассматривается как система, стремящаяся к гомеостазу, саморегулирующаяся и самоподдерживающаяся через взаимодействие связанных подсистем: сценарных убеждений, поведенческих, фантазийных и физиологических (внутренне отмечаемых соматических симптомов) проявлений, подкрепляющего опыта и внутрипсихического процесса подавления чувств и потребностей (см. Рис. 1.1.). Сценарные убеждения личности касаются её самой, других людей и качества жизни и сами по себе не являются патологическими, отражая результат индивидуальной и творческой переработки раннего опыта. Сценарные убеждения – это во многом совладающие, защищающие личность реакции, неосознаваемые объяснения и решения, составляющие единый наполненный смыслом нарратив, выполняющий функции саморегуляции, ориентации, компенсации, защиты и надежной основы для предсказания характера и результата будущих интеракций [58, 59]. Сценарные убеждения содержат под собой подавленные сильные негативные чувства, которые переживал ребенок, и важные потребности во взаимоотношениях, которые не удовлетворялись во время написания сценария. Выделяют восемь таких потребностей: потребность в безопасности и защите в отношениях, потребность в валидации, подтверждении и признании значимости в отношениях с другим, потребность быть принятым другим стабильным и надежным человеком, потребность в признании опыта другим, потребность в самоопределении (когда можно проявить собственную уникальность, и она будет принята другим),

потребность оказывать влияние на другого, потребность встречать инициативу другого и потребность выражать любовь. Сценарные убеждения проявляются через повторяющееся стилизованное поведение, соматические проявления и находят отражение в содержании фантазий личности о себе, других людях или событиях. Личность стремится подтвердить сценарные убеждения, особенно в ситуации стресса или повторного неудовлетворения потребностей в текущих взаимоотношениях. Этому служит подкрепляющий опыт: текущие события, эмоционально значимые воспоминания, включая воспоминания о прежних фантазиях как о реальности. При этом личностью отбираются и сохраняются только те воспоминания, которые поддерживают и доказывают истинность сценарных убеждений, а иной опыт отбрасывается. Это объясняется гомеостатической саморегуляцией сценарной системы и стремлением личности избежать когнитивного диссонанса [58, 59].



Рис. 1.1. Система сценария в подходе интегративного транзактного анализа (M.O'Reilly-Knapp, R.G. Erskine) [59]

Опираясь, в том числе, на идеи ТА, С.П. Гурская предложила понятие программы сценарного поведения, понимая под ней «структурированную совокупность когниций, переживаний и действий, которая обусловливает наличие в жизни личности повторяющихся событий» [118, с. 102]. С.Н. Петросьян называет сценарное поведение рефлекторным [171].

Р.Г. Эрскин указывает на связь негативного сценария с понятием травмы, говоря о схожести трагических сценариев жизни с последствиями психотравмирующего опыта [43]. Исследователи психологической травмы Д.Калшед, П.Левин и др. говорят о нескольких ключевых характеристиках данного феномена, важных для нашего анализа. Во-первых, травматический процесс продолжается и после завершения психотравмирующего события, разворачиваясь в фантазии постоянным повторением. Вторая характеристика тесно связана с первой: пережившие психотравмирующее событие сталкиваются с явлением повторной травматизации, когда не только во внутреннем плане, но и во внешнем мире они вновь и вновь обнаруживают себя в сходных с первоначальной психотравмой жизненных ситуациях, в которых вновь переживают похожую психологическую травму, ретравматизируются. Процесс повторной психотравматизации не подчиняется сознательному контролю человека и движется бессознательной частью психики, предположительно для того, чтобы в конечном итоге преодолеть психотравмирующее событие [126, 149, 152, 184].

Итак, *сценарий жизни* представляет собой неосознаваемый жизненный план, созданный личностью в раннем возрасте в условиях переживания сильных негативных эмоций и неудовлетворения важных психологических потребностей в рамках неблагоприятного семейного воспитания, вносящий серьезные ограничения в доступные личности способы организации жизни, лишающий личность возможности использовать весь широкий спектр эмоциональных реакций и способов поведения, ограничивая подлинную автономию личности и принятие осознанных жизненных решений и выборов. *Сценарное поведение* представляет собой повторяющееся поведение, реализуемое под влиянием действующего сценария, а не основанное на автономном осознанном решении взрослой личности, и подразумевающее частое использование игр. Опираясь на идеи Э.Берна, С.Карпмана, К.Штайнера, ***сценарное поведение «жертвы»*** определяется нами как устойчивое использование человеком игровых паттернов жертвенного поведения и реагирования, т. е. направленных на достижение скрытой психологической цели или на непрямое, скрытое выражение имеющегося чувства/переживания. Сценарное поведение «жертвы» может выступать частью различных типов негативных жизненных сценариев, включая культурные, субкультурные и семейные сценарии.

1.3. Личностные особенности сценарного поведения «жертвы»: ранние дезадаптивные схемы, базисные убеждения личности, межличностная интолерантность к неопределенности, актуальная ригидность

В контексте анализа устойчивого и долгосрочного влияния на личность последствий неблагоприятного опыта развития и их связи с эмоциональными потребностями личности представляется важным рассмотреть теорию Джеффри Янга, основателя схема-терапии – теоретического и прикладного направления в психологии и психотерапии, имеющую доказанную эффективность в работе с различными психопатологиями [177]. Схема-терапия является интегративным подходом, включающим идеи и аспекты теории объектных отношений, теории привязанности, когнитивно-поведенческой психотерапии, экспериенциальной и гештальт-терапии, конструктивистских и психоаналитических школ [128, 174, 197].

В рамках схема-терапевтического подхода предполагается, что существует пять базовых эмоциональных потребностей, универсальных и врожденных, свойственных всем людям (хотя отмечается, что степень выраженности этих потребностей может различаться от человека к человеку): потребность в надежной привязанности к другим (потребность в безопасной, стабильной связи с другими, в принимающем и уважительном отношении); потребность в автономии, самостоятельности/независимости, компетентности и чувстве идентичности; потребность в свободном выражении своих действительных/реальных эмоций и потребностей; потребность в спонтанности и игре; потребность в реалистичных границах/ограничениях и самоконтроле [197].

Дж.Янг и др. связывают психологическое здоровье со способностью человека *удовлетворять данные эмоциональные потребности конструктивным или адаптивным способом*. При этом нарушения в удовлетворении базовых эмоциональных потребностей в раннем возрасте и в процессе взросления в сочетании с определенными свойствами эмоционального темперамента ребенка приводят к формированию ранних дезадаптивных схем (РДС). К факторам, которые способствуют появлению РДС, они относят: токсичную фрустрацию эмоциональных потребностей; чрезмерное количество определенного положительного опыта; насилие, жестокое обращение, психологическую травматизацию; избирательную интериоризацию/идентификацию со значимыми другими [197]. Недавний метаанализ 33 прикладных исследований, направленных на изучение связи между РДС и неблагоприятным детским опытом, показал, что РДС действительно коррелируют с детским опытом насилия и пренебрежения [63]. В результате исследования A.Estévez и др. было выявлено, что РДС выступают посредниками между опытом сексуального насилия в

детском возрасте у женщин и наличием у них дисфункциональных симптомов [44]. Обзор Basso et al. показывает, что РДС у взрослых могут выступать посредниками между стилями воспитания их родителей и образованием у них дисфункциональных симптомов в ходе развития личности [34]. Молдавская исследовательница V.Miron в результате сравнения выраженности РДС у людей с хроническими болезнями и у людей без таковых выявила, что у первой группы показатели выраженности 15 из 18 РДС оказались выше, чем у второй [13]. В работах молдавских исследователей также изучаются и описываются последствия межличностного насилия, пережитого человеком в ходе взросления. Так, A.Cojocaru и V.Panczi выделяют широчайший спектр эмоциональных и социальных последствий, возникающих у подростков, подвергшихся насилию, пренебрежению и жестокому обращению в своих семьях, которые сохраняются и во взрослой жизни: чувство неполноценности, мазохистские установки (поиск и провокация собственных страданий), трудности выбора партнера, сложности исполнения родительской роли, нарушение привязанности и чувства безопасности, изоляция и избегание близости, риск вовлечения в насильственные отношения [5]. N.Rotaru-Sîrbu выявила, что уровень враждебности у женщин, подвергшихся в детстве различного рода насилию, выше по сравнению с женщинами, у которых такого опыта не было [21], у них выше показатели беспокойства, тревоги и дистимии [22], а также у них более высокий уровень самообвинения и обвинения других людей, что может рассматриваться как копинг-стратегия [23]. Другие исследователи, в частности, O.Stamatin и G.Bălan-Scânteie, описывают широкий спектр последствий для развития личности, которые переживают дети, подвергшиеся физическому насилию в своих семьях [26]. В исследованиях A.M. Crâșmaru показано, что у женщин из агрессивной среды снижены показатели эмоционального интеллекта и самоуважения [6]. L.Savca подчеркивает, что любой вид насилия в отношении ребенка негативно влияет на процесс его развития и вызывает расстройства в когнитивной, эмоциональной и поведенческой сферах [24, 25].

РДС представляют собой «саморазрушительные эмоциональные и когнитивные паттерны, которые зарождаются в раннем возрасте человека и повторяются на протяжении всей его жизни» [197, с. 36]. Дж.Янг характеризует РДС как достаточно широкий паттерн, во многом дисфункциональный, включающий в себя когниции, эмоции, телесные ощущения и воспоминания, который затрагивает и отношения человека с самим собой, так и его отношения с другими. РДС формируются в детстве или подростковом возрасте, но развиваются в течение всей жизни. РДС достаточно устойчивы, они обладают свойством поддерживаться и самовоспроизводиться [197].

На этом этапе рассмотрения идеи ранних дезадаптивных схем уже можно подчеркнуть их многочисленные сходства с идеей жизненного сценария, о котором шла речь выше. К схожим характеристикам РДС и системы жизненного сценария можно отнести следующие аспекты: 1) формируются в сензитивном возрасте – детском и подростковом; 2) содержат представления и убеждения человека о себе и о других; 3) включают в себя воспоминания, эмоции и чувства, телесные ощущения; 4) имеют в основе подавленные эмоциональные потребности/нарушение удовлетворения эмоциональных потребностей; 5) становятся основой для прогнозирования будущего и фантазирования; 6) самоподкрепляются и являются устойчивыми в течение жизни. При этом поведение является частью сценарной системы (как это определяется в ТА), но не является частью РДС. В схема-терапии дезадаптивное поведение человека является реакцией на РДС, но не частью ранней дезадаптивной схемы, т. к. люди с одними и теми же РДС могут избирать разные поведенческие стратегии в ответ на влияние РДС. К.Штайнер также подчеркивал *схожесть жизненного сценария и теории о РДС*: по его мнению, концепт РДС разделяет идею о наличии у людей «ожиданий, которые руководят их жизнью» [43, с. 213]. РДС позволяют человеку осмысленно интерпретировать свой опыт и могут быть переструктурированы, однако транзактный анализ шире понимает власть и взаимодействия, что используются в понимании и психотерапии этих ожиданий [43].

Продолжая рассмотрение концепции РДС, следует отметить, что, согласно Дж.Янгу, нарушение разных базовых эмоциональных потребностей приводит к формированию разных РДС (Приложение 1). *Первый домен* «Нарушение связи и отвержение» предполагает нарушение базовой эмоциональной потребности в безопасной привязанности с другими и включает в себя пять РДС: «Покинутость/Нестабильность», «Эмоциональная депривированность», «Недоверие/Ожидание жестокого обращения», «Дефективность/Стыдливость» и «Социальная отчужденность». *Второй домен* «Нарушение автономии и эффективности» связан с нарушением базовой эмоциональной потребности в автономии, компетентности и чувстве идентичности и включает в себя четыре РДС: «Зависимость/Беспомощность», «Уязвимость», «Запутанность/Неразвитая идентичность», «Неуспешность». *Третий домен* «Нарушение границ» связан с нарушением базовой эмоциональной потребности в реалистичных границах и самоконтроле и включает в себя две РДС: «Привилегированность/Грандиозность» и «Недостаточность самоконтроля». *Четвертый домен* «Направленность/ориентация на других» связан с нарушением базовой эмоциональной потребности в свободном выражении собственных реальных потребностей и эмоций и включает в себя три РДС:

«Покорность», «Самопожертвование», «Поиск одобрения». *Пятый домен* «Сверхбдительность и подавление эмоций» связан с нарушением базовой эмоциональной потребности в спонтанности и игре, включает четыре РДС: «Негативизм/Пессимизм», «Подавленность эмоций», «Пунитивность» и «Жесткие стандарты/Придирчивость» [128, 197]. Позднее в дополнение к РДС были разработаны 14 позитивных схем [54].

Согласно Дж.Янгу и др., ранние дезадаптивные схемы могут быть условными и безусловными. Безусловные схемы (13 РДС из 18) представляют собой для личности некоторые данности, нечто (например, представление о себе как о том, кто не заслуживает любви и хорошего к себе отношения), что нельзя изменить никоим образом. Условные схемы (5 РДС из 18: «Покорность», «Самопожертвование», «Поиск одобрения», «Подавленность эмоций» и «Жесткие стандарты/Придирчивость») дают личности возможность влиять на результат, надежду на преодоление влияния безусловных РДС. Однако подчеркивается, что невозможно всегда полностью следовать условным РДС, а когда человек от них отступает, то снова сталкивается с убеждением/ощущением, продиктованным безусловной РДС [197].

РДС функционируют и проявляются в *режимах* – изменчивых состояниях, характеризующихся определенным содержанием (эмоциями, когнициями, воспоминаниями, телесными ощущениями), в которых человек пребывает в тот или иной момент времени. Режимы запускаются триггерами – ситуациями, к которым у человека в силу прошлого негативного опыта развилась повышенная чувствительность. Дж.Янг характеризует режимы как проявления диссоциативного состояния: каждый режим представляет собой некоторую часть личности, которая отделена от остальных частей. Выделяются функциональные и дисфункциональные режимы, объединенные в четыре группы: детские режимы (режим Уязвимого Ребенка, режим Рассерженного/Импульсивного Ребенка, режим Счастливого Ребенка); дезадаптивные копинговые режимы (режимы капитуляции, избегания и гиперкомпенсации); дисфункциональные родительские режимы (режим Требовательного Родителя, режим Внушающего Вину Родителя, режим Карающего Родителя); режим Здорового Взрослого. При дальнейшем развитии модели режимов были выделены и описаны дополнительные режимы (18 схема-режимов вместо 10 изначальных) [106]. D.P. Bernstein создал также четырёхфакторную модель Здорового Взрослого, включающую перечисление и описание 16 сильных сторон этого режима [198].

В данном случае можно также отметить сходства подходов ТА и схема-терапии. Во-первых, схожесть концепций режимов и эго-состояний и подбор понятных клиентам

наименований для этих состояний. Во-вторых, оба подхода имеют целью укрепить режим Здорового Взрослого (эго-состояние Взрослого в ТА), обучить человека адаптивному удовлетворению потребностей, искренности вместо игр, прямой коммуникации в противовес отказу от потребностей. Предположительно *сценарий жизни может быть исследован и концептуализирован и через термины схема-терапевтического подхода*, что может открывать дополнительные возможности его изменения. Еще одна точка пересечения концепций о сценарии жизни и РДС основана на возможностях передачи последних от родителей к детям. Исследование Z.Zeynel и T.Uzer показало, что РДС могут быть переданы трансгенерационно: РДС у матерей из домена 1 «Нарушение связи и отвержение» предсказывали РДС у их детей в том же домене [88]. В исследовании J.Sundag et al. было выявлено, что РДС родителей связаны с РДС у их взрослых детей, что может предварительно доказывать передачу РДС из поколения в поколение [80].

Опираясь на выявленные сходства в том, как транзактный анализ и схема-терапия рассматривают организацию раннего неблагоприятного опыта человека (негативные жизненные сценарии, ранние дезадаптивные схемы), а также на причины и механизмы, лежащие в основе такой организации, можно предположить, что сценарное поведение «жертвы» может быть взаимосвязано с наличием у человека РДС, а также что разные типы сценарного поведения «жертвы» могут быть связаны с разными РДС.

Как упоминалось в параграфе 1.2., Р.Г. Эрскин отметил связь негативного сценария жизни с психологической травматизацией [43]. Дж.Янг и др. указывают, что один из типов жизненных событий, способствующий формированию РДС, это «травматизация» или «виктимизация», когда дети в своих семьях подвергаются насилию и жестокому обращению [197, с. 39]. Кроме того, в обоих подходах обозначается *воспроизводимость* и *повторяемость*: человек стремится подтвердить свой сценарий жизни [43], личность, действуя под влиянием РДС, может воспроизводить во взрослой жизни ранний опыт, который оказал на нее сильное негативное воздействие в прошлом [197]. Идея связи психологической травматизации и использования игровой роли жертвы высказывается также М.А. Одинцовой [164]. На основе этого можно предположить, что психологическая травматизация, если она имела место в раннем опыте, может повторяться и в более позднем возрасте, включая взрослый. Исследовательницы психической травмы М.А. Падун и А.В. Котельникова, которые опираясь на концепцию базисных убеждений Р.Янофф-Бульман, апробировали созданную на её основе методику «Шкала базисных убеждений», описывают основные идеи концепции базисных убеждений, согласно которой уже с первого года жизни ребенок, взаимодействуя со значимым взрослым,

стремится структурировать свой опыт. Так у личности закладываются базисные убеждения о том, насколько окружающий мир доброжелателен и справедлив, а собственное Я – ценное и значимое (сюда включаются идеи о себе как о человеке, достойном любви, способном контролировать происходящие с ним события и удачливом). Позитивные базисные убеждения формируют у человека чувство безопасности. Однако психические травмы нарушают базисные убеждения, переводя их на негативный полюс и нарушая чувство безопасности человека [169]. В этой связи можно предположить, что люди со сценарным поведением «жертвы» могут иметь нарушения *чувства безопасности*, выражающиеся в негативных *базисных убеждениях* об окружающем мире и о самих себе. Выявление взаимосвязи между наличием у человека сценарного поведения «жертвы» и негативных базисных убеждений позволит уточнить и дополнить характеристики данного сценарного поведения, сделать предварительные выводы о подтверждении идей о психологической травматизации как факторе, сопровождающем это сценарное поведение, обозначить мишени психологических интервенций, направленных на изменение сценарного поведения «жертвы».

Как система сценария жизни, так и ранние дезадаптивные схемы представляют собой устойчивые паттерны, сохраняющиеся, развивающиеся и самоподтверждающиеся в течение жизни. Представителями обоих подходов отмечается, что люди стремятся подтвердить свои сценарные убеждения, отбрасывая тот опыт, который с ними не согласуется [43]. Люди также стремятся подтвердить то, что сообщают им их сформированные РДС, отвергая или не принимая во внимание, не интернализируя отличающийся от них опыт [197]. В некоторых исследованиях жестокое обращение в детстве связывается с психологической негибкостью, т. к. такой опыт побуждает человека скорее к избеганию эмоциональных переживаний, нежели к их принятию [35, 55, 60]. Fischer и др. также выдвинули предположение о том, что некоторые РДС и психологическая негибкость могут иметь схожие источники в опыте взросления человека, а также, образовавшись, могут взаимодействовать между собой, оказывая друг на друга влияние [45]. В связи с этим можно предположить, что людям с наличием комплекса устойчивых жертвенных способов реагирования может быть свойственна *ригидность*. Ригидность представляет собой личностное свойство, проявляющееся на поведенческом уровне в выраженных трудностях или неспособности при объективной необходимости изменить свое мнение, отношение, установку, мотивы, привычное поведение и т. п. [124]. Предположительно, ригидность, как свойство личности, может выступать и как фактор риска в контексте формирования устойчивых жертвенных способов реагирования (и РДС),

и как последствие их влияния. Выявление взаимосвязи между сценарным поведением «жертвы» и ригидностью может дополнить картину личностных особенностей человека со сценарным поведением «жертвы», а также служить важной информацией для процесса осуществления психологических интервенций, направленных на изменение сценарного поведения «жертвы», и оценки их результатов.

Сценарное поведение «жертвы» проявляется во взаимодействиях с другими людьми. О.О. Андронникова, описывая жертвенную позицию личности, включает в неё стремление человека с такой позицией к контролю, а также отмечает, что наличие у человека ригидных форм социального реагирования выступает фактором риска виктимизации [93]. М.А. Одинцова выделяет такую функцию установки «жертвы», как формирование сценариев – паттернов поведения в неопределённых ситуациях [167], т. е. «жертва» как защита от ситуации неопределённости. Опираясь также на описанные уже характеристики сценарной системы и РДС, а именно – на их устойчивость и повторяемость, а также на положения обоих подходов, касающиеся того, что и сценарная система, и РДС, влияя, ограничивают спектр возможных эмоциональных и поведенческих способов реагирования, доступных человеку, можно выдвинуть предположение о том, что люди с наличием комплекса устойчивых жертвенных способов реагирования могут иметь и повышенный уровень интолерантности к неопределенности в ситуациях межличностного взаимодействия. *Межличностная интолерантность к неопределённости* представляет собой личностное свойство, проявляющееся в стремлении к ясности и контролю в межличностных отношениях, а также в переживании дискомфорта в случае неопределенности отношений с другими [147]. Выявление взаимосвязанности между сценарным поведением «жертвы» и МИТН дополнит картину личностных особенностей человека со сценарным поведением «жертвы», а также будет являться важной информацией для осуществления психологических интервенций, направленных на изменение сценарного поведения «жертвы».

Итак, опираясь на проанализированные концепции, на следующем этапе исследования важно уточнить особенности взаимосвязи наличия у человека сценарного поведения «жертвы» с выраженностью у него РДС, нарушением чувства безопасности (что проявится в негативных базисных убеждениях), актуальной ригидностью и МИТН. Такое изучение позволит описать личностные особенности сценарного поведения «жертвы» и обобщить данные с целью обоснования программы психологических интервенций, направленных на изменение сценарного поведения «жертвы».

1.4. Выводы к главе 1

Феномен «жертвы» в психологии является комплексным явлением, в которое могут быть включены различные смыслы.

Жертвенные паттерны поведения и реагирования как стратегия межличностного взаимодействия широко исследуются транзактноаналитическим подходом в рамках изучения игр и сценария жизни. *Сценарное поведение «жертвы»* представляет собой устойчивое использование человеком игровых паттернов жертвенного поведения и реагирования, то есть направленных на достижение скрытой психологической цели или на непрямое, скрытое выражение имеющегося чувства/переживания. Такое поведение может быть частью различных типов негативных жизненных сценариев, включая культурные, субкультурные и семейные сценарии.

Система жизненного сценария и характеристики ранних дезадаптивных схем схожи в том, что касается сензитивного возраста их формирования (детский и подростковый), их содержания (убеждения о себе и других, воспоминания, эмоции и переживания, телесные ощущения), опыта нарушения эмоциональных потребностей как их основного источника, их характеристик устойчивости и самоподкрепления, возможности их межпоколенной передачи, а также их влияния на жизнь человека как основы для прогнозирования собственного будущего. Различием является включение в систему жизненного сценария поведения человека, которое не является частью ранних дезадаптивных схем. Опираясь на ряд выявленных сходств подходов транзактного анализа и схема-терапии в том, что касается организации раннего опыта, и на мнение Клода Штайнера о схожести концептов сценария жизни и ранних дезадаптивных схем, предполагаем, что сценарное поведение «жертвы» может быть исследовано и концептуализировано через его взаимосвязь с ранними дезадаптивными схемами.

Опираясь на проведенный теоретический анализ, можно предположить, что сценарное поведение «жертвы» может быть взаимосвязано с нарушением здорового чувства безопасности как признака возможной психологической травматизации, с актуальной ригидностью и межличностной интолерантностью к неопределенности – особенностями, важными в контексте планирования, организации и проведения интервенций, направленных на изменение сценарного поведения «жертвы».

2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ЛИЧНОСТНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ СЦЕНАРНОГО ПОВЕДЕНИЯ «ЖЕРТВЫ»

2.1. Методология экспериментального исследования

Планирование и организация эмпирического исследования сценарного поведения «жертвы» основывались на теоретических концепциях, рассмотренных в Главе 1.

Цель экспериментального исследования: изучить гендерные, возрастные и личностные особенности сценарного поведения «жертвы». Планирование и организация констатирующего эксперимента строились на следующих ***гипотезах исследования***:

– Сценарное поведение «жертвы» имеет возрастные и гендерные особенности;

– Существует взаимосвязь между сценарным поведением «жертвы» и ранними дезадаптивными схемами, базисными убеждениями личности, составляющими чувство безопасности, межличностной интолерантностью к неопределенности и актуальной ригидностью;

– Разные типы жертвенной реализации и разные степени жертвенности характеризуются различной картиной личностных особенностей.

В связи с указанной целью и гипотезами исследования, были поставлены следующие ***задачи прикладного исследования***:

1. Определить психодиагностические инструменты и критерии формирования экспериментальной выборки респондентов, соответствующие цели и гипотезам исследования;
2. Провести экспериментальное исследование личностных особенностей сценарного поведения «жертвы» в выборке респондентов исследования;
3. Провести анализ полученных данных для выявления возрастных и гендерных особенностей сценарного поведения «жертвы»;
4. Провести анализ полученных данных для выявления взаимосвязей сценарного поведения «жертвы» и ранних дезадаптивных схем, базисных убеждений личности, составляющих чувство безопасности, межличностной интолерантностью к неопределенности и актуальной ригидностью;
5. Провести анализ полученных данных для определения личностных особенностей разных типов жертвенной реализации и разных степеней жертвенности;
6. Сформулировать опорные идеи для организации и проведения формирующего эксперимента на следующем этапе исследования.

Таким образом, имели место следующие ***этапы исследования***:

I этап включал в себя анализ теоретических и прикладных подходов к экспериментальному исследованию феномена «жертвы» в целом и его аспекта – устойчивых жертвенных паттернов реагирования как последствия переживания неблагоприятного опыта межличностного взаимодействия в ходе взросления. Далее был осуществлен подбор психодиагностических инструментов и критериев формирования экспериментальной выборки респондентов, соответствующих цели, гипотезам и задачам исследования.

II этап представлял собой экспериментальное психодиагностическое исследование личностных особенностей сценарного поведения «жертвы». Для этого были использованы следующие *психодиагностические инструменты*:

1) *Тест жертвенной позиции личности* (автор О.О. Андронникова) [93]. Данный инструмент был применен для психодиагностики устойчивых жертвенных паттернов реагирования, представляющих основное содержание сценарного поведения «жертвы». Тест содержит 36 утверждений, на которые необходимо ответить «Да» или «Нет», стандартную инструкцию и ключ. Предполагает выявление шести параметров жертвенной позиции личности: «жертвенная любовь», «жертва как наказание других», «жертвенность как наказание себя», «смешанный тип жертвенности», «тип ролевой жертвы», «общая степень жертвенности» (обобщенный показатель выраженности жертвенной позиции личности). Каждое тестовое утверждение относится к одной из трех категорий: «мысли», «чувства», «поведение», что соотносится с тремя компонентами жизненной позиции личности (когнитивная, эмоциональная, поведенческая). Утверждения опросника приведены в Приложении 2.

2) *Опросник ранних дезадаптивных схем* (автор Дж. Янг, в адаптации П.М. Касьяника и Е.В. Романовой) [128]. Опросник основан на концепциях, разработанных в схема-терапии Дж. Янгом, и направлен на выявление ранних дезадаптивных схем. Опросник содержит 90 утверждений [Приложение 3], каждое из которых респонденты оценивают по 6-балльной шкале Лайкерта. Каждое из утверждений относится к одной из 18 ранних дезадаптивных схем («Покинутость/Нестабильность», «Эмоциональная депривированность», «Недоверие/Ожидание жестокого обращения», «Дефективность/ Стыдливость», «Социальная отчужденность», «Зависимость/ Беспомощность», «Уязвимость», «Запутанность/Неразвитая идентичность», «Неуспешность», «Привилегированность/Грандиозность», «Недостаточность самоконтроля», «Покорность», «Самопожертвование», «Поиск одобрения», «Негативизм/Пессимизм», «Подавленность

эмоций», «Жесткие стандарты/Придирчивость», «Пунитивность»), каждая из которых, в свою очередь, включается в тот или иной домен в соответствии с нарушением одной из пяти основных базовых эмоциональных потребностей, описанных Дж. Янгом (домен I «Нарушение связи и отвержение», домен II «Нарушение автономии и эффективности», домен III «Нарушение границ», домен IV «Направленность/ориентация на других», домен V «Сверхбдительность и подавление эмоций»).

3) *Шкала базисных убеждений* (автор Р.Янофф-Бульман, в модификации М.А. Падун и А.В. Котельниковой) [169]. Опросник разработан в рамках когнитивной концепции базисных убеждений личности Р.Янофф-Бульман. Методика содержит 37 утверждений [Приложение 4], каждое из которых предполагается оценить по 6-балльной шкале Лайкерта. Все утверждения распределяются по пяти шкалам, которые отражают три категории базисных убеждений, составляющих чувство безопасности личности:

- базисное убеждение о доброжелательности окружающего мира;
- базисное убеждение о справедливости окружающего мира;
- базисное убеждение о ценности и значимости собственного Я;
- базисное убеждение об удаче;
- базисное убеждение о контроле.

4) *Шкала межличностной интолерантности к неопределенности* (из методики Новый опросник толерантности к неопределенности, в модификации Т.В. Корниловой) [147]. Шкала включает в себя восемь утверждений [Приложение 5], с каждым из которых необходимо отметить степень своего согласия или несогласия (по 7-балльной шкале Лайкерта).

5) *Субшкала актуальной ригидности* (из методики Томский опросник ригидности, автор Г.В. Залевский) [124]. Субшкала актуальной ригидности содержит 18 утверждений [Приложение 6], с которыми следует выразить степень своего согласия, пользуясь 4-балльной шкалой.

Процедура исследования для респондентов представляла собой заполнение указанных выше диагностических опросников в очном или онлайн формате. Перед процедурой исследования респондентам сообщалась информация об исследовании и предлагалось изучить информированное согласие на участие в исследовании [Приложение 7]. Информированное согласие включало в себя общую информацию об исследовании, описание процедуры исследования, описание возможных рисков и пользы от участия для респондентов, в нем подчеркивались также принципы добровольности участия и

конфиденциальности данных. Участники также могли указать, что хотели бы получить свои индивидуальные результаты заполнения диагностических опросников. Результаты были предоставлены тем, кто выразил такое желание, это было технически возможно. Использование информированного согласия и прозрачная процедура участия в исследовании отвечает этическим принципам проведения психологического исследования. Кроме того, это соответствует принципу контрактной основы психологической работы, принятому в транзактноаналитическом подходе [120].

Экспериментальная выборка респондентов составила 268 человек в возрасте от 18 до 57 лет (M=27,98, SD=8,825), 163 женщины и 105 мужчин. В экспериментальную выборку также была включена специальная категория респондентов: 15 мужчин, находившихся на момент исследования в пенитенциарном учреждении за совершение правонарушений различной степени тяжести и проходивших там же реабилитацию от зависимости от психоактивных веществ.

III этап представлял собой статистический анализ с применением следующих основных статистических методов в программе IBM SPSS Statistics 20: t-критерий Стьюдента, U-критерий Манна-Уитни, H-критерий Краскела-Уоллеса, коэффициенты корреляции Пирсона и Спирмена, критерий независимости хи-квадрат, линейная регрессия, кластерный анализ, с последующей интерпретацией данных и формулированием опорных идей для проведения формирующего эксперимента.

2.2. Личностные особенности сценарного поведения «жертвы» в результатах экспериментального исследования

2.2.1. Жертвенная позиция личности: общие результаты

Общая степень жертвенности – это переменная, показывающая общий уровень выраженности проявлений жертвенной позиции личности. В нашей выборке (см. Рис. 2.1.) наибольшее количество респондентов (203 респондента, 75,75%) имели среднюю степень по этому показателю, меньше респондентов (38 респондентов, 14,18%) имели низкий уровень. Высокую степень общей степени жертвенности в нашей выборке имели 27 человек, или 10,07%. Распределение данных по этой переменной соответствует нормальному. Жертвенная позиция личности отражает содержание сценарного поведения «жертвы», а проявленным сценарным поведением «жертвы» мы считаем:

- *среднюю степень* выраженности жертвенной позиции личности, указывающую на периодическое, но при этом регулярное и достаточно устойчивое использование жертвенных паттернов;
- *высокую степень* выраженности жертвенной позиции личности, указывающую на частое и устойчивое использование жертвенных паттернов.

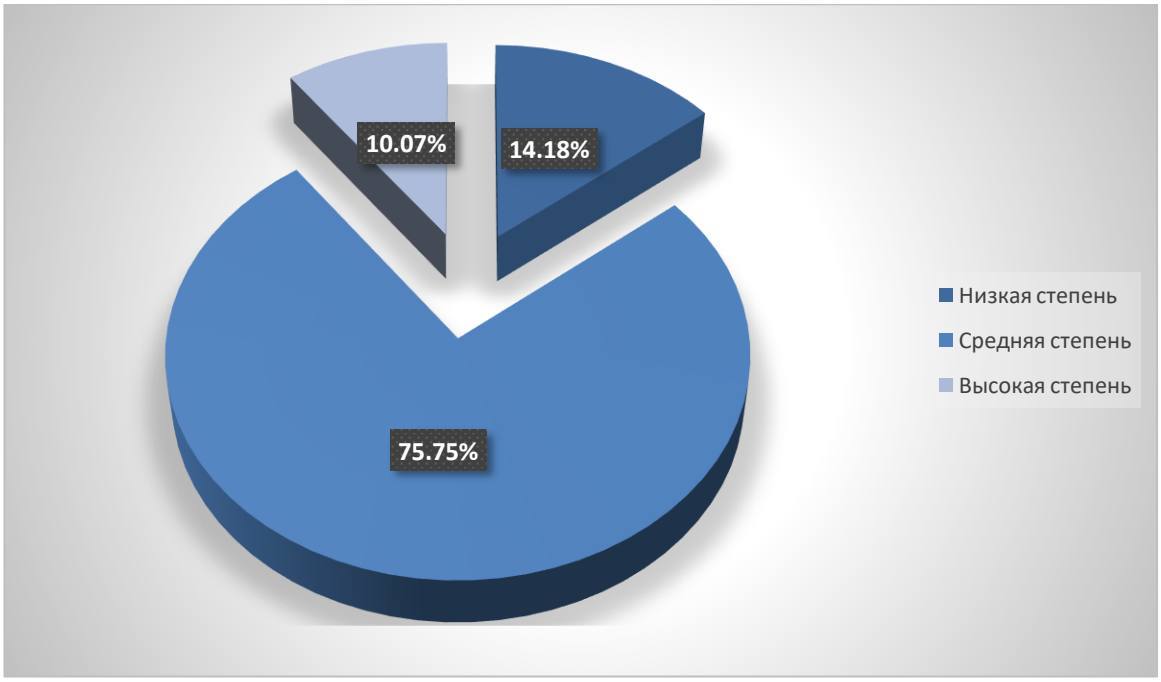


Рис. 2.1. Показатели степени жертвенности в выборке респондентов

Распределение компонент жертвенной позиции личности – когнитивной («мысли»), эмоциональной («чувства») и поведенческой («поведение») – внутри показателя общей степени жертвенности является неоднородным. Так, когнитивная компонента составляет лишь 25,18% от общего показателя, тогда как эмоциональная и поведенческая компоненты имеют практически равный вклад в общий показатель – 37,5% и 37,32% соответственно (см. Рис. 2.2.). Т. о., что жертвенная позиция проявляется в большей степени через переживание человеком спектра эмоций и чувств и через следование паттернам поведения, характерным для жертвенной позиции личности, и в меньшей степени через соответствующие мысли и убеждения. Результаты согласуются с идеями ТА о том, что жертва как роль в игре основным содержанием имеет эмоции и поведение.

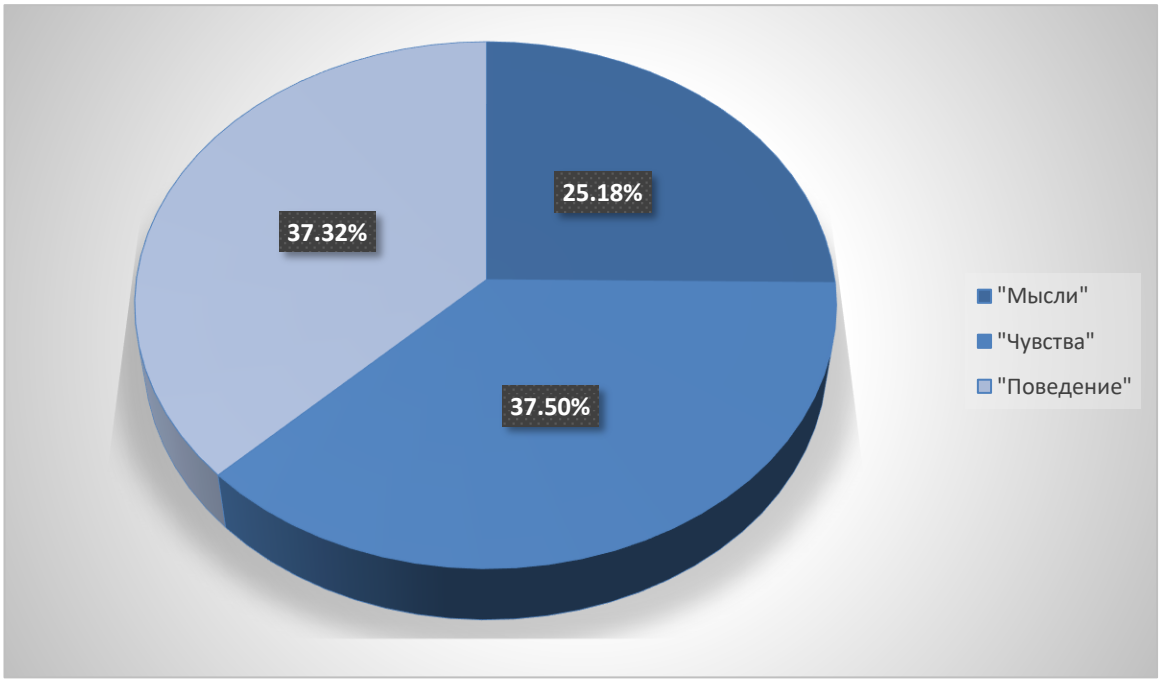


Рис. 2.2. Распределение компонент внутри общего показателя жертвенной позиции личности

При анализировании распределения типов жертвенной реализации внутри общего показателя выраженности жертвенной позиции личности установлено, что наиболее проявленным оказался тип «жертвенная любовь» (34,07%), примерно одинаково распределены типы «жертва как наказание себя» (24,05%) и «жертвенность как наказание себя» (26,06%), а наименее выраженным был «тип ролевой жертвы» (15,82%) (см. Рис. 2.3.). Полученные результаты могут отражать влияние существующих в обществе культурных и социальных норм, согласно которым выражать любовь через жертвенность (жертвовать ради любимых и близких, ожидать ответной жертвы как проявления любви) и говорить о таком типе жертвенных паттернов может быть более социально одобряемо и социально желательно, нежели говорить о собственных агрессивных импульсах и переживаемом страдании. При этом вероятность того, что именно этот тип жертвенной реализации распространен больше других, также сохраняется.

Параметр «смешанный тип жертвенности» был выявлен у 56 респондентов (20,9%), у остальных этот тип отсутствует (212 респондентов, 79,1%).

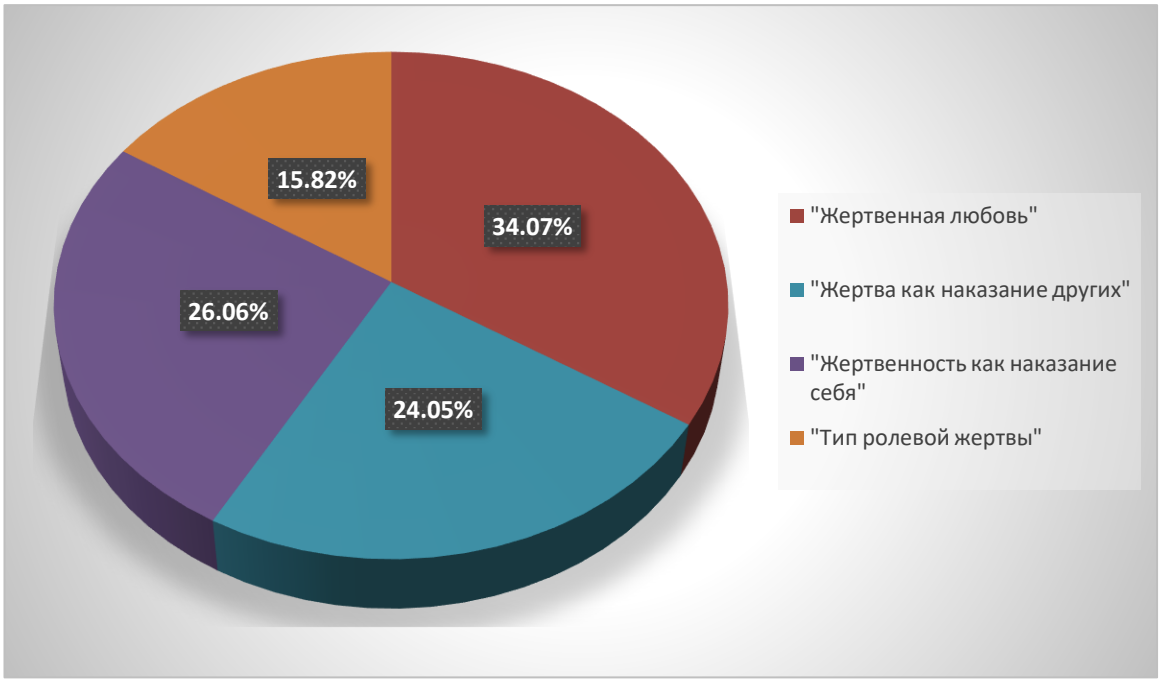


Рис. 2.3. Распределение типов жертвенной реализации внутри общего показателя жертвенной позиции личности

Тип жертвенной реализации «жертвенная любовь» измерялся в баллах от 0 до 9 и в нашей выборке оказался выраженным следующим образом (см. Рис. 2.4.).

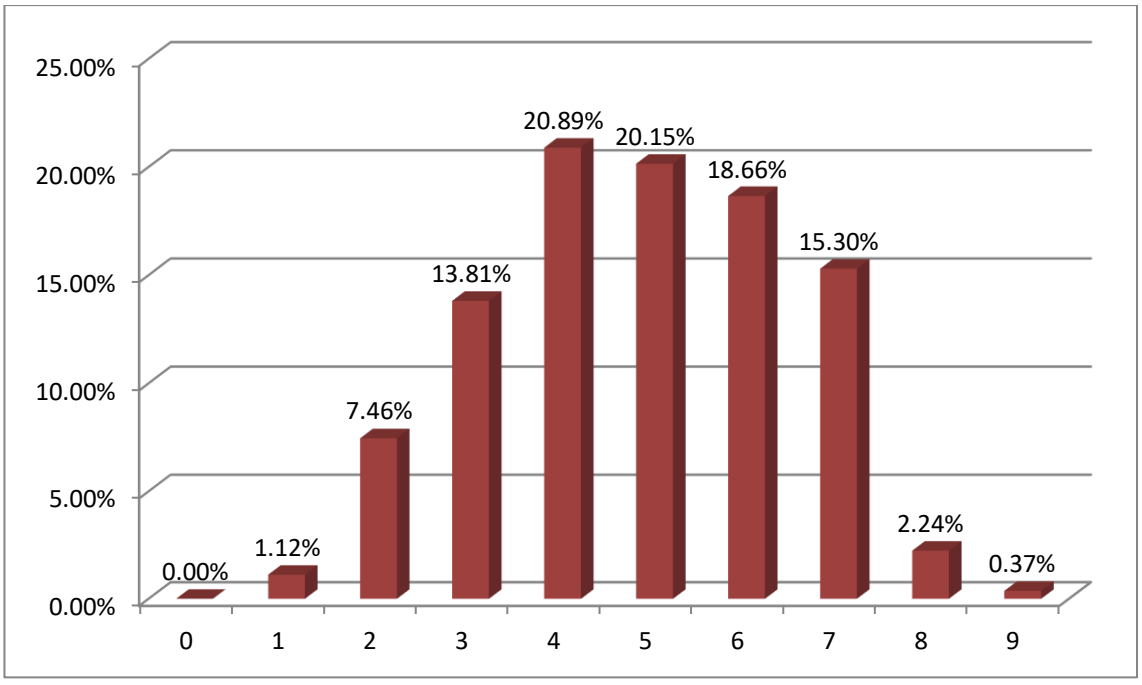


Рис. 2.4. Показатели выраженности типа жертвенной реализации «жертвенная любовь» в выборке респондентов

Большая часть респондентов набрали 4 балла (56 респондентов, 20,89%), 5 баллов (54 респондента, 20,15%), 6 баллов (50 респондентов, 18,66%), 7 баллов (41 респондент, 15,3%); меньше респондентов набрали 3 балла (35 респондентов, 13,36%), 2 балла (20 респондентов, 7,63%), 8 баллов (6 респондентов, 2,24%), 1 балл (3 респондента, 1,12%), 9 баллов (1 респондент, 0,37%) и никто не набрал 0 баллов (0%). Проявленным данный тип может считаться при 4-х и выше баллах [93].

Распределение когнитивной, эмоциональной и поведенческой компонент жертвенной позиции личности внутри показателя типа «жертвенная любовь» показало, что наибольший вклад в него вносит поведенческая компонента – 37,69%, несколько меньший – эмоциональная компонента (34,21%) и в меньшей степени данный тип жертвенной позиции личности проявляется через когнитивную компоненту (28,1%) (см. Рис. 2.5.). Следовательно, люди с выраженным типом «жертвенная любовь» скорее выбирают жертвенные паттерны поведения во взаимоотношениях с близкими для демонстрации любви.

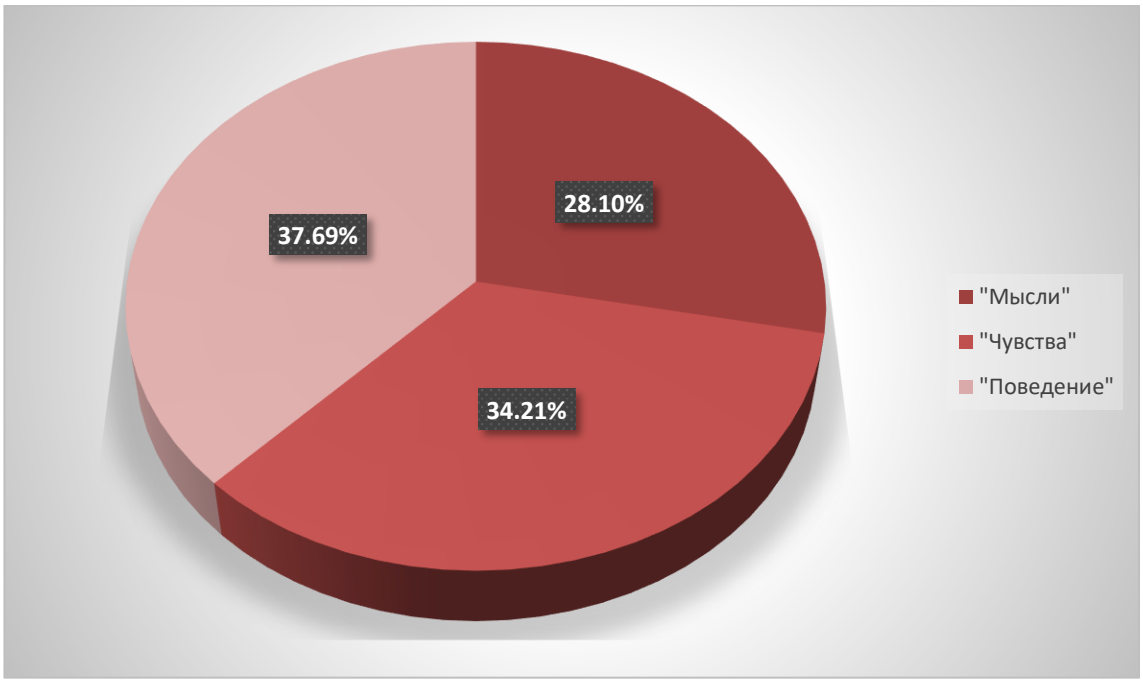


Рис. 2.5. Распределение компонент внутри общего показателя выраженности типа «жертвенная любовь»

Тип жертвенной реализации «жертва как наказание других» измерялся в баллах от 0 до 9 и в нашей выборке оказался представлен следующим образом (см. Рис. 2.6.): больше всего респондентов набрали 2 балла (61 респондент, 22,76%), 3 балла (50

респондентов, 18,66%), 4 балла (44 респондента, 16,42%), 5 баллов (38 респондентов, 14,18%), 1 балл (24 респондента, 8,96%); меньшая часть респондентов набрали 6 баллов (18 респондентов, 6,72%), 0 баллов (14 респондентов, 5,22%), 7 баллов (12 респондентов, 4,48%), 8 баллов (5 респондентов, 1,86%) и 9 баллов (2 респондента, 0,74%). Проявленным этот тип может считаться при 3-х и выше баллах [93]. Данный тип распределяется иначе, чем тип «жертвенная любовь», с тенденцией иметь более частую выраженность на пониженных баллах, что отчасти может быть связано с социальной желательностью ответов, в связи с которой респонденты могли быть склонны скорее скрывать мысли, чувства или поведение, связанные с агрессией в отношении других людей.

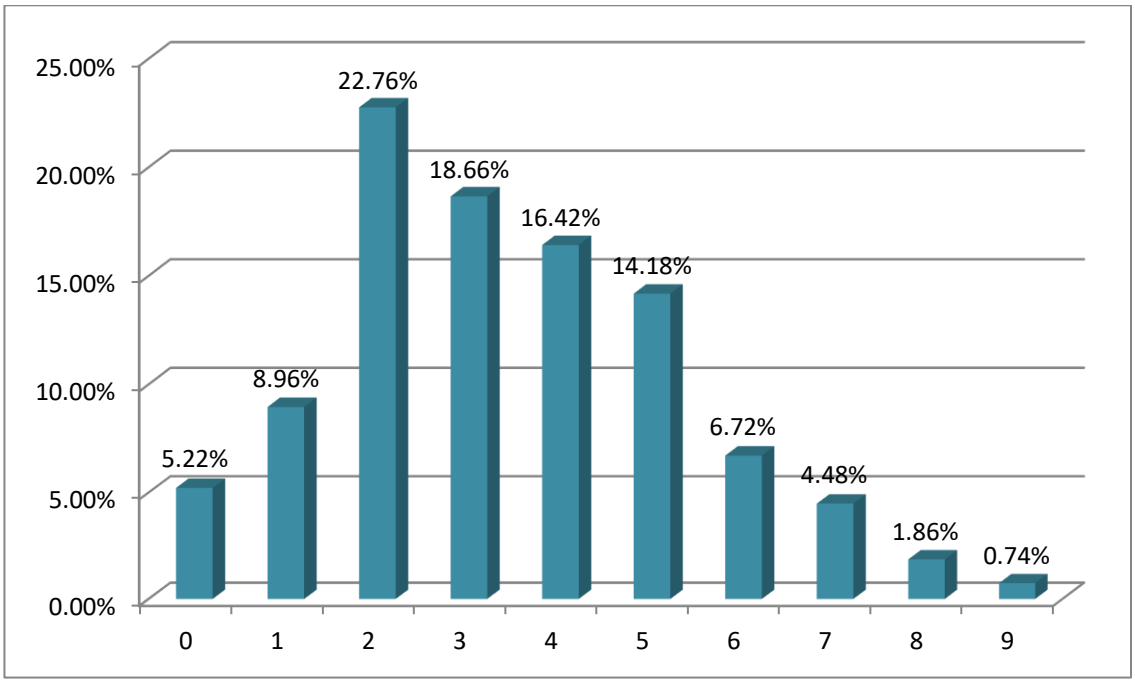


Рис. 2.6. Показатели выраженности типа жертвенной реализации «жертва как наказание других» в выборке респондентов

Распределение когнитивной, эмоциональной и поведенческой компонент жертвенной позиции личности внутри показателя типа «жертва как наказание других» показало, что наибольший вклад в него вносит эмоциональная компонента («чувства»), доля которой составила 46,82%. Несколько меньший вклад вносит поведенческая компонента (36,07%), и наименьший вклад вносится когнитивной компонентой («мысли») – 17,11% (см. Рис. 2.7.). Полученный результат позволяет предположить, что люди с этим выраженным типом проявления жертвенной позиции личности скорее склонны часто переживать гнев в отношении окружающих и выражать его скорее непрямым образом (т.

е., не обозначая вербально свои истинные чувства и их истинные причины). Когнитивная компонента («мысли») в показателях типа «жертва как наказание других» оказалась выражена в наименьшей степени по сравнению с выраженностью когнитивной компоненты в типах «жертвенная любовь» (28,1%), «жертвенность как наказание себя» (26,82%) и «тип ролевой жертвы» (28,33%). Это может указывать на то, что люди с этим выраженным типом с меньшей вероятностью склонны обдумывать причины таких своих жертвенных эмоциональных переживаний и паттернов поведения, скорее реагируя на происходящее эмоционально и поведенчески.

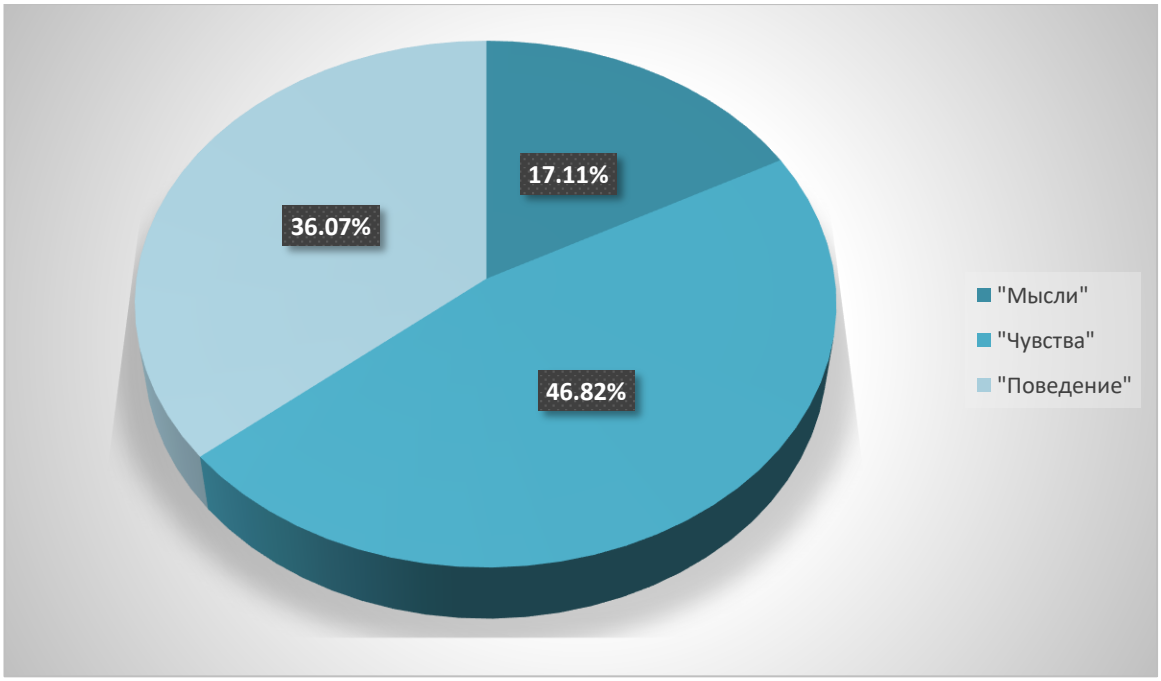


Рис. 2.7. Распределение компонент внутри общего показателя выраженности типа «жертва как наказание других»

Тип жертвенной реализации «жертвенность как наказание себя» измерялся в баллах от 0 до 9 и в нашей выборке представлен следующим образом (см. Рис. 2.8.): больше всего респондентов набрали 3 балла (49 респондентов, 18,29%), 4 и 5 баллов (по 46 респондентов, по 17,16%), 2 балла (35 респондентов, 13,06%), 1 балл (28 респондентов, 10,45%); меньшая часть респондентов набрали 6 баллов (23 респондента, 8,58%), 7 баллов (17 респондентов, 6,34%), 0 баллов (15 респондентов, 5,60%), 8 баллов (9 респондентов, 3,36%) и никто не набрал 9 баллов. Проявленным данный тип может считаться при 2-х и выше баллах [93]. Распределение когнитивной, эмоциональной и поведенческой компонент жертвенной позиции личности внутри показателя типа «жертвенность как

наказание себя» показало, что наибольший вклад в него вносит поведенческая компонента (42,92%), несколько меньший вклад вносится эмоциональной компонентой (30,26%) и наименьший – когнитивной компонентой (26,82%) (см. Рис. 2.9.).

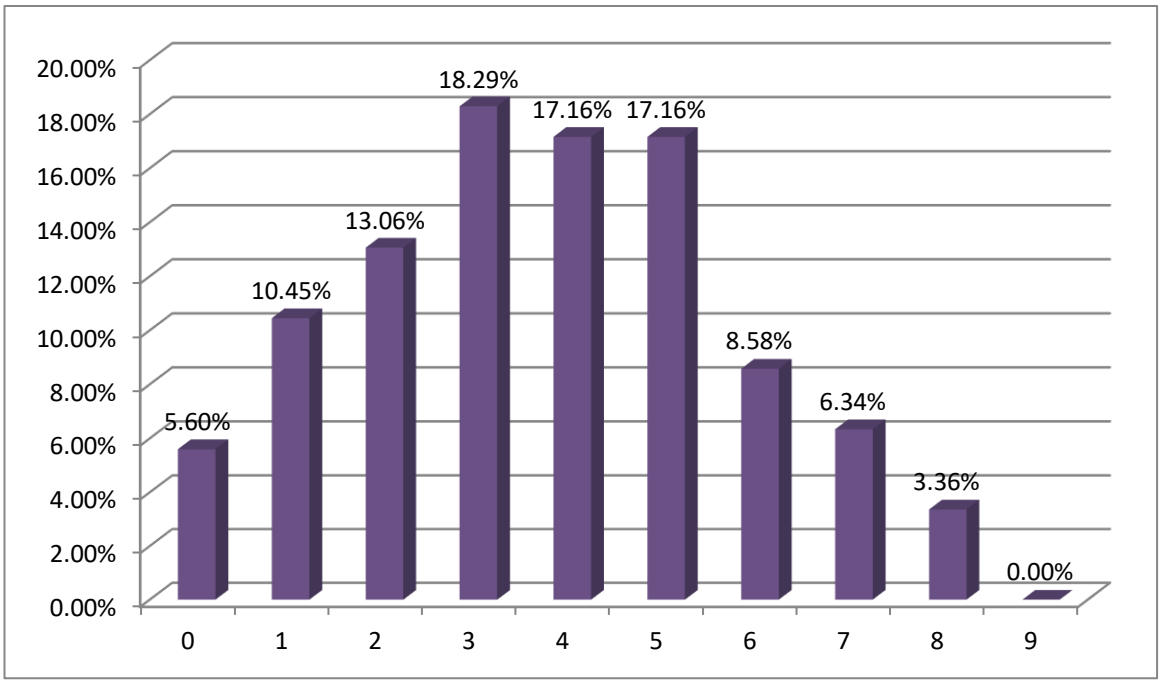


Рис. 2.8. Показатели выраженности типа жертвенной реализации «жертвенность как наказание себя» в выборке респондентов

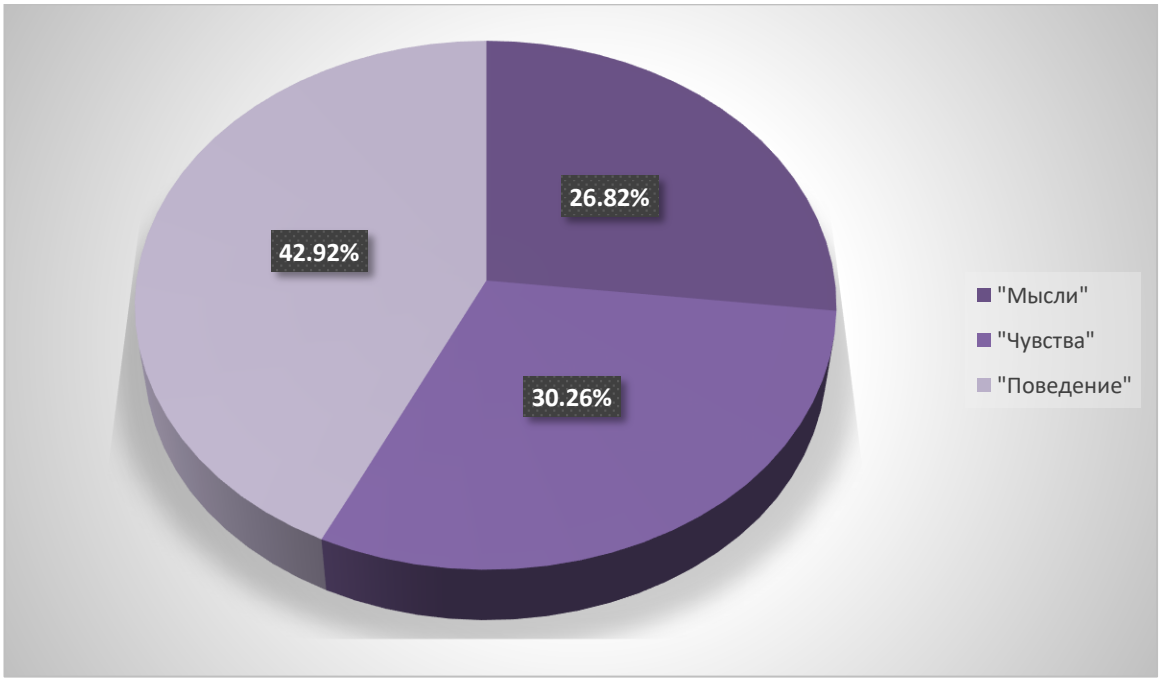


Рис. 2.9. Распределение компонент внутри общего показателя выраженности типа «жертвенность как наказание себя»

Данные показатели могут указывать на то, что люди с этим выраженным типом скорее будут склонны действовать в пользу других и в ущерб себе, игнорируя/не удовлетворяя должным образом свои психоэмоциональные, физиологические и иные потребности или нанося вред своему физическому и/или психоэмоциональному благополучию (например, потребляя психоактивные вещества).

Тип жертвенной реализации «тип ролевой жертвы» измерялся в баллах от 0 до 9 и в нашей выборке представлен следующим образом (см. Рис. 2.10.): больше всего респондентов набрали 2 балла (78 респондентов, 29,10%), 1 балл (66 респондентов, 24,63%), 3 балла (45 респондентов, 16,79%), 0 баллов (29 респондентов, 10,82%), 4 балла (28 респондентов, 10,45%); меньшая часть респондентов набрали 5 и 6 баллов (по 8 респондентов, по 2,99%), 7 баллов (5 респондентов, 1,86%), 8 баллов (1 респондент, 0,37%) и никто не набрал 9 баллов. Проявленным этот тип может считаться при 2-х и выше баллах [93]. Можно отметить, что в показателях этого типа также преобладают пониженные баллы, что может объясняться как социальной желательностью ответов, так и в целом меньшей распространенностью этого типа жертвенной реализации.

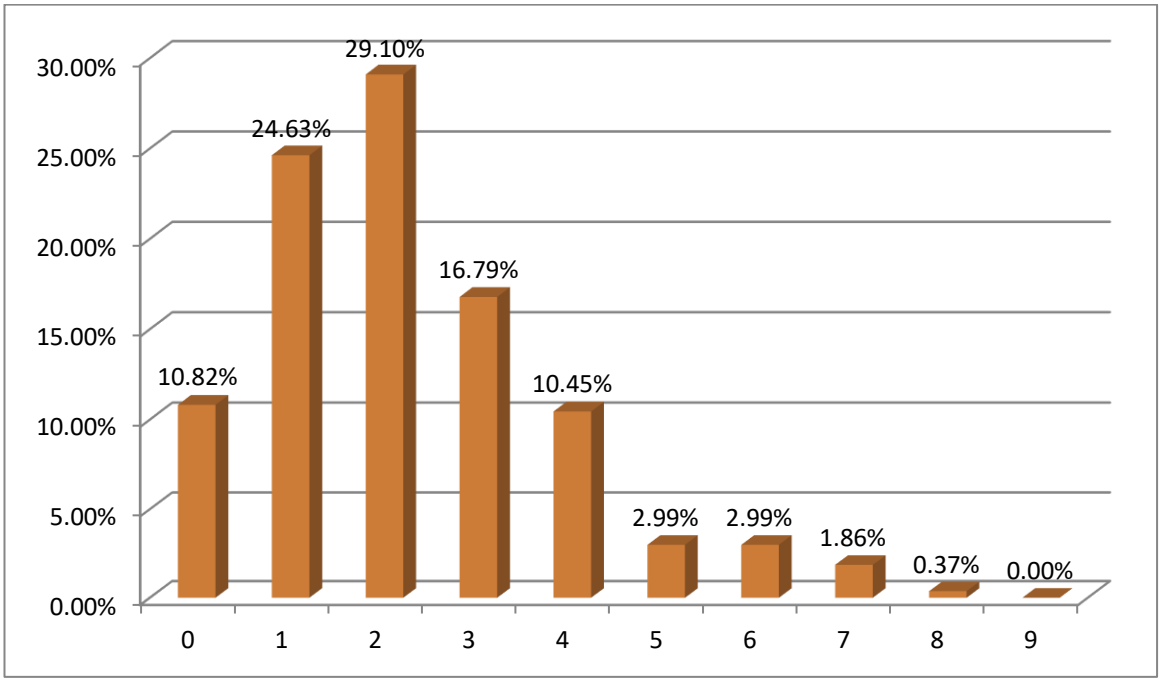


Рис. 2.10. Показатели выраженности типа жертвенной реализации «тип ролевой жертвы» в выборке респондентов

Распределение когнитивной, эмоциональной и поведенческой компонент жертвенной позиции личности внутри показателя «тип ролевой жертвы» показало, что

наибольший вклад в него вносит эмоциональная компонента (42,5%), а вклады в общие показатели этого типа поведенческой и когнитивной компоненты явились примерно одинаковыми – 29,17% и 28,33% соответственно (см. Рис. 2.11.). Полученный результат позволяет предположить, что большинство людей с выраженным «типом ролевой жертвы» будут скорее переживать негативные эмоции и чувства, связанные с их опытом взросления, а также связанные с их текущими взаимоотношениями с окружающими.

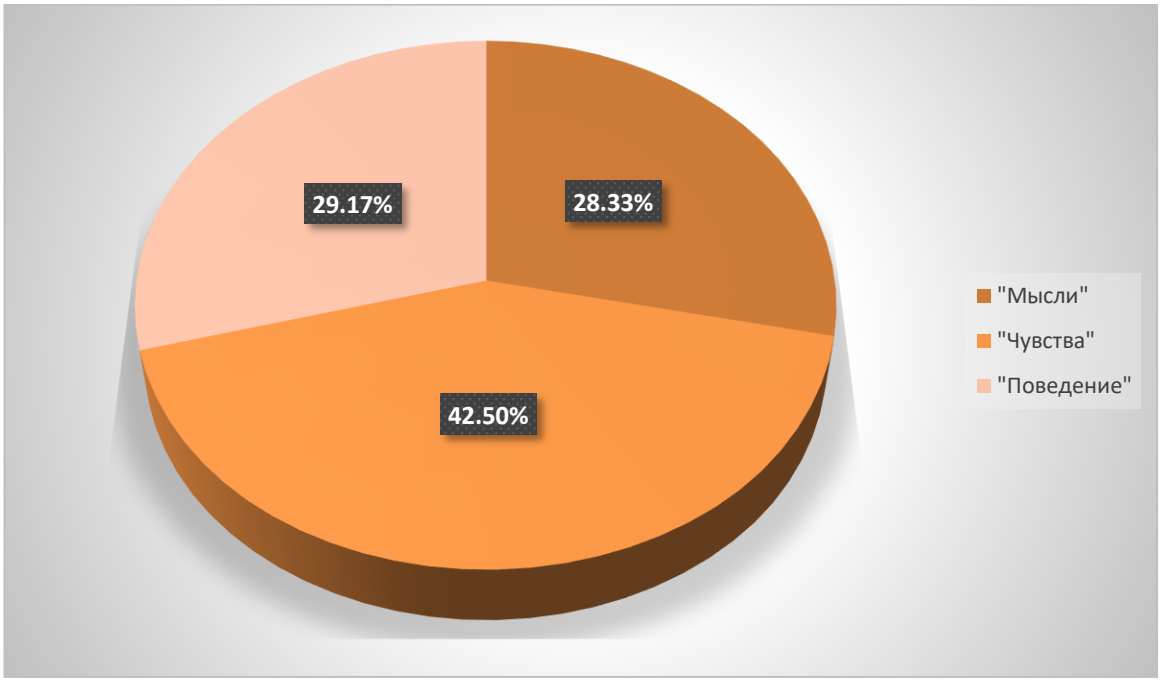


Рис. 2.11. Распределение компонент внутри общего показателя выраженности типа «тип ролевой жертвы»

Анализируя покащзатели, связанные с жертвенной позицией личности, можно заключить, что чаще всего жертвенная позиция личности выражена на среднем уровне (75,75% в нашей выборке). Анализ компонент внутри общего показателя выраженности жертвенной позиции личности показал, что эмоциональная и поведенческая компоненты выражены примерно одинаково (37,5% и 37,32% соответственно) и меньше выражена когнитивная компонента (25,18%). По итогам анализа типов жертвенной реализации было выявлено, что наиболее проявленным оказался тип «жертвенная любовь» (34,07%), примерно одинаково проявлены типа «жертва как наказание других» и «жертвенность как наказание себя» (24,05% и 26,06% соответственно) и менее всего оказался проявлен «тип ролевой жертвы» (15,82%). Анализ проявленности когнитивной, эмоциональной и поведенческой компонент жертвенной позиции личности внутри каждого типа позволил

заключить, что когнитивная компонента («мысли») более всего выражена в «типе ролевой жертвы» (28,33%), а наименее выражена в типе «жертва как наказание других» (17,11%); эмоциональная компонента («чувства») наиболее выражена в типе «жертва как наказание других» (46,82%) и наименее выражена в типе «жертвенность как наказание себя» (30,26%); поведенческая компонента («поведение») наиболее выражена в типе «жертва как наказание себя» (42,92%) и наименее выражена в «типе ролевой жертвы» (29,17%). Выявленные особенности детализируют картину проявлений параметров жертвенной позиции личности и могут быть использованы для адаптации психологической работы с людьми с выраженными показателями данных параметров.

2.2.2. Возрастные особенности изучаемых переменных

В основу анализа возрастных особенностей была положена возрастная периодизация, основанная на выделенных Э.Эриксоном стадиях эпигенетичного развития идентичности личности [194, 195]. Распределение согласно возрастной периодизации по Э.Эриксону [194, 195]: ранняя юность (18-19 лет, 35 респондентов), ранняя взрослость (20-25 лет, 90 респондентов) и взрослость (26-57 лет, 143 респондента).

В период *ранней юности* человек конфликт между идентичностью и спутанной идентичностью, принимая решение о том, кто же он такой. Период *ранней взрослости* характеризуется необходимостью решить конфликт между изоляцией и интимностью, выстраивая близкие и безопасные отношения с другими. Период *взрослости* ставит перед человеком задачу решить конфликт между генеративностью и стагнацией, позитивное решение которого включает в себя активную и продуктивную деятельность, заботу о следующих поколениях и др. [194, 195].

По показателям жертвенной позиции личности (как общий показатель выраженности, так и типы «жертвенная любовь», «жертва как наказание других», «жертвенность как наказание себя» и «тип ролевой жертвы») не было выявлено значимых статистических возрастных различий. Не было также выявлено взаимосвязи между возрастным периодом и «смешанным типом жертвенности», а также степенью жертвенности. Анализируя возрастные особенности компонент показателей жертвенной позиции личности и типов жертвенной реализации, мы получили следующие результаты (см. Приложение 8, П.8.1):

- респонденты, находящиеся в возрастном периоде ранней взрослости (20-25 лет) имеют более высокие показатели выраженности эмоциональной компоненты типа

«жертвенная любовь» по сравнению с респондентами в периоде взрослости (26-57 лет) (U Манна-Уитни - 5381 p≤0.022);

- респонденты, находящиеся в возрастном периоде ранней юности (18-19 лет) имеют более высокие показатели выраженности когнитивной компоненты типа «жертвы как наказания других» по сравнению с респондентами, находящимися в периоде взрослости (26-57 лет) (U Манна-Уитни - 1794,5, p≤0.003).

Полученные результаты могут быть связаны как особенностями возрастного периода (актуализируются чувства по типу «жертвенная любовь» в ответ на задачу построения близкого межличностного взаимодействия, возникают мысли по типу «жертвы как наказания других» в ответ на напряжение поиска своей идентичности), так и с более широким возможным социальным контекстом (люди разных возрастов могли иметь разные условия раннего развития и социализации в силу социокультурных, экономических и иных факторов).

В результате анализирования возрастных особенностей показателей выраженности ранних дезадаптивных схем и доменов РДС (см. Приложение 8, П.8.1) было выявлено следующее. Люди в периоде ранней юности (18-19 лет) имеют более высокие показатели выраженности РДС «Неуспешность» по сравнению с людьми в возрастном периоде взрослости (26-57 лет) (U Манна-Уитни равен 1595, p≤0,002), а респонденты, находящиеся в возрастном периоде ранней взрослости (20-25 лет) имеют более высокие показатели выраженности РДС «Неуспешность» по сравнению с группой респондентов в возрастном периоде взрослости (26-57 лет) (U Манна-Уитни равен 5009, p≤0.024). Предположительно, с течением времени и накопления позитивного жизненного опыта люди обретают больше поводов ощущать себя более успешными, преодолевая таким образом раннее ощущение неуспешности, если таковое было.

Люди в периоде ранней взрослости (20-25 лет) имеют более высокие показатели выраженности РДС «Зависимость/беспомощность» по сравнению с людьми в возрасте 26-57 лет (период взрослости) (U Манна-Уитни - 5129, p≤0.015). Люди в периоде ранней юности (18-19 лет) имеют более высокие показатели выраженности РДС «Социальная отчужденность» по сравнению с людьми в периоде ранней взрослости (20-25 лет) (U Манна-Уитни - 1159, p≤0,044). Респонденты, находящиеся в периоде ранней взрослости (20-25 лет) имеют более высокие показатели выраженности РДС «Уязвимость» по сравнению с группой респондентов в периоде взрослости (26-57 лет) (U Манна-Уитни равен 5345,5, p≤0.048). Люди в периоде ранней взрослости (20-25 лет) имеют более высокие показатели выраженности РДС «Негативизм/Пессимизм» по сравнению с

людьми в возрасте 26-57 лет (период взрослости) (U Манна-Уитни равен 5229, p≤0.033). Респонденты в периоде ранней взрослости (20-25 лет) имеют более высокие показатели выраженности домена II «Нарушение автономии и эффективности» (состоит из РДС «Зависимость/беспомощность», «Уязвимость», «Запутанность/Неразвитая идентичность» и «Неуспешность») по сравнению с группой респондентов в периоде взрослости (26-57 лет) (t-крит. Стьюдента равен -2,141, p≤0,033). Предположительно, в начале самостоятельной жизни данные переживания могут быть в большей степени актуализированы, однако по мере накопления положительного опыта автономного решения жизненных задач их интенсивность может снижаться. Полученные результаты также могут согласоваться с положениями концепции об эпигенезе идентичности Э.Эриксона о том, что нерешенные конфликты и сложности предыдущих периодов жизни могут решаться в последующие возрастные периоды.

Люди в периоде ранней юности (18-19 лет) имеют более низкие показатели выраженности РДС «Самопожертвование» по сравнению с людьми в возрастном периоде взрослости (26-57 лет) (t-крит. Стьюдента равен -2,570, p≤0,012), что может быть связано с актуализацией конфликта между генеративностью и стагнацией на этой стадии.

Полученные результаты можно соотнести с результатами, полученными молдавской исследовательницей V.Lungu, изучившей связь РДС домена III «Нарушение границ» и личностной автономии: в группе выборки из 212 молодых людей в возрасте 19-30 лет 21% респондентов имели высокий и очень высокий показатель по РДС «Привилегированность/Грандиозность» и 26% респондентов имели высокий и очень высокий показатель по РДС «Недостаточность самоконтроля» [12]. В нашем исследовании РДС домена III не показали возрастных особенностей. Полученные нами результаты исследования возрастных особенностей выраженности РДС отчасти согласуются с результатами исследования М.В. Галимзяновой, П.М. Касьяника, Е.В. Романовой о том, что выраженность ранних дезадаптивных схем ниже в старших возрастных группах, и более всего РДС выражены в возрасте 18-25 лет [116]. Однако в указанном исследовании речь идет о различиях по 14 из 18 РДС, тогда как в данном исследовании есть результаты о возрастных различиях только по нескольким РДС.

Были выявлены возрастные особенности выраженности базисных убеждений, составляющих здоровое чувство безопасности. Так, у респондентов в периоде ранней взрослости по сравнению с респондентами в периоде взрослости оказались значимо ниже показатели БУ о ценности и значимости собственного Я (t-крит. Стьюдента равен -1,975,

p≤0,049) и БУ об удаче (t-крит. Стьюдента равен -1,983, p≤0,049), т. е. люди более старшего возраста чувствуют себя безопаснее.

По другим переменным – межличностной интолерантности к неопределенности и актуальной ригидности – возрастных особенностей также выявлено не было. Полученный результат согласуется с результатами исследований, в рамках которых было установлено, что в возрасте 18-60 лет уровень ригидности достаточно стабилен [68].

Таким образом, в нашем исследовании был выявлен ряд возрастных особенностей компонент жертвенной позиции личности по таким типам, как «жертва как наказание других» и «жертвенная любовь». Были выявлены возрастные особенности выраженности РДС «Неуспешность», «Зависимость/беспомощность», «Социальная отчужденность», «Уязвимость», «Негативизм/Пессимизм» и «Самопожертвование», а также домена II «Нарушение автономии и эффективности». Были выявлены возрастные особенности выраженности базисных убеждений, составляющих здоровое чувство безопасности (БУ о ценности и значимости собственного Я и БУ об удаче). По показателям межличностной интолерантности к неопределенности и актуальной ригидности возрастных особенностей выявлено не было.

2.2.3. Гендерные особенности изучаемых переменных

Анализ гендерных особенностей сценарного поведения «жертвы» базируется на допущении о существующих различиях в социальных и культурных предписаниях в отношении гендерных ролей и связанных с этим различиях гендерной социализации личности, что, в свою очередь, может иметь отражение в различиях устойчивых паттернов жертвенного реагирования у женщин и мужчин. Влияние культуры на формирование гендерных стереотипов, которые, в свою очередь, могут во многом определять наличие различий между женщинами и мужчинами, подчеркивается и Т.В.Бендас [108]. Разные социальные и культурные предписания для женщин и мужчин могут отражаться в семейных, культурных и субкультурных сценариях жизни.

Полученные результаты сравнения общего показателя жертвенной позиции личности и типов жертвенной реализации свидетельствуют о наличии статистически значимых гендерных различий. Из анализа средних показателей общего показателя жертвенной позиции личности и типов жертвенной реализации у женщин и мужчин явствует, что средние 4 из 5 переменных – общий показатель жертвенной позиции, а также типы жертвенной реализации «жертвенная любовь», «жертвенность как наказание себя» и «тип ролевой жертвы» – немного выше у мужчин по сравнению с женщинами. У

женщин по сравнению с мужчинами оказалось немного выше среднее показателя типа жертвенной реализации «жертва как наказание других» (см. Рис.2.12.). Статистически значимым явились различия по типу «жертвенная любовь» (U Манна-Уитни равен 7284, p≤0,037) и по типу «жертвенность как наказание себя» (U Манна-Уитни равен 7251,5, p≤0,033) (см. в Приложении 8, П.8.2).

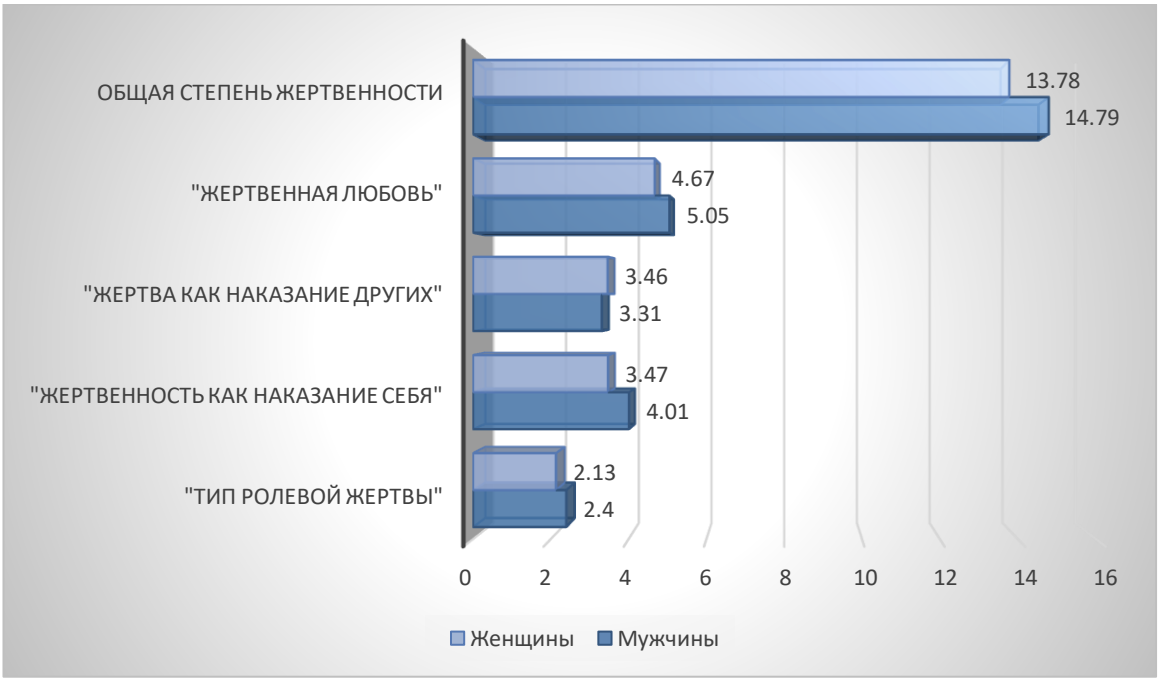


Рис. 2.12. Средние показателей выраженности общей степени жертвенности и типов жертвенной реализации у женщин и мужчин

Анализ средних компонент общего показателя жертвенной позиции личности и типов жертвенной реализации у женщин и мужчин детализирует тенденции, рассмотренные выше. Согласно полученным данным, когнитивные («мысли») и поведенческие («поведение») компоненты оказались чаще более высокими у мужчин по сравнению с женщинами, тогда как у женщин более высоким чаще оказались показатели эмоциональных («чувства») компонент (см. Рис.2.13.). Статистический анализ компонент типов жертвенной реализации уточнил эти тенденции и выявил различия по критерию гендера. Гендерные различия не были обнаружены при анализе компонент типов «жертвенная любовь» и «жертва как наказание других», но были выявлены при анализе компонент параметров «жертвенность как наказание себя», «тип ролевой жертвы» и общего показателя выраженности жертвенной позиции личности (см. в Приложении 8, П.8.2). Анализ компонент типа «жертвенность как наказание себя» показал, что

когнитивная компонента («мысли») имеет более высокую выраженность у мужчин по сравнению с женщинами (U Манна-Уитни равен 6737, $p \leq 0.002$), как и поведенческая компонента («поведение»), которая выше у мужчин, чем у женщин (U Манна-Уитни равен 7041, $p \leq 0.010$). Это означает, что при наличии у человека выраженного показателя по типу «жертвенность как наказание себя», у мужчин чаще будут более выражены именно когнитивная и поведенческая компоненты.

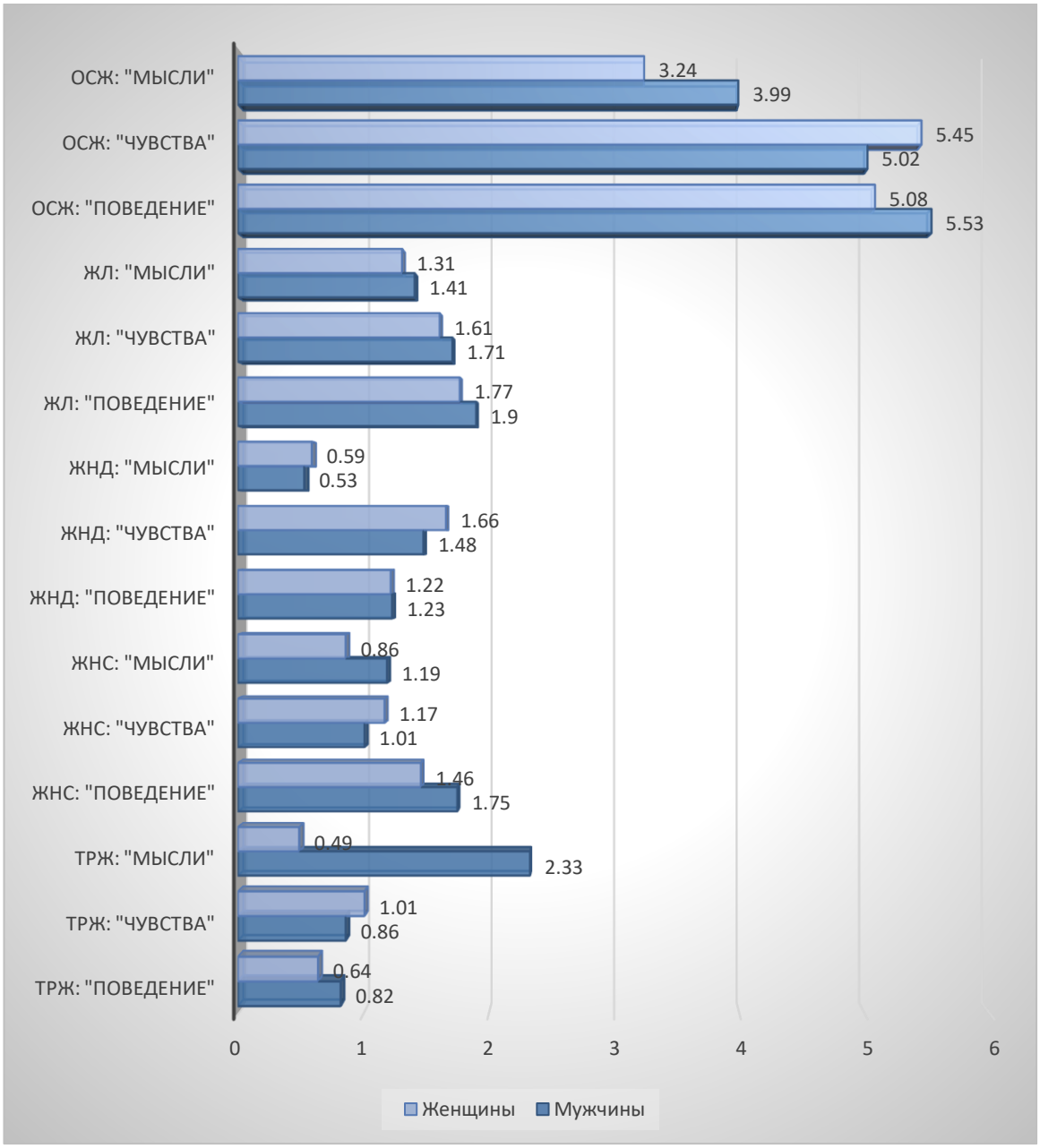


Рис. 2.13. Средние компонент показателей выраженности общей степени жертвенности и типов жертвенной реализации у женщин и мужчин

В результате анализа компонент «типа ролевой жертвы» гендерные различия были выявлены в показателях когнитивной компоненты («мысли»), которая оказалась значимо выше у мужчин, чем у женщин (U Манна-Уитни равен 9290, $p \leq 0.000$). Анализ компонент общего показателя жертвенной позиции личности подтвердил наметившуюся тенденцию: показатель когнитивной компоненты («мысли») значимо выше по сравнению с тем же показателем у женщин (U Манна-Уитни равен 6410,5, $p \leq 0.000$). Взаимосвязи между гендером и «смешанным типом жертвенности», а также степенью жертвенности выявлено не было.

Полученные в данном исследовании результаты не согласуются с некоторыми прикладными исследованиями гендерных особенностей жертвенной позиции личности, где жертвенная позиция в той или иной степени была более свойственна женщинам [114, 165]: среди старшеклассников со средним уровнем жизнестойкости девушки чаще используют игровую роль жертвы, тогда как юноши чаще используют контроль трудной ситуации и ассертивные действия [165]; при изучении влияния функциональной асимметрии мозга и пола на ролевые виктимные установки было выявлено, что ролевая жертвенность наиболее выражена у респондентов с правополушарной асимметрией. При этом среди участников с правополушарной асимметрией проявление жертвенной позиции было в большей степени свойственно женщинам [114].

Анализ гендерных различий в проявлении других переменных показал наличие таковых среди ранних дезадаптивных схем и базисных убеждений, составляющих чувство безопасности (см. в Приложении 8, П.8.2), тогда как показатели межличностной интолерантности к неопределенности и актуальной ригидности статистически значимо не различаются среди мужчин и женщин. Полученный результат не согласуется с результатами исследований, в рамках которых было выявлено, что мужчины склонны быть более ригидными, чем женщины [68].

При этом анализ гендерных особенностей показателей выраженности доменов РДС выявил наличие гендерных различий для 2 из 5 доменов (см. в Приложении 8, П.8.2):

- показатели выраженности домена I «Нарушение связи и отвержение» (состоит из РДС «Покинутость/Нестабильность», «Эмоциональная депривированность», «Недоверие/Ожидание жестокого обращения», «Социальная отчужденность» и «Дефективность/ Стыдливость») явились значимо более выраженными у мужчин по сравнению с женщинами (U Манна-Уитни равен 6609, при $p \leq 0.004$);
- показатели выраженности домена V «Сверхбдительность и подавление эмоций», включающего в себя РДС «Негативизм/Пессимизм», «Подавленность эмоций»,

«Пунитивность» и «Жесткие стандарты/Придирчивость», оказались значимо выше у мужчин по сравнению с женщинами (t-критерий Стьюдента: -2,444 при p≤0.015).

Таблица 2.1. Гендерные различия выраженности ранних дезадаптивных схем

Домен и нарушенная базовая эмоциональная потребность	Ранняя дезадаптивная схема	Результат сравнения гендерных групп
Домен I «Нарушение связи и отвержение», нарушение базовой эмоциональной потребности в безопасной привязанности с другими	«Эмоциональная депривированность»	Выше у мужчин (U-критерий Манна-Уитни – 5622,5, p≤0,000)
	«Недоверие/Ожидание жестокого обращения»	Выше у мужчин (t-критерий Стьюдента: -2,929, p≤0,004)
	«Социальная отчужденность»	Выше у мужчин (U-критерий Манна-Уитни: 6521,5, p≤0,003)
	«Дефективность/ Стыдливость»	Выше у мужчин (U-критерий Манна-Уитни - 6071, p≤0,000)
Домен V «Сверхбдительность и подавление эмоций», нарушение базовой эмоциональной потребности в спонтанности и игре	«Подавленность эмоций»	Выше у мужчин (U-критерий Манна-Уитни - 6255, p≤0,001)
	«Пунитивность»	Выше у мужчин (U-критерий Манна-Уитни - 6654,5, p≤0,007)
Домен IV «Направленность/ ориентация на других», нарушение базовой эмоциональной потребности в свободном выражении собственных реальных потребностей и эмоций	«Поиск одобрения»	Выше у женщин (t-критерий Стьюдента: 2,133, p≤0,034)

Исходя из данных результатов анализа гендерных особенностей выраженности ранних дезадаптивных схем и данных, представленных в Таблице 2.1, следует отметить, что мужчины чаще страдают от нарушения базовых эмоциональных потребностей в безопасной привязанности с другими людьми и в спонтанности и игре, тогда как женщины – в свободном выражении собственных потребностей и эмоций. Как было указано выше, данные различия предположительно могут быть связаны с особенностями гендерной социализации. В нее включается подверженность гендерным стереотипам (о различиях личности и ролей мужчин и женщин), которые влекут за собой разное отношение и разные ожидания от женщин и мужчин в аспектах проявления эмоций и поведения. Роль гендера и гендерной социализации в проявлении РДС отмечается и в исследовании C.R. Shainheit и V.O'Dougherty Wright [70]. Полученные в данном

исследовании результаты не согласуются с результатами исследования М.В. Галимзяновой, П.М. Касьяника и Е.В. Романовой, в рамках которого были выявлены следующие гендерные различия в выраженности РДС: две РДС оказались более выраженными у мужчин по сравнению с женщинами – «Жёсткие Стандарты/Придирчивость» и «Поиск одобрения» [116]. В проведенном нами исследовании РДС «Поиск одобрения» оказалась более выраженной у женщин, тогда как по РДС «Жёсткие Стандарты/Придирчивость» гендерных различий не было выявлено.

Гендерные различия были выявлены и в следующих базисных убеждениях, составляющих чувство безопасности мира (см. в Приложении 8, П.8.2):

1) базисное убеждение о ценности и значимости собственного Я: данный показатель выше у женщин (t-критерий Стьюдента равен 2,594, при $p \leq 0,010$);

2) базисное убеждение об удаче: у женщин этот показатель выше, т. е. они считают себя более удачливыми (t-критерий Стьюдента равен 3,421, при $p \leq 0,001$);

3) базисное убеждение о контроле: у мужчин этот показатель выше, чем у женщин, т. е. мужчины чаще убеждены, что они больше контролируют события (t-критерий Стьюдента принимает значение -2,430, при $p \leq 0,016$).

На основании выявленных различий можно отметить, что уровень чувства безопасности у женщин несколько выше, чем у мужчин. Следует также сказать о гендерных различиях чувства безопасности: женщины в большей степени убеждены в том, что они ценные, значимые и удачливые личности, тогда как мужчины в большей степени убеждены, что происходящие с ними события им подконтрольны. Как и в случае гендерных различий в выраженности ранних дезадаптивных схем, гендерные различия в базисных убеждениях, составляющих чувство безопасности, предположительно обусловлены особенностями гендерной социализации, стереотипно предписывающей мужчинам занимать более активную и контролирующую позицию по сравнению с женщинами, к которым таких социальных ожиданий предъявляется значительно меньше.

Таким образом, по результатам проведенного исследования можно сделать вывод о наличии гендерных различий по параметрам жертвенной позиции личности (по общему показателю и типам жертвенной реализации). Анализ компонентов этих параметров также выявил ряд гендерных особенностей (в типе «жертвенность как наказание себя» у мужчин оказались более выраженными когнитивная и поведенческая компоненты; в «типе ролевой жертвы» у мужчин оказалась более выраженной когнитивная компонента; в общем показателе жертвенной позиции личности также у мужчин, по сравнению с женщинами, оказался более выраженным уровень показателя когнитивной компоненты).

Были выявлены гендерные особенности ранних дезадаптивных схем (у мужчин оказались значимо выше показатели выраженности таких ранних дезадаптивных схем, как «Эмоциональная депривированность», «Недоверие/Ожидание жестокого обращения», «Социальная отчужденность», «Дефективность/ Стыдливость», «Подавленность эмоций», «Пунитивность», тогда как у женщин значимо выше выраженность РДС «Поиск одобрения») и их доменов (у мужчин оказались значимо выше показатели выраженности таких доменов ранних дезадаптивных схем как домен I «Нарушение связи и отвержение» и домен V «Сверхбдительность и подавление эмоций»), а также базисных убеждений личности, составляющих чувство безопасности (у женщин по сравнению с мужчинами оказались значимо более высокими показатели базисного убеждения об удаче и базисного убеждения о ценности и значимости собственного Я, тогда как у мужчин оказался значимо выше показатель базисного убеждения о контроле). При этом гендерных особенностей межличностной интолерантности к неопределенности и актуальной ригидности выявлено не было.

2.2.4. Особенности взаимодействия переменных жертвенной позиции личности и ранних дезадаптивных схем

В Таблице 2.2. представлены результаты статистического анализа корреляций между показателями жертвенной позиции личности и показателями выраженности ранних дезадаптивных схем и дополнительно выделены жирным шрифтом наиболее сильные корреляции (умеренные), тогда как слабые представлены без такого выделения. Ячейки четырех статистически незначимых корреляций помечены в таблице серым цветом. Показатели взаимосвязи переменной «Общая степень жертвенности» и РДС «Жёсткие Стандарты/Придирчивость» определены посредством применения коэффициента корреляции Пирсона, тогда как все остальные показатели взаимосвязи определены через коэффициент корреляции Спирмена. Описываемые результаты имеют некоторые различия по сравнению с нашими более ранними исследованиями [144] ввиду расширения выборки респондентов.

Таблица 2.2. Результаты статистического анализа взаимосвязи параметров жертвенной позиции личности и ранних дезадаптивных схем

№	РДС	ОСЖ	ЖЛ	ЖНД	ЖНС	ТРЖ
1	«Эмоциональная депривированность»	**r=0.306**, p≤0.000	r=0.253, p≤0.000	r=0.090, p=0.147	r=0.209, p≤0.001	**r=0.358**, p≤0.000
2	«Покинутость/	**r=0.547**,	r=0.297,	**r=0.427**,	**r=0.354**,	**r=0.512**,

	Нестабильность»	p≤0.000	p≤0.000	p≤0.000	p≤0.000	p≤0.000
3	«Недоверие/Ожидание жестокого обращения»	**r=0.549**, p≤0.000	**r=0.333**, p≤0.000	**r=0.356**, p≤0.000	**r=0.342**, p≤0.000	**r=0.497**, p≤0.000
4	«Социальная отчужденность»	**r=0.379**, p≤0.000	r=0.186, p≤0.002	r=0.158, p≤0.010	r=0.287, p≤0.000	**r=0.430**, p≤0.000
5	«Дефективность/ Стыдливость»	**r=0.362**, p≤0.000	r=0.183, p≤0.003	r=0.162, p≤0.008	**r=0.305**, p≤0.000	**r=0.363**, p≤0.000
6	«Неуспешность»	**r=0.355**, p≤0.01	r=0.198, p≤0.001	r=0.086, p=0.163	**r=0.397**, p≤0.000	r=0.297, p≤0.000
7	«Зависимость/ Беспомощность»	**r=0.367**, p≤0.000	r=0.171, p≤0.005	r=0.184, p≤0.003	**r=0.366**, p≤0.000	**r=0.310**, p≤0.000
8	«Уязвимость»	**r=0.440**, p≤0.000	r=0.198, p≤0.001	**r=0.304**, p≤0.000	**r=0.320**, p≤0.000	**r=0.388**, p≤0.000
9	«Запутанность/ Неразвитая идентичность»	**r=0.394**, p≤0.000	r=0.250, p≤0.000	r=0.206, p≤0.001	**r=0.344**, p≤0.000	**r=0.334**, p≤0.000
10	«Покорность»	**r=0.490**, p≤0.000	**r=0.325**, p≤0.000	r=0.241, p≤0.000	**r=0.374**, p≤0.000	**r=0.456**, p≤0.000
11	«Самопожертвование»	**r=0.478**, p≤0.000	**r=0.329**, p≤0.000	**r=0.324**, p≤0.000	**r=0.361**, p≤0.000	**r=0.350**, p≤0.000
12	«Подавленность эмоций»	**r=0.372**, p≤0.000	**r=0.310**, p≤0.000	r=0.133, p≤0.030	r=0.262, p≤0.000	**r=0.368**, p≤0.000
13	«Жёсткие Стандарты/ Придирчивость»	**r=0.431**, p≤0.000	r=0.291, p≤0.000	r=0.226, p≤0.000	r=0.293, p≤0.000	**r=0.348**, p≤0.000
14	«Привилегированность / Грандиозность»	**r=0.325**, p≤0.000	r=0.082, p≤0.181	**r=0.359**, p≤0.000	r=0.139, p≤0.024	**r=0.338**, p≤0.000
15	«Недостаточность самоконтроля»	**r=0.439**, p≤0.000	r=0.143, p≤0.017	**r=0.348**, p≤0.000	**r=0.386**, p≤0.000	**r=0.347**, p≤0.000
16	«Поиск одобрения»	**r=0.496**, p≤0.000	r=0.161, p≤0.009	**r=0.510**, p≤0.000	r=0.299, p≤0.000	**r=0.452**, p≤0.000
17	«Негативизм/ Пессимизм»	**r=0.542**, p≤0.000	**r=0.319**, p≤0.000	**r=0.321**, p≤0.000	**r=0.400**, p≤0.000	**r=0.463**, p≤0.000
18	«Пунитивность»	**r=0.391**, p≤0.000	r=0.294, p≤0.000	r=0.117, p≤0.058	**r=0.389**, p≤0.000	r=0.290, p≤0.000
Домены ранних дезадаптивных схем						
1	Домен I «Нарушение связи и отвержение»	**r=0.574**, p≤0.000	**r=0.329**, p≤0.000	**r=0.336**, p≤0.000	**r=0.392**, p≤0.000	**r=0.566**, p≤0.000
2	Домен II «Нарушение автономии и эффективности»	**r=0.499**, p≤0.000	r=0.269, p≤0.000	r=0.255, p≤0.000	**r=0.451**, p≤0.000	**r=0.421**, p≤0.000
3	Домен III «Нарушение границ»	**r=0.449**, p≤0.000	r=0.118, p≤0.055	**r=0.416**, p≤0.000	**r=0.314**, p≤0.000	**r=0.398**, p≤0.000
4	Домен IV «Направленность/ ориентация на других»	**r=0.644**, p≤0.000	**r=0.336**, p≤0.000	**r=0.513**, p≤0.000	**r=0.439**, p≤0.000	**r=0.549**, p≤0.000
5	Домен V «Сверхбдительность и подавление эмоций»	**r=0.579**, p≤0.000	**r=0.401**, p≤0.000	r=0.287, p≤0.000	**r=0.443**, p≤0.000	**r=0.488**, p≤0.000

Жертвенная позиция личности (в Таблице 2.2. указанная как «Общая степень жертвенности») имеет умеренные положительные взаимосвязи со всеми 18 РДС (см. Рис.2.14.), что может свидетельствовать об опыте той или иной степени неудовлетворения

всех базовых эмоциональных потребностей, выделенных Дж. Янгом и др. К базовым эмоциональным потребностям Дж. Янг и др. относят потребность в безопасной привязанности/связи с другими, потребность в автономии, компетентности и чувстве идентичности, потребность в свободном выражении своих действительных нужд и эмоций, потребность в спонтанности и игре, потребность в реалистичных границах и самоконтроле [197]. Наиболее высокие показатели корреляции отмечены со следующими схемами: «Недоверие/ Ожидание жестокого обращения» ($r=0.549$, $p\leq0.000$), «Покинутость/ Нестабильность» ($r=0.547$, $p\leq0.000$), «Негативизм/Пессимизм» ($r=0.542$, $p\leq0.000$), «Поиск одобрения» ($r=0.496$, $p\leq0.000$), «Покорность» ($r=0.490$, $p\leq0.000$), «Самопожертвование» ($r=0.478$, $p\leq0.000$), «Уязвимость» ($r=0.440$, $p\leq0.000$), «Недостаточность самоконтроля» ($r=0.439$, $p\leq0.000$), «Жёсткие Стандарты/ Придирчивость» ($r=0.431$, $p\leq0.000$). При этом схемы «Недоверие/Ожидание жестокого обращения» и «Покинутость/Нестабильность» относятся к домену, связанному с нарушением потребности в безопасной привязанности/связи с другими; схемы «Негативизм/Пессимизм» и «Жёсткие Стандарты/Придирчивость» включены в домен, связанный с нарушением потребности в спонтанности и игре; схемы «Поиск одобрения», «Самопожертвование» и «Покорность» составляют домен, связанный с нарушением потребности в свободном выражении своих действительных нужд и эмоций; РДС «Уязвимость» относится к домену, связанному с нарушением базовой эмоциональной потребности в автономии, компетентности и чувстве идентичности; схема «Недостаточность самоконтроля» связана с нарушением потребности в самоконтроле и реалистичных границах.

Все выявленные взаимосвязи общего показателя выраженности жертвенной позиции личности с доменами ранних дезадаптивных схем являются умеренной силы (см. Рис.2.14.), что также может дополнительно свидетельствовать об опыте той или иной степени нарушения удовлетворения всех базовых эмоциональных потребностей в ситуации выраженного показателя жертвенной позиции личности. При этом наибольшая сила взаимосвязи наблюдается с параметром домена IV «Направленность/ориентация на других» ($r=0.644$, $p\leq0.000$), что может указывать, в том числе, на схожесть описываемых феноменов, а также на значимость фрустрации базовой эмоциональной потребности в свободном выражении собственных реальных потребностей и эмоций. Все три РДС, входящие в этот домен, связаны с отказом человека от собственных эмоций, желаний или потребностей в пользу других людей с тем, чтобы не вызывать их гнева или наказания (РДС «Покорность»), чтобы не вызвать собственное чувство вины за внимание к своим потребностям (РДС «Самопожертвование») или чтобы заслужить признание окружающих

(РДС «Поиск одобрения). Согласно Дж.Янгу и др., фрустрация базовой эмоциональной потребности в свободном выражении своих эмоций и потребностей происходит в семье, где практикуется условное принятие, когда потребностям и эмоциям родительских фигур придается большее значение, чем эмоциям и потребностям ребенка [197]. Основанием для другого важного вектора интерпретации полученных результатов становится и идея Дж.Янга и др. о том, что РДС можно разделить на безусловные (появились раньше, труднее поддаются психотерапии и самому человеку оставляют мало надежды на изменение) и условные (появились вторично, как ответ на первичные, и представляют собой попытку человека что-то сделать, чтобы исцелиться от безусловных схем) [197]. Все схемы домена IV «Направленность/ориентация на других» являются условными/вторичными. Несмотря на выраженность взаимосвязи показателя жертвенной позиции личности с данным доменом, на уровне анализа корреляций с отдельными схемами этот показатель теснее всего связан с ранней дезадаптивной схемой «Недоверие/Ожидание жестокого обращения» ($r=0.549$, $p\leq0.000$). Она является безусловной, связана с нарушением потребности в безопасной привязанности с другими людьми, а человек с такой схемой ожидает, что другие люди его используют или причинят физическую и/или психологическую боль. В связи с этим можно рассматривать полученные результаты как возможное подтверждение идеи О.О. Андронниковой относительно адаптивного характера жертвенной позиции личности в ответ на фрустрирующие условия среды [102].

Результаты линейного регрессионного анализа также показывают, что 18,3% дисперсии переменной «Общая степень жертвенности» обусловлено влиянием переменной РДС «Жёсткие Стандарты/Придирчивость» (скорректированный $R^2=0.189$, $p\leq0.000$), 20,8% дисперсии переменной «Общая степень жертвенности» обусловлено влиянием переменной Домена III «Нарушение границ» (скорректированный $R^2=0.208$, $p\leq0.000$), 40% дисперсии переменной «Общая степень жертвенности» обусловлено влиянием переменной Домена IV «Направленность/ориентация на других» (скорректированный $R^2=0.400$, $p\leq0.000$), 34,1% дисперсии переменной «Общая степень жертвенности» обусловлено влиянием переменной Домена V «Сверхбдительность и подавление эмоций» (скорректированный $R^2=0.341$, $p\leq0.000$). По итогам кластерного анализа (иерархическая кластеризация) было также выявлено, что переменная «Общая степень жертвенности» имеет меньшее расстояние и ближе расположена к переменным РДС «Покинутость/Нестабильность», «Недоверие/Ожидание жестокого обращения», «Негативизм/Пессимизм» и «Уязвимость».

В контексте полученных результатов можно отметить исследования, в которых было выявлено, что люди с острым и хроническим посттравматическим стрессовым расстройством имеют значимо более высокие показатели по всем РДС в сравнении с не-клинической группой респондентов [31], а также у взрослых пострадавших от межличностной травмы [51], что позволяет предполагать, что у людей с выраженными показателями жертвенной позиции личности могут быть повышены и показатели выраженности РДС и может сопутствовать опыт психологической травматизации и наличие расстройств, связанных со стрессом.

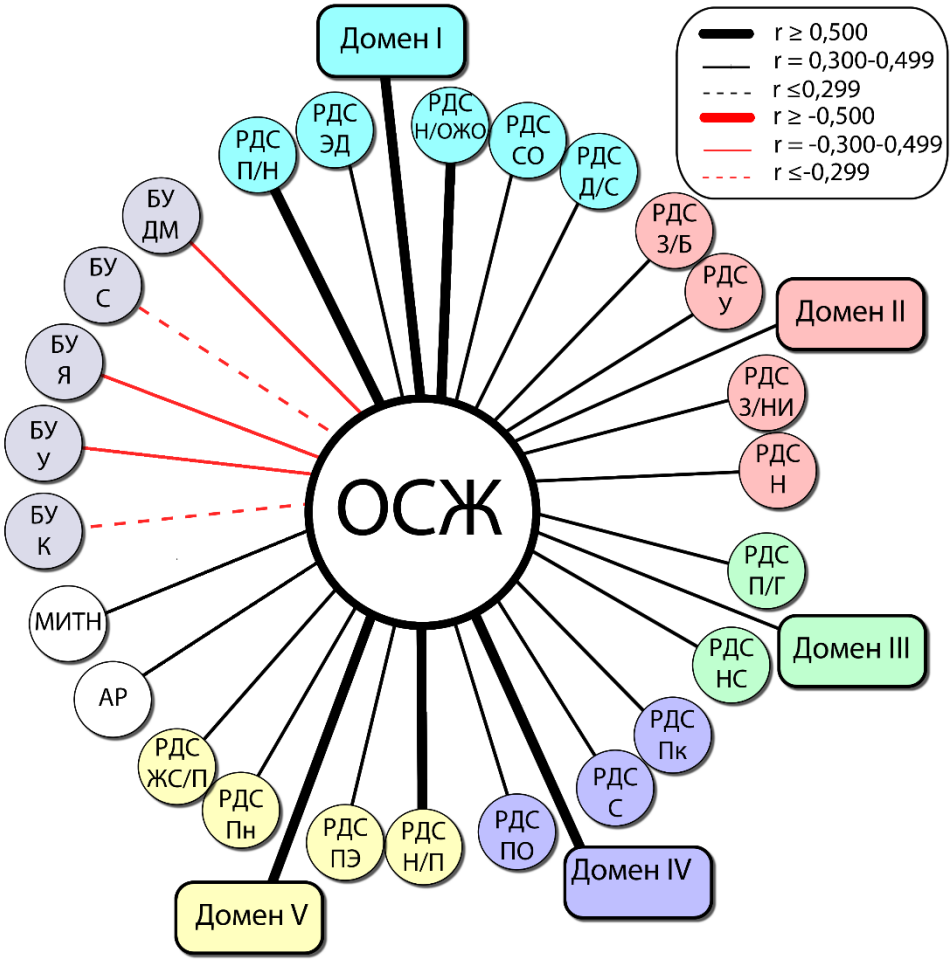


Рис. 2.14. Личностные особенности, связанные с обобщенным показателем выраженности жертвенной позиции личности

Анализ взаимосвязей компонент жертвенной позиции личности (переменная «общая степень жертвенности») и РДС показал наличие умеренных и слабых положительных корреляций между всеми компонентами и всеми РДС (см. Приложение 9, Таблица П.9.1.). Наибольшее количество корреляций умеренной силы с РДС

демонстрирует эмоциональная компонента («чувства»), будучи умеренно положительно взаимосвязанной с 15 из 18 РДС. Полученные результаты указывают на то, что сфера эмоциональных переживаний в ситуации повышенной выраженности показателя жертвенной позиции личности может быть схожа с комплексом переживаемых эмоций и чувств в ситуации повышенных показателей РДС. Было выявлено также, что компоненты жертвенной позиции личности (переменная «общая степень жертвенности») умеренно положительно взаимосвязаны со всеми доменами РДС. При этом 4 домена из 5 (домен I «Нарушение связи и отвержение», домен III «Нарушение границ», домен IV «Направленность/ориентация на других», домен V «Сверхбдительность и подавление эмоций») имеют более тесные связи с эмоциональной и поведенческой компонентами, тогда как домен II «Нарушение автономии и эффективности» теснее связан с эмоциональной и когнитивной компонентами.

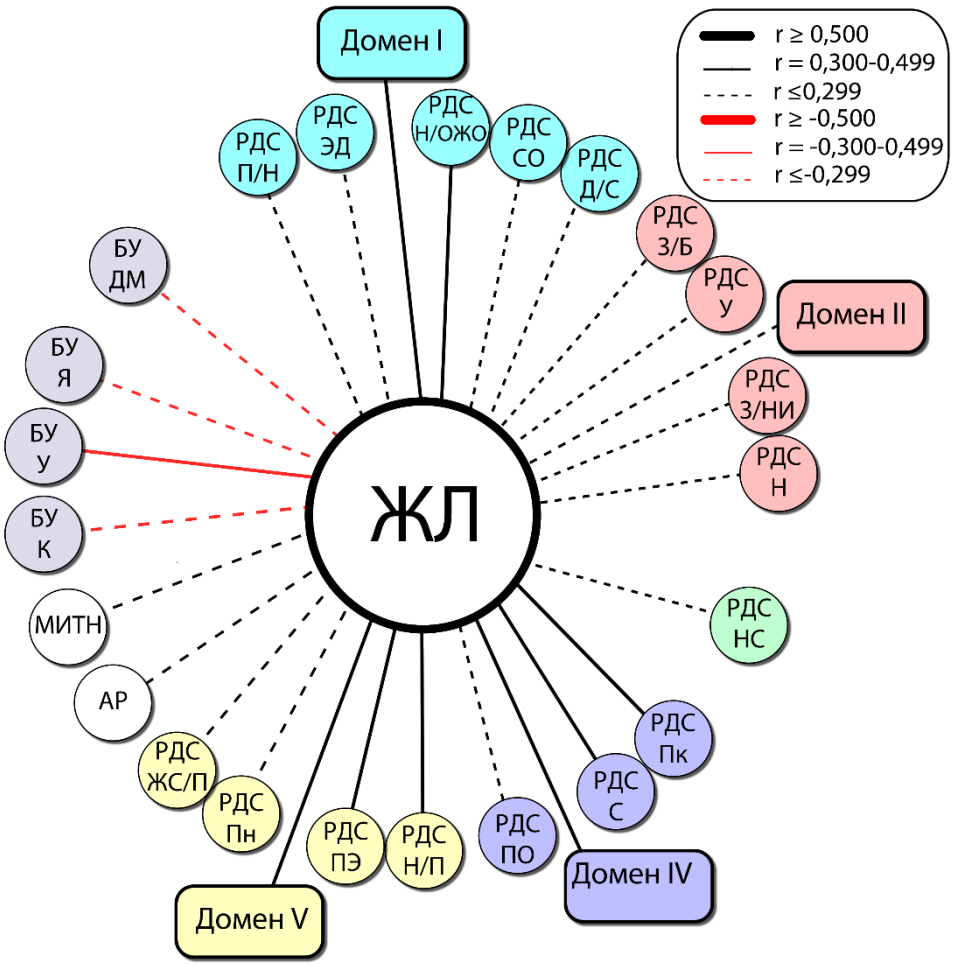


Рис. 2.15. Личностные особенности, связанные с типом жертвенной реализации «жертвенная любовь»

Тип «жертвенная любовь» предполагает жертвенные паттерны реагирования и поведения как способ выражать и принимать любовь. Данный тип положительно коррелирует с 17 из 18 ранних дезадаптивных схем (см. Таблицу 2.2.) (см. Рис.2.15.). Наиболее значимые корреляции выявлены со схемами «Недоверие/Ожидание жестокого обращения» ($r=0.333$, $p\leq0.000$), «Самопожертвование» ($r=0.329$, $p\leq0.000$), «Покорность» ($r=0.325$, $p\leq0.000$), «Негативизм/Пессимизм» ($r=0.319$, $p\leq0.000$), «Подавленность эмоций» ($r=0.310$, $p\leq0.000$). При этом схема «Недоверие/Ожидание жестокого обращения» относится к домену, связанному с нарушением потребности в безопасной привязанности/связи с другими; схемы «Подавленность эмоций», «Негативизм/Пессимизм» входят в домен, связанный с нарушением потребности в спонтанности и игре, что может указывать, что именно эта потребность является наименее удовлетворенной в опыте индивидов с высокими показателями по типу «жертвенная любовь»; а схемы «Самопожертвование» и «Покорность» включаются в домен, связанный с нарушением потребности в свободном выражении своих действительных нужд и эмоций.

Данный тип жертвенной реализации умеренно коррелирует с доменом I «Нарушение связи и отвержение» ($r=0.329$, $p\leq0.000$), доменом IV «Направленность/ориентация на других» ($r=0.336$, $p\leq0.000$) и доменом V «Сверхбдительность и подавление эмоций» ($r=0.401$, $p\leq0.000$), имеет слабую корреляцию с доменом II «Нарушение автономии и эффективности» ($r=0.269$, $p\leq0.000$) и оказался не взаимосвязан с доменом III «Нарушение границ» (см. Рис.2.15.). Наибольшая сила взаимосвязи этого типа жертвенности с доменом V «Сверхбдительность и подавление эмоций» ($r=0.401$, $p\leq0.000$) может объясняться, в том числе, общей для этих переменных негативной/пессимистичной направленностью. По данным исследований О.О. Андронниковой, тип жертвенности как проявления любви взаимосвязан с жизненной позицией «Я плохой - ты плохой»/ «Я не ок, ты не ок» (в терминах теории транзактного анализа) и родительским посланием «не принадлежи» [93]. Будучи интернализованным, такое родительское послание ограничивает возможности человека строить близкие межличностные связи, и в этом случае жертвенность может выступать как альтернативный способ создать привязанность либо как способ заслужить любовь. Домен V включают в себя и безусловные, и условные ранние дезадаптивные схемы, во многом объединенные ожиданием негативных событий и наличием выраженности жестких правил в отношении себя и других. Такие жесткие правила, вероятно, могут распространяться и на способы выражения любви, тогда как жертвенное проявление

любви является зачастую социально одобряемым и положительно оцениваемым в нашей культуре феноменом. С другой стороны, относящиеся к домену V феномены пессимизма, критичности и самокритичности, перфекционизма, сложности с проявлением собственной уязвимости и спонтанных эмоций и др. могут выступать как препятствия в процессе выстраивания близких конструктивных и позитивных межличностных отношений.

Анализ взаимосвязей компонент типа жертвенной реализации «жертвенная любовь» и РДС показал наличие ряда умеренных и слабых положительных корреляций (см. Приложение 9, Таблица П.9.2.). Наибольшее количество корреляций умеренной силы с ранними дезадаптивными схемами наблюдается у поведенческой компоненты, которая к тому же имеет слабые положительные взаимосвязи с17 из 18 РДС. Так, поведенческая компонента типа «жертвенная любовь» теснее всего связана с РДС «Покорность» ($r=0.360$, $p\leq0.000$), РДС «Самопожертвование» ($r=0.349$, $p\leq0.000$) и РДС «Жёсткие Стандарты/ Придирчивость» ($r=0.319$, $p\leq0.000$). Данные 3 РДС включаются в 2 домена ранних дезадаптивных схем, с которыми также поведенческая компонента умеренно положительно взаимосвязана – домен IV «Направленность/ориентация на других» ($r=0.395$, $p\leq0.000$) и домен V «Сверхбдительность и подавление эмоций» ($r=0.358$, $p\leq0.000$). Полученные результаты могут указывать на то, что поведение по типу «жертвенная любовь», т. е. стремление человека продемонстрировать любовь к другим людям через жертвование своими интересами и потребностями и ожидание такого же ответного поведения может обусловливаться влиянием ранних дезадаптивных схем, например, добровольным удовлетворением нужд других людей в ущерб своим по различным причинам (лучше себя почувствовать, избавить другого от боли из-за собственной повышенной чувствительности к боли и страданиям, во избежание чувства вины за внимание к своим потребностям и др. – РДС «Самопожертвование»), подчинением своих эмоций и потребностей, чтобы избежать наказания или гнева со стороны других (РДС «Покорность»), или следованием строгим перфекционистским правилам для того, чтобы избежать неодобрения со стороны окружающих или чувства стыда (РДС «Жёсткие Стандарты/Придирчивость»). Эмоциональная компонента типа «жертвенная любовь» теснее всего связана с РДС «Подавленность эмоций» ($r=0.307$, $p\leq0.000$), что позволяет предположить, что тип «жертвенная любовь» может быть обусловлен влиянием данной схемы, предполагающей подавление человеком как отрицательных, так и положительных импульсов. Такое подавление может создавать некоторую «пустоту», которая может быть «заполнена» жертвенными паттернами.

Тип «жертва как наказание других» содержит в основе агрессию, которая проявляется через жертвенные паттерны. Указанный тип также имеет положительные корреляции с 15 из 18 ранних дезадаптивных схем (см. Таблицу 2.2.) (см. Рис.2.16.). Наиболее значимые корреляции выявлены со следующими схемами: «Поиск одобрения» ($r=0.510$, $p\leq0.000$), «Покинутость/ Нестабильность» ($r=0.427$, $p\leq0.000$), «Привилегированность/ Грандиозность» ($r=0.359$, $p\leq0.000$), «Недоверие/Ожидание жестокого обращения» ($r=0.356$, $p\leq0.000$), «Недостаточность самоконтроля» ($r=0.348$, $p\leq0.000$), «Самопожертвование» ($r=0.324$, $p\leq0.000$), «Негативизм/Пессимизм» ($r=0.321$, $p\leq0.000$), «Уязвимость» ($r=0.304$, $p\leq0.000$). При этом РДС «Поиск одобрения» и «Самопожертвование» составляют часть домена, связанного с нарушением потребности в свободном выражении своих действительных нужд и эмоций; РДС «Покинутость/Нестабильность» и «Недоверие/Ожидание жестокого обращения» относятся к домену, связанному с нарушением потребности в безопасной привязанности/связи с другими; схемы «Привилегированность/Грандиозность» и «Недостаточность самоконтроля» составляют домен, связанный с нарушением потребности в реалистичных границах и самоконтроле, поэтому можно предположить, что нарушенные границы играют важную роль в опыте индивидов с выраженным типом «жертва как наказание других»; РДС «Негативизм/Пессимизм» является частью домена, связанного с нарушением потребности в спонтанности и игре; схема «Уязвимость» связана с нарушением потребности в чувстве идентичности, автономии, компетентности.

Этот тип жертвенной реализации явился умеренно взаимосвязанным с доменом I «Нарушение связи и отвержение» ($r=0.336$, $p\leq0.000$), доменом III «Нарушение границ» ($r=0.416$, $p\leq0.000$) и доменом IV «Направленность/ориентация на других» ($r=0.513$, $p\leq0.000$), а также слабо коррелирует с доменом II «Нарушение автономии и эффективности» ($r=0.255$, $p\leq0.000$) и доменом V «Сверхбдительность и подавление эмоций» ($r=0.287$, $p\leq0.000$). Наибольшая сила взаимосвязи этого типа с доменом IV «Направленность/ориентация на других» ($r=0.513$, $p\leq0.000$) может объясняться, в том числе, испытываемыми сложностями (а порой и невозможностью) открыто выражать свои подлинные чувства и потребности у людей с проявленным этим доменом РДС, что может обусловливать выбор ими стратегии косвенного (жертвенного) выражения эмоций, связанных с агрессией. Возвращаясь к идее о том, что все схемы этого домена являются условными, обратимся к анализу результатов на уровне отдельных схем. Было выявлено, что наиболее тесно тип жертвенности как проявления агрессии связан с РДС «Поиск одобрения» ($r=0.510$, $p\leq0.000$; условная, включена в домен IV) и

«Покинутость/Нестабильность» (r=0.427, p≤0.000; безусловная, связана с нарушением потребности в безопасной привязанности и ожиданием, что близкие отношения закончатся, а поддерживающий человек каким-то образом покинет). Опираясь на идею безусловности и условности РДС, можно предположить, что схемы домена IV в этом контексте могут развиваться и для избегания ситуации покинутости, для сохранения связи с другими значимыми персонами. Эмоции, связанные с агрессией, в контексте сохранения отношений могут казаться небезопасными, поэтому может быть избран косвенный способ – агрессия к другим в форме демонстрации им собственных страданий.

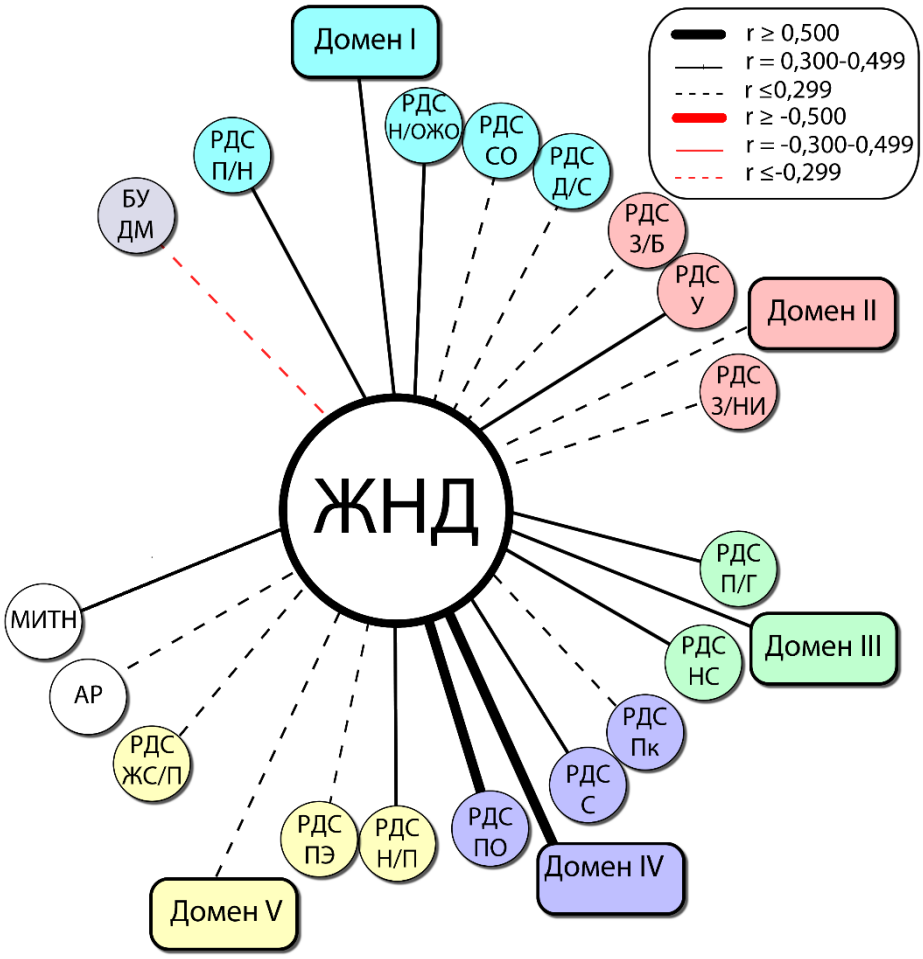


Рис. 2.16. Личностные особенности, связанные с типом жертвенной реализации «жертва как наказание других»

Анализ взаимосвязей компонент типа «жертва как наказание других» и ранних дезадаптивных схем показал наличие ряда умеренных и слабых положительных корреляций (см. Приложение 9, Таблица П.9.3.). Наибольшее количество корреляций умеренной силы с ранними дезадаптивными схемами наблюдается у когнитивной

компоненты, которая положительно взаимосвязана с 16 из 18 РДС. Так, когнитивная компонента типа «жертва как наказание других» теснее всего связана с РДС «Поиск одобрения» (r=0.389, p≤0.000), РДС «Покинутость/Нестабильность» (r=0.372, p≤0.000), РДС «Недостаточность самоконтроля» (r=0.327, p≤0.000) и РДС «Недоверие/Ожидание жестокого обращения» (r=0.309, p≤0.000), что может указывать на обусловленность этой компоненты в большей степени указанными схемами либо на схожесть убеждений, свойственных когнитивной компоненте типа «жертва как наказание других» и перечисленным РДС. Указанные схемы включаются и в домены, с которыми когнитивная компонента демонстрирует более тесную связь: домен I «Нарушение связи и отвержение» (r=0.307, p≤0.000), домен III «Нарушение границ» (r=0.338, p≤0.000) и домен IV «Направленность/ ориентация на других» (r=0.389, p≤0.000). Эмоциональная компонента умеренно положительно взаимосвязана с 2 РДС: «Поиск одобрения» (r=0.417, p≤0.000) и «Привилегированность/ Грандиозность» (r=0.305, p≤0.000), а также с соответствующими им доменами РДС – доменом IV «Направленность/ ориентация на других» (r=0.402, p≤0.000) и доменом III «Нарушение границ» (r=0.319, p≤0.000). Полученный результат может указывать на то, что эмоциональная компонента этого типа жертвенной реализации может обусловливаться влиянием указанных схем, т. е. на то, что агрессивные чувства в отношении других людей приобретают форму жертвенных паттернов реагирования, что может иметь причиной, например, зависимость личности от одобрения или неодобрения окружающих и стремление получить это одобрение даже ценой отказа от реальных чувств, потребностей и желаний (РДС «Поиск одобрения»). Сами агрессивные чувства в этом случае могут корениться в убеждении в своей исключительности и неподконтрольности общим правилам, принятым в обществе, в котором живет человек (РДС «Привилегированность/ Грандиозность»). Поведенческая компонента этого типа умеренно положительно коррелирует с доменом IV «Направленность/ ориентация на других» (r=0.316, p≤0.000), на основании чего можно выдвинуть предположение, уже высказанное выше, о том, что схемы этого домена могут обусловливать жертвенную (т. е., косвенную, непрямую, не открытую) форму выражения агрессивных чувств.

Смешанный тип жертвенности представляет собой сочетание высокой выраженности двух типов – «жертвенная любовь» и «жертва как наказание других». У респондентов, имеющих этот тип проявления жертвенности, значимо выше показатели по 14 из 18 РДС (значимые показатели размещены в Приложении 9, Таблице П.9.4. и Таблице П.9.5.): «Покинутость/ Нестабильность» (U Манна-Уитни - 3299,5, p≤0.000); «Недоверие/ Ожидание жестокого обращения» (U Манна-Уитни - 2902, p≤0.000);

«Социальная отчужденность» (U Манна-Уитни - 4263,5, p≤0.005); «Зависимость/ Беспомощность» (U Манна-Уитни – 4680,5, p≤0.042); «Уязвимость» (U Манна-Уитни - 3994, p≤0.001); «Покорность» (U Манна-Уитни - 4013,5, p≤0.001); «Самопожертвование» (t=-5,524, p≤0.000); «Подавленность эмоций» (U Манна-Уитни - 4651, p≤0.037); «Жёсткие Стандарты/Придирчивость» (t=-4,180, p≤0.000); «Привилегированность/ Грандиозность» (U Манна-Уитни – 3137,5, p≤0.000); «Недостаточность самоконтроля» (U Манна-Уитни - 3856, p≤0.001); «Поиск одобрения» (t=-6,744, p≤0.000); «Негативизм/ Пессимизм» (U Манна-Уитни – 3544, p≤0.000); «Пунитивность» (U Манна-Уитни - 4287, p≤0.006). Также было выявлено, что у респондентов со смешанным типом жертвенности значимо выше показатели проявленности всех пяти доменов РДС по сравнению с теми, у кого смешанный тип жертвенности не был выявлен (см. Приложение 9, Таблица П.9.4. и Таблица П.9.5.).

Тип «жертвенность как наказание себя» содержит в основе аутоагрессию и идеи искупления вины. Этот тип имеет положительные корреляции различной силы со всеми РДС (см. Таблицу 2.2.), наиболее выраженные из которых следующие: «Негативизм/Пессимизм» (r=0.400, p≤0.000), «Неуспешность» (r=0.397, p≤0.000), «Пунитивность» (r=0.389, p≤0.000), «Недостаточность самоконтроля» (r=0.386, p≤0.000), «Покорность» (r=0.374, p≤0.000), «Зависимость/ Беспомощность» (r=0.366, p≤0.000), «Самопожертвование» (r=0.361, p≤0.000) (см. Рис.2.17.). Наиболее выраженные корреляции наблюдаются со схемами «Негативизм/Пессимизм», «Пунитивность», которые относятся к домену V, связанному с нарушением потребности в спонтанности и игре, а также с РДС «Неуспешность», связанной с нарушением потребности в компетентности, чувстве идентичности и автономии. И хотя, вероятно, недостаточное удовлетворение всех эмоциональных потребностей отражается в опыте данных индивидов, в связи с полученными результатами можно предположить, что именно нарушение удовлетворения указанных потребностей имеет особое значение в формировании данного типа жертвенной реализации. Все выявленные взаимосвязи этого типа жертвенной позиции личности с доменами РДС являются умеренной силы, что может дополнительно свидетельствовать об опыте той или иной степени фрустрации всех базовых эмоциональных потребностей в ситуации выраженного типа жертвенности как проявления аутоагрессии. Наибольшая сила взаимосвязи этого типа жертвенности с доменом V «Сверхбдительность и подавление эмоций» (r=0.443, p≤0.000) может объясняться, в том числе, наличием жестких интернализованных правил и идеями

необходимости строгого наказания за ошибки (включая собственные), которые могут присутствовать у людей с этим выраженным доменом.

Анализ взаимосвязей компонент типа «жертвенность как наказание себя» и ранних дезадаптивных схем показал наличие ряда умеренных и слабых положительных корреляций (см. Приложение 9, Таблица П.9.6.).

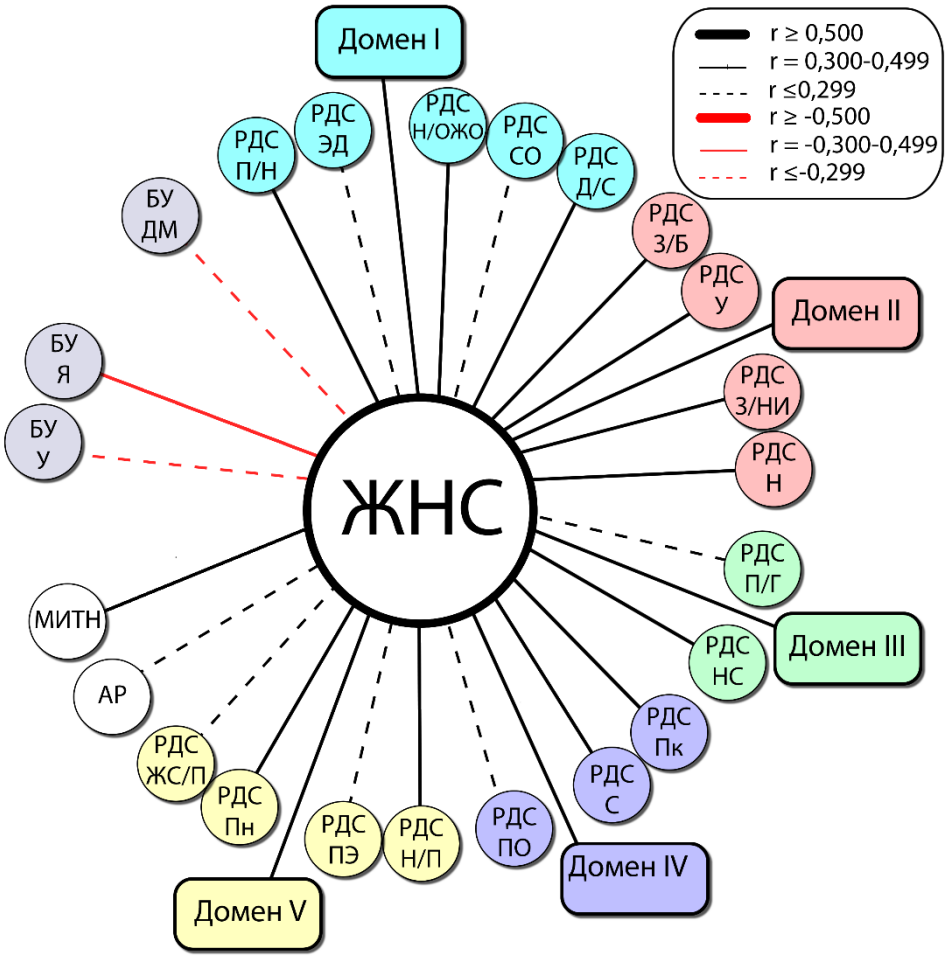


Рис. 2.17. Личностные особенности, связанные с типом жертвенной реализации «жертвенность как наказание себя»

Наибольшее количество корреляций умеренной силы с ранними дезадаптивными схемами демонстрирует эмоциональная компонента, которая оказалась связана с 17 из 18 РДС и всеми пятью доменами РДС, тогда как когнитивная и поведенческая компоненты имеют только слабые положительные взаимосвязи с ранними дезадаптивными схемами и доменами РДС или статистически незначимые корреляции с ранними дезадаптивными схемами. Наиболее тесную корреляцию эмоциональная компонента типа «жертвенность как наказание себя» имеет с РДС «Покорность» ($r=0.460$, $p\leq0.000$). Полученные

результаты позволяют предположить возможное наличие схожих механизмов в основе изучаемых явлений, когда РДС «Покорность» влияет на человека, заставляя его подчинять свои потребности и эмоции, особенно агрессивные, в пользу контроля со стороны других людей, чтобы избежать агрессии с их стороны, может иметь одним из последствий и направление человеком агрессивных чувств на самого себя (то, чем характеризуется тип «жертвенность как наказание себя»).

«Тип ролевой жертвы» связан с принятием ролевой позиции жертвы, которая включает в себя соответствующее ощущение и понимание мира. Этот тип имеет положительные корреляции разной силы со всеми РДС (см. Таблицу 2.2.). Наиболее выражены взаимосвязи со схемами: «Покинутость/Нестабильность» ($r=0.512$, $p\leq0.000$), «Недоверие/Ожидание жестокого обращения» ($r=0.497$, $p\leq0.000$), «Негативизм/Пессимизм» ($r=0.463$, $p\leq0.000$), «Покорность» ($r=0.456$, $p\leq0.000$), «Поиск одобрения» ($r=0.452$, $p\leq0.000$), «Социальная отчужденность» ($r=0.430$, $p\leq0.000$) (см. Рис.2.18.). Указанные схемы связаны с нарушением потребности в безопасной привязанности/связи с другими, потребности в свободном выражении своих действительных нужд и эмоций, потребности в спонтанности и игре.

«Тип ролевой жертвы» оказался умеренно взаимосвязан с со всеми пятью доменами ранних дезадаптивных схем: с доменом I «Нарушение связи и отвержение» ($r=0.566$, $p\leq0.000$), доменом II «Нарушение автономии и эффективности» ($r=0.421$, $p\leq0.000$), доменом III «Нарушение границ» ($r=0.398$, $p\leq0.000$), доменом IV «Направленность/ориентация на других» ($r=0.549$, $p\leq0.000$) и доменом V «Сверхбдительность и подавление эмоций» ($r=0.488$, $p\leq0.000$). Теснее всего ролевой тип жертвенности коррелирует с доменом I ($r=0.566$, $p\leq0.000$) и доменом IV ($r=0.549$, $p\leq0.000$). Полученные результаты могут указывать на нарушение удовлетворения всех базовых эмоциональных потребностей в ситуации выраженного типа ролевой жертвенности. Предположительно эмоционально неблагоприятный опыт взросления, становящийся фактором развития домена I «Нарушение связи и отвержение» (все ранние дезадаптивные схемы в нем – безусловные) и домена IV «Направленность/ориентация на других» (вместе с другими факторами, приводящими к развитию ранних дезадаптивных схем), может иметь последствиями и формирование типа ролевой жертвенности. С опорой на идею условности/безусловности ранних дезадаптивных схем, можно предположить, что люди с типом ролевой жертвенности активно переживают влияние сформировавшихся безусловных схем домена I, а условные/вторичные ранние дезадаптивные схемы домена IV выражены, но не «компенсируют» домен I, т. е. в такой ситуации человек может видеть

меньше собственных возможностей (и предпринимать меньше активных действий) для преодоления влияния РДС, связанных с нарушением потребности в безопасной привязанности. Дж.Янг и др. отмечают, что люди с выраженными РДС из домена I «зачастую имеют более серьезные психические нарушения» [197, с. 46].

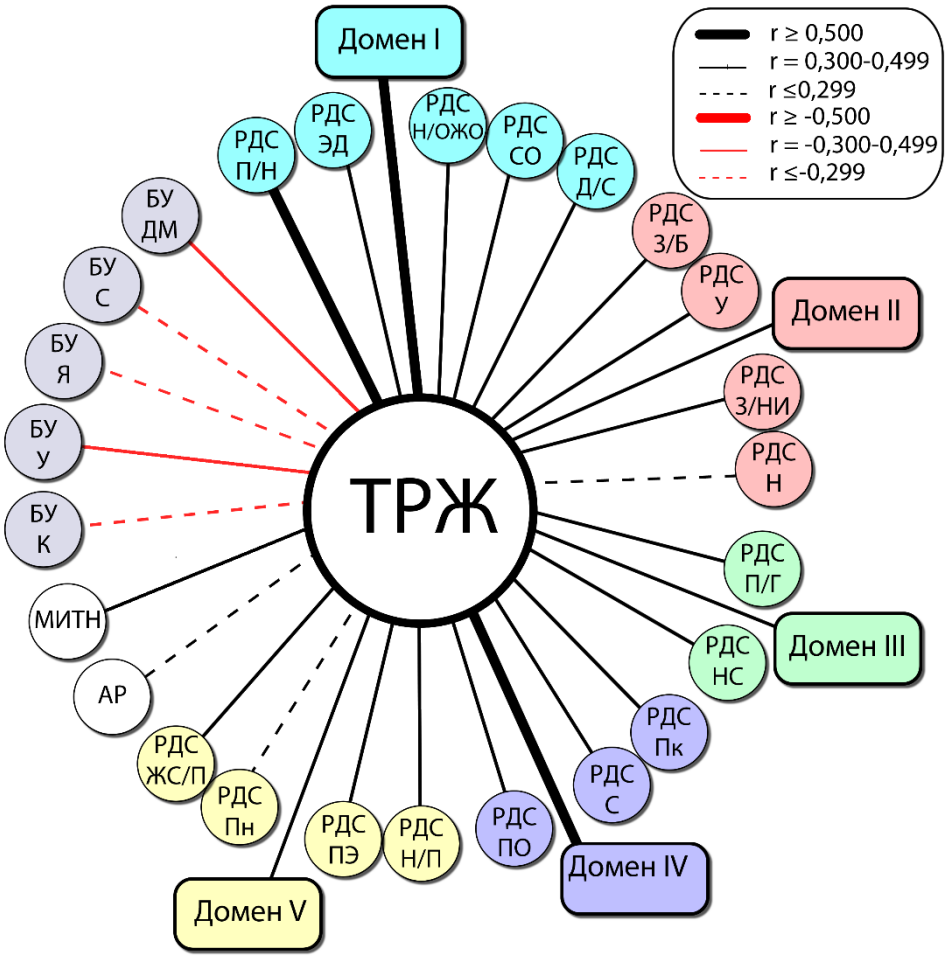


Рис. 2.18. Личностные особенности, связанные с типом жертвенной реализации «тип ролевой жертвы»

Анализ взаимосвязей компонент «типа ролевой жертвы» и ранних дезадаптивных схем показал наличие умеренных и слабых положительных корреляций между всеми компонентами и всеми РДС и их доменами (см. Приложение 9, Таблица П.9.7.). Наибольшее количество корреляций умеренной силы с РДС демонстрируют эмоциональная и поведенческая компоненты, что позволяет предположить, что эмоциональная компонента может иметь сходное с РДС содержание, тогда как поведенческая компонента может обусловливаться также влиянием РДС в числе прочих

влияющих факторов (т. к. РДС не содержат конкретного поведенческого компонента, но влияют на поведение).

Следует отметить, что есть РДС, имеющие положительную корреляцию умеренной силы/характерно связанные со всеми переменными жертвенной позиции личности (ОСЖ, ЖЛ, ЖНД, ЖНС, ТРЖ): «Недоверие/Ожидание жестокого обращения», относится к домену «Нарушение связи и отвержение» (нарушение базовой эмоциональной потребности в безопасной привязанности с другими); «Самопожертвование», относится к домену «Направленность/ориентация на других» (нарушение базовой эмоциональной потребности в свободном выражении своих реальных нужд и эмоций); «Негативизм/Пессимизм», относится к домену «Сверхбдительность и подавление эмоций» (нарушение базовой эмоциональной потребности в спонтанности и игре). Также со всеми переменными жертвенной позиции личности (ОСЖ, ЖЛ, ЖНД, ЖНС, ТРЖ) умеренно положительно взаимосвязаны Домен I «Нарушение связи и отвержение» и Домен IV «Направленность/ориентация на других».

Таким образом, *жертвенная позиция личности* имеет умеренные положительные взаимосвязи со всеми РДС и всеми пятью доменами РДС, что может свидетельствовать об опыте той или иной степени неудовлетворения всех базовых эмоциональных потребностей, выделенных Дж.Янгом и др. Наиболее высокие показатели силы корреляции отмечены со схемами «Недоверие/Ожидание жестокого обращения», «Покинутость/Нестабильность», «Негативизм/Пессимизм» и с доменом IV «Направленность/ориентация на других». Наибольшее количество корреляций умеренной силы с ранними дезадаптивными схемами демонстрирует эмоциональная компонента («чувства») общего показателя жертвенной позиции личности, будучи умеренно положительно взаимосвязанной с 15 из 18 РДС.

Тип жертвенной реализации «жертвенная любовь» положительно коррелирует с 17 из 18 РДС и с 4 из 5 доменов РДС. Наиболее значимые корреляции выявлены со схемами «Недоверие/Ожидание жестокого обращения», «Самопожертвование» и доменом V «Сверхбдительность и подавление эмоций». Наибольшее количество корреляций умеренной силы с РДС наблюдается у поведенческой компоненты типа «жертвенная любовь». Так, поведенческая компонента типа «жертвенная любовь» теснее всего связана с РДС «Самопожертвование», «Покорность» и «Жёсткие Стандарты/ Придирчивость», которые включаются в два домена РДС, с которыми также поведенческая компонента также умеренно положительно взаимосвязана – домен IV «Направленность/ ориентация на других» и домен V «Сверхбдительность и подавление эмоций».

Тип жертвенной реализации «жертва как наказание других» имеет положительные корреляции с 15 из 18 РДС и со всеми пятью доменами РДС. Наиболее значимые корреляции выявлены со схемами «Поиск одобрения», «Покинутость/Нестабильность», с доменом IV «Направленность/ориентация на других» и доменом III «Нарушение границ». Наибольшее количество корреляций умеренной силы с РДС наблюдается у когнитивной компоненты этого типа, которая положительно взаимосвязана с 16 из 18 РДС. Когнитивная компонента данного типа теснее всего связана с РДС «Поиск одобрения» и РДС «Покинутость/ Нестабильность».

У респондентов, имеющих «*смешанный тип жертвенности»,* значимо выше показатели по 14 из 18 РДС и по всем пяти доменов РДС по сравнению с респондентами, у которых данный тип выявлен не был.

Тип жертвенной реализации «жертвенность как наказание себя» имеет положительные корреляции различной силы со всеми РДС, наиболее выраженные из которых: «Негативизм/Пессимизм», «Неуспешность», «Пунитивность». Наибольшая сила взаимосвязи этого типа с доменами РДС была выявлена с доменом II «Нарушение автономии и эффективности». Наибольшее количество корреляций умеренной силы с РДС выявлено у эмоциональной компоненты этого типа проявления жертвенной позиции (которая также связана с 17 из 18 РДС и со всеми пятью доменами РДС).

Тип жертвенной реализации «тип ролевой жертвы» имеет положительные корреляции разной силы со всеми ранними дезадаптивными схемами и со всеми пятью доменами РДС. Наиболее выражены взаимосвязи со схемами «Покинутость/Нестабильность», «Недоверие/Ожидание жестокого обращения», с доменом I «Нарушение связи и отвержение» и доменом IV «Направленность/ориентация на других». Анализ взаимосвязей компонент типа «тип ролевой жертвы» и РДС показал наличие умеренных и слабых положительных корреляций между всеми компонентами и всеми РДС и доменами РДС, а наибольшее количество корреляций умеренной силы с РДС демонстрируют эмоциональная и поведенческая компоненты.

На основе полученных данных представляется возможным сделать выводы о том, что показатели переменных жертвенной позиции личности и ранних дезадаптивных схем имеют ряд положительных корреляций между собой, и более высокие показатели выраженности жертвенного поведения связаны с повышенными уровнями выраженности ранних дезадаптивных схем. При этом выявлены как общие для всех типов жертвенного поведения особенности, так и специфические особенности, свойственные каждому из типов жертвенной реализации.

2.2.5. Особенности взаимодействия переменных жертвенной позиции и базисных убеждений личности, составляющих чувство безопасности

В Таблице 2.3. представлены результаты статистического анализа корреляций между переменными жертвенной позиции личности и показателями выраженности базисных убеждений (БУ) личности, составляющих здоровое чувство безопасности. В Таблице 2.3. дополнительно выделены наиболее сильные корреляции (умеренные), тогда как слабые представлены без выделения. Незначимые корреляции помечены в таблице серым цветом ячейки. Важно также отметить, что показатели взаимосвязи параметра «общая степень жертвенности» и параметров БУ о доброжелательности окружающего мира, БУ о справедливости окружающего мира, БУ об удаче и БУ о контроле определены через применение коэффициента корреляции Пирсона, тогда как все остальные показатели взаимосвязи определены через коэффициент корреляции Спирмена.

Таблица 2.3. Результаты статистического анализа взаимосвязи переменных жертвенной позиции личности и базисных убеждений личности, составляющих чувство безопасности

№	БУ	ОСЖ	ЖЛ	ЖНД	ЖНС	ТРЖ
1	БУ о доброжелательности окружающего мира	**r=-0.328**, p≤0.000	r=-0.255, p≤0.000	r=-0.263, p≤0.000	r=-0.151, p≤0.014	**r=-0.378**, p≤0.000
2	БУ о справедливости окружающего мира	r=-0.136, p≤0.027	r=-0.085, p=0.168	r=-0.119, p≤0.054	r=-0.043, p=0.484	r=-0.189, p≤0.002
3	БУ о ценности и значимости собственного Я	**r=-0.379**, p≤0.000	r=-0.284, p≤0.000	r=-0.105, p=0,089	**r=-0.395**, p≤0.000	r=-0.281, p≤0.000
4	БУ об удаче	**r=-0.398**, p≤0.000	**r=-0.346**, p≤0.000	r=-0.099, p≤0.110	r=-0.265, p≤0.000	**r=-0.330**, p≤0.000
5	БУ о контроле	r=-0.200, p≤0.000	r=-0.192, p≤0.002	r=-0.094, p≤0.126	r=-0.116, p≤0.061	r=-0.153, p≤0.013

Жертвенная позиция личности (переменная «общая степень жертвенности») имеет отрицательные корреляции со всеми базисными убеждениями личности, составляющими здоровое чувство безопасности (см. Таблицу 2.3.): умеренные отрицательные корреляции с «базисным убеждением об удаче» (r=-0.398, p≤0.000), «базисным убеждением о ценности и значимости собственного Я» (r=-0.379, p≤0.000), «базисным убеждением о доброжелательности окружающего мира» (r=-0.328, p≤0.000), а также слабые отрицательные корреляции с «базисным убеждением о контроле» (r=-0.200, p≤0.000) и «базисным убеждением о справедливости окружающего мира» (r=-0.136, p≤0.027) (см. Рис.2.14.). Результаты линейного регрессионного анализа показывают следующее:

- 10,4% дисперсии переменной «общая степень жертвенности» обусловлено влиянием переменной «базисное убеждение о доброжелательности окружающего мира» (скорректированный R^2=0.104, p≤0.000);
- 1,5% дисперсии переменной «общая степень жертвенности» обусловлено влиянием переменной «базисное убеждение о справедливости окружающего мира» (скорректированный R^2=0.015, p≤0.027);
- 15,5% дисперсии переменной «общая степень жертвенности» обусловлено влиянием переменной «базисное убеждение об удаче» (скорректированный R^2=0.155, p≤0.000);
- 3,6% дисперсии переменной «общая степень жертвенности» обусловлено влиянием переменной «базисное убеждение о контроле» (скорректированный R^2=0.036, p≤0.001).

Анализ взаимосвязей компонент обобщенного показателя, отражающего уровень выраженности жертвенной позиции личности, и показателей выраженности БУ личности показал наличие ряда отрицательных корреляций различной силы между обозначенными переменными (см. Приложение 9, Таблица П.9.8.). Наиболее тесные отрицательные взаимосвязи выявлены между эмоциональной компонентой жертвенной позиции личности и БУ о ценности и значимости собственного Я (r=-0.394, p≤0.000), когнитивной компонентой и БУ об удаче (r=-0.344, p≤0.000) и БУ о ценности и значимости собственного Я (r=-0.342, p≤0.000), поведенческой компонентой и БУ о доброжелательности окружающего мира (r=-0.293, p≤0.000).

Таким образом, в ситуации повышения показателя, обобщенно отражающего выраженность жертвенной позиции личности, вероятно будут наблюдаться сниженные показатели выраженности БУ личности, составляющих чувство безопасности, т. е. чувство безопасности будет нарушенным: окружающий мир и другие люди будут восприниматься человеком как менее доброжелательные и более враждебные, а самому себе человек скорее будет казаться невезучим и недостаточно хорошим и ценным. На основании теории о базисных убеждениях личности Р.Янофф-Бульман, согласно которой базисные убеждения могут формироваться уже в негативной форме из-за раннего неблагоприятного опыта взаимодействия со значимыми другими и/или нарушаться во взрослом возрасте в связи с событиями, повлекшими за собой психическую травму [цит. по 169], можно предположить, что в ситуации повышенных значений показателя, отражающего выраженность жертвенной позиции личности, может иметь место также один или оба

указанных фактора (ранний неблагоприятный опыт межличностного взаимодействия со значимыми взрослыми и/или психическая травматизация). Полученный результат также соотносится с идеей Р.Г. Эрскина о схожести последствий психологической травматизации и трагических сценариев жизни [43], идеей Дж.Янга и др. о психологической травматизации как об одном из источников формирования РДС [197] и идеей связи психологической травматизации и использования игровой роли жертвы М.А. Одинцовой [164].

Четыре из пяти БУ, составляющих чувство безопасности, имеют отрицательные корреляции с *типом жертвенной реализации «жертвенная любовь»* (см. Таблицу 2.3.) (см. Рис.2.15.), при этом наиболее выражено нарушение «Базисного убеждения об удаче» ($r=-0.346$, $p\leq0.000$). Анализ взаимосвязей компонент типа «жертвенная любовь» и показателей выраженности БУ личности показал наличие ряда умеренных и слабых отрицательных корреляций (см. Приложение 9, Таблица П.9.9.): больше всего их наблюдается между БУ и эмоциональной компонентой, однако наиболее тесная отрицательная взаимосвязь выявлена между поведенческой компонентой и БУ об удаче ($r=-0.305$, $p\leq0.000$). Таким образом, повышенные показатели выраженности типа «жертвенная любовь» вероятно будут сопровождаться нарушением чувства безопасности и восприятием человеком себя как невезучего.

Чувство безопасности в меньшей степени взаимосвязано с *типом жертвенной реализации «жертва как наказание других»* (см. Таблицу 2.3.): слабая отрицательная корреляция выявлена только с одним БУ – «базисным убеждением о доброжелательности окружающего мира» ($r=-0.263$, $p\leq0.000$) (см. Рис.2.16.). Анализ взаимосвязей компонент типа «жертва как наказание других» и показателей выраженности БУ личности показал наличие ряда слабых отрицательных корреляций между всеми компонентами и БУ о доброжелательности окружающего мира, между когнитивной компонентой и БУ о справедливости окружающего мира и о ценности и значимости собственного Я, между эмоциональной компонентой и БУ о справедливости окружающего мира (см. Приложение 9, Таблица П.9.10.). Можно предположить, что в ситуации повышения показателей уровня выраженности типа «жертва как наказание других» человек также может иметь некоторое нарушение чувства безопасности, воспринимая окружающий мир и других людей скорее как недоброжелательных или даже враждебных.

При *смешанном типе жертвенности* показатель «базисное убеждение о доброжелательности окружающего мира» оказывается значимо ниже, чем у респондентов без этого типа ($t=4{,}151$, $p\leq0.000$), как и уровень выраженности переменной «базисное

убеждение об удаче» является более низким, чем у респондентов без этого типа (t= 2,046, p≤0.045) (Приложение 9, Таблица П.9.4.).

Три из пяти параметров чувства безопасности оказываются отрицательно взаимосвязаны с *типом «жертвенность как наказание себя»* (см. Таблицу 2.3.), наиболее выражена отрицательная корреляция с аспектом «базисное убеждение о ценности и значимости собственного Я» (r=-0.395, p≤0.000) (см. Рис.2.17.). Анализ взаимосвязей компонент типа «жертвенность как наказание себя» и показателей выраженности БУ личности выявил ряд отрицательных корреляций различной силы (см. Приложение 9, Таблица П.9.11.), наиболее выражена из которых умеренная отрицательная корреляция между эмоциональной компонентой и БУ о ценности и значимости собственного Я (r=-0.443, p≤0.000) и БУ об удаче (r=-0.300, p≤0.000). Таким образом, опираясь на полученные результаты, можно предположить, что в случае повышения показателей уровня выраженности типа «жертвенность как наказание себя» человек также может иметь некоторое нарушение чувства безопасности, воспринимая самого себя скорее как недостаточно ценную и значимую личность, а также считать происходящие с ним события скорее как неподконтрольные ему.

Все БУ, составляющие чувство безопасности, оказались отрицательно взаимосвязанными с «*типом ролевой жертвы»* (см. Таблицу 2.3.), при этом наиболее выражены отрицательные корреляции умеренной силы с «базисным убеждением о доброжелательности окружающего мира» (r=-0.378, p≤0.000) и «базисным убеждением об удаче» (r=-0.330, p≤0.000) (см. Рис.2.18.). Анализ взаимосвязей компонентов «типа ролевой жертвы» и показателей выраженности БУ личности, составляющих чувство безопасности, выявил ряд отрицательных корреляций различной силы (см. Приложение 9, Таблица П.9.12.), наиболее выражена из которых умеренная отрицательная корреляция между когнитивной компонентой и БУ об удаче (r=-0.321, p≤0.000). Опираясь на полученные результаты можно предположить, что в случае повышения уровня выраженности «типа ролевой жертвы» человек может иметь некоторое нарушение чувства безопасности, воспринимая самого себя скорее как того, кому не повезло и/или не везет.

Исходя из полученных результатов, представляется возможным сделать вывод об отрицательной взаимосвязи параметров жертвенной позиции личности и базисных убеждений личности, составляющих здоровое чувство безопасности, т. е. люди с повышенной выраженностью параметров жертвенной позиции личности, как правило, имеют сниженное или нарушенное чувство безопасности. Полученные результаты, с опорой на концепцию Р.Янофф-Бульман, позволяют предположить, что в ситуации

повышенных значений показателя, отражающего выраженность жертвенной позиции личности, может иметь место также один или оба фактора, из-за которых нарушается данный тип базисных убеждений личности, – ранний неблагоприятный опыт межличностного взаимодействия со значимыми взрослыми и/или психическая травматизация, что, в свою очередь, согласуется с идеями Р.Г. Эрскина, Дж.Янга, М.А. Одинцовой и др., а также нашим исследованием, выявившим отрацательные корреляции между РДС и БУ [146]. Согласно полученным результатам, общим для всех типов жертвенной реализации выступает снижение показателя «базисного убеждения о доброжелательности окружающего мира». Также разные типы жертвенной реализации имеют различную картину нарушения чувства безопасности.

2.2.6. Особенности взаимодействия параметров жертвенной позиции и межличностной интолерантности к неопределенности и актуальной ригидности

Показатели жертвенной позиции личности имеют ряд корреляций разной силы с показателем *межличностной интолерантности к неопределенности* (см. Таблицу 2.4.).

Таблица 2.4. Результаты статистического анализа взаимосвязи параметров жертвенной позиции личности и параметра «межличностная интолерантность к неопределенности»

№	Параметр жертвенной позиции	МИТН
1	«Общая степень жертвенности»	**r=0.439**, p≤0.000
2	«Жертвенная любовь»	r=0.189, p≤0.002
3	«Жертва как наказание других»	**r=0.352**, p≤0.000
4	«Жертвенность как наказание себя»	**r=0.320**, p≤0.000
5	«Тип ролевой жертвы»	**r=0.367**, p≤0.000

В Таблице 2.4. представлены результаты статистического анализа корреляций между параметрами жертвенной позиции личности и показателями выраженности параметра «межличностная интолерантность к неопределенности» (МИТН). В ней дополнительно выделены наиболее значимые корреляции (умеренные), тогда как слабые взаимосвязи представлены без выделения. Важно отметить, что показатель взаимосвязи параметра «общая степень жертвенности» и параметра МИТН определен через применение коэффициента корреляции Пирсона, тогда как все остальные показатели взаимосвязи определены через коэффициент корреляции Спирмена.

МИТН имеет умеренные положительные взаимосвязи с параметрами «общая степень жертвенности» (r=0.439, p≤0.000) (см. Рис.2.14.), «жертва как наказание других»

(r=0.352, p≤0.000) (см. Рис.2.16.), «жертвенность как наказание себя» (r=0.320, p≤0.000) (см. Рис.2.17.), «тип ролевой жертвы» (r=0.367, p≤0.000) (см. Рис.2.18.) и слабую положительную взаимосвязь с параметром «жертвенная любовь» (r=0.189, p≤0.002) (см. Рис.2.15.) (см. Таблицу 2.4.). У респондентов, у которых отмечен положительный результат по параметру «смешанный тип жертвенности», отмечается также статистически более высокий уровень выраженности МИТН, чем у респондентов, не обладающих смешанным типом жертвенности (t=-4,919 при p≤0.000; Приложение 9, Таблица П.9.4.). Результаты линейного регрессионного анализа также показывают, что 18,9% дисперсии переменной «общая степень жертвенности» обусловлено влиянием переменной «межличностная интолерантность к неопределенности» (скорректированный R^2=0.189, p≤0.000).

Анализ взаимосвязей между компонентами обобщенного показателя, отражающего уровень выраженности жертвенной позиции личности, компонентами типов жертвенной реализации и показателем выраженности МИТН выявил ряд положительных взаимосвязей различной силы, наиболее тесные из которых продемонстрированы с эмоциональной (r=0.410, p≤0.000) и поведенческой (r=0.371, p≤0.000) компонентами жертвенной позиции личности, а также с эмоциональной компонентой типа «жертвенность как наказание себя» (r=0.357, p≤0.000) и с поведенческой компонентой «типа ролевой жертвы» (r=0.357, p≤0.000) (см. Приложение 9, Таблица П.9.13.).

Таким образом, переменная «межличностная интолерантность к неопределенности» положительно коррелирует с показателями жертвенной позиции личности, из чего следует, что люди с выраженными устойчивыми паттернами жертвенного реагирования также вероятно будут стремиться к ясности и контролю в межличностных отношениях и будут склонны переживать дискомфорт в случае неопределенности в отношениях с другими людьми.

Показатели жертвенной позиции личности имеют ряд корреляций разной силы с показателем *актуальной ригидности* (см. Таблицу 2.5.). В Таблице 2.5. представлены результаты статистического анализа корреляций между параметрами жертвенной позиции личности и показателями выраженности переменной «актуальная ригидность». В ней дополнительно выделены наиболее значимые корреляции (умеренные), тогда как слабые взаимосвязи представлены без выделения. Также важно отметить, что показатель взаимосвязи параметра «общая степень жертвенности» и параметра «актуальная ригидность» определен через применение коэффициента корреляции Пирсона, тогда как

все остальные показатели взаимосвязи определены через коэффициент корреляции Спирмена.

Таблица 2.5. Результаты статистического анализа взаимосвязи параметров жертвенной позиции личности и переменной «актуальная ригидность»

№	Параметр жертвенной позиции	Актуальная ригидность
1	«Общая степень жертвенности»	**r=0.335**, p≤0.000
2	«Жертвенная любовь»	r=0.263, p≤0.000
3	«Жертва как наказание других»	r=0.234, p≤0.000
4	«Жертвенность как наказание себя»	r=0.217, p≤0.000
5	«Тип ролевой жертвы»	r=0.272, p≤0.000

Переменная «актуальная ригидность» имеет умеренную положительную взаимосвязь с параметром «общая степень жертвенности» (r=0.335, p≤0.000) (см. Рис.2.14.) и слабые положительные взаимосвязи с параметрами других типов жертвенной реализации – «жертвенная любовь» (r=0.263, p≤0.000) (см. Рис.2.15.), «жертва как наказание других» (r=0.234, p≤0.000) (см. Рис.2.16.), «жертвенность как наказание себя» (r=0.217, p≤0.000) (см. Рис.2.17.), «тип ролевой жертвы» (r=0.272, p≤0.000) (см. Рис.2.18.). При сравнении групп респондентов, у которых отмечен положительный результат по параметру «смешанный тип жертвенности», и респондентов, у которых не определен «смешанный тип жертвенности», статистически значимых различий в выраженности актуальной ригидности выявлено не было. Результаты линейного регрессионного анализа также показывают, что 10,9% дисперсии переменной «общая степень жертвенности» обусловлено влиянием переменной «актуальная ригидность» (скорректированный R^2=0.109, p≤0.000).

Анализ взаимосвязей между компонентами обобщенного показателя, отражающего уровень выраженности жертвенной позиции личности, компонентами типов жертвенной реализации и показателем выраженности актуальной ригидности выявил ряд положительных взаимосвязей различной силы, наиболее тесные из которых продемонстрированы с эмоциональной (r=0.306, p≤0.000) и поведенческой (r=0.318, p≤0.000) компонентами обобщенного показателя выраженности жертвенной позиции личности (см. Приложение 9, Таблица П.9.14.). Можно сделать вывод о том, что переменная «актуальная ригидность» положительно коррелирует с показателями жертвенной позиции личности, что позволяет предположить, что респонденты с выраженными параметрами жертвенной позиции также будут более склонны демонстрировать ригидность, которая может проявляться в выраженных трудностях или

неспособности при объективной необходимости изменить собственное отношение к кому-либо или чему-либо или поведение.

Соедовательно, актуальная ригидность и межличностная интолерантность к неопределенности являются в различной степени положительно взаимосвязанными с жертвенной позицией личности и типами жертвенной реализации.

2.3. Личностные особенности проявленного сценарного поведения «жертвы»

Жертвенная позиция личности отражает содержание сценарного поведения «жертвы»: устойчивое использование человеком игровых паттернов жертвенного поведения и реагирования, т. е. направленных на достижение скрытой психологической цели или на непрямое, скрытое выражение имеющегося чувства/переживания. Проявленным сценарным поведением «жертвы» мы считаем среднюю и высокую степени жертвенности. Средняя степень жертвенности указывает на периодическое, но при этом регулярное и достаточно устойчивое использование жертвенных паттернов, а высокая степень – на частое и устойчивое использование жертвенных паттернов.

Статистический анализ показал, что группы, составляющие степени жертвенности, различаются между собой, а уровни выраженности степени жертвенности проявляют особенности взаимосвязей с другими переменными.

У группы респондентов с высокой степенью жертвенности по сравнению с группой с низкой степенью жертвенности были выявлены значимо более высокие показатели выраженности всех 18 ранних дезадаптивных схем, всех пяти доменов ранних дезадаптивных схем, межличностной интолерантности к неопределенности и актуальной ригидности и значимо более низкие показатели выраженности 4 из 5 базисных убеждений личности, составляющих здоровое чувство безопасности (группы не различаются только по показателю выраженности базисного убеждения о справедливости окружающего мира) (см. Приложение 10, П.10.1., Таблица П.10.1.1.).

У группы респондентов со средней степенью жертвенности по сравнению с группой с низкой степенью жертвенности были выявлены значимо более высокие показатели выраженности всех 18 ранних дезадаптивных схем, всех пяти доменов ранних дезадаптивных схем, межличностной интолерантности к неопределенности и актуальной ригидности и значимо более низкие показатели выраженности 3 из 5 базисных убеждений личности, составляющих здоровое чувство безопасности (группы не различаются по

показателям выраженности базисного убеждения о справедливости окружающего мира и базисного убеждения о контроле) (см. Приложение 10, П.10.1., Таблица П.10.1.2., Таблица П.10.1.3.).

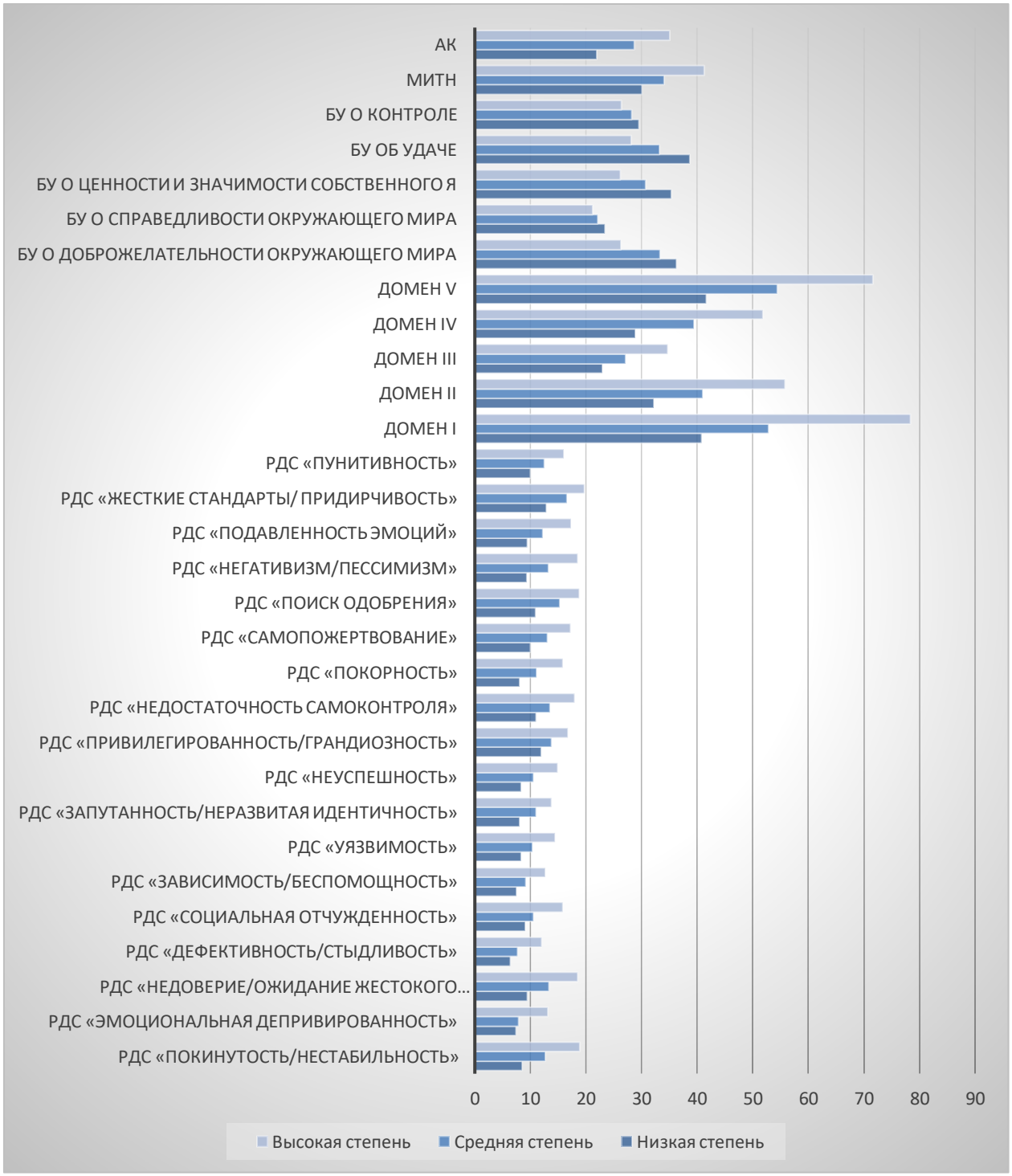


Рис. 2.19. Сравнительный анализ выраженности личностных особенностей у групп с разной степенью жертвенности

У группы респондентов с высокой степенью жертвенности по сравнению с группой со средней степенью жертвенности были выявлены значимо более высокие показатели выраженности всех 18 ранних дезадаптивных схем, всех пяти доменов ранних дезадаптивных схем, межличностной интолерантности к неопределенности и актуальной ригидности и значимо более низкие показатели выраженности 3 из 5 базисных убеждений личности, составляющих здоровое чувство безопасности (группы не различаются только по показателям выраженности базисного убеждения о справедливости окружающего мира и базисного убеждения о контроле) (см. Приложение 10, П.10.1., Таблица П.10.1.4.).

Таким образом, группы с разной степенью жертвенности достоверно различаются между собой по уровню выраженности всех ранних дезадаптивных схем и их доменов, межличностной интолерантности к неопределенности, актуальной ригидности, а также базисных убеждений о доброжелательности окружающего мира, о ценности и значимости собственного Я и об удаче (см. Рис. 2.19.). При этом группы статистически значимо не различаются между собой по уровню выраженности базисного убеждения о справедливости окружающего мира, а по уровню выраженности базисного убеждения о контроле значимые различия обнаружены только между группой с низкой степенью жертвенности и группой с высокой степенью жертвенности (см. Приложение 10, П.10.1.).

Исследование взаимосвязей степени жертвенности показало следующие результаты. *Низкая степень жертвенности* не обнаружила значимых взаимосвязей ни с одной из изучаемых переменных. Отсутствие таких корреляций не позволяет выявить переменные, связанные с защитными факторами в контексте сценарного поведения «жертвы». *Средняя степень жертвенности*, относимая нами к проявленному сценарному поведению «жертвы», обнаружила значимые корреляции различной силы со всеми личностными особенностями, кроме базисного убеждения о справедливости окружающего мира, базисного убеждения о контроле и актуальной ригидности (см. Рис. 2.20.) (см. Приложение 10, П.10.2., Таблица П.10.2.1.).

Опираясь на полученные результаты, можно предположить, что средняя степень жертвенности во многом связана с ожиданием, что случится что-то плохое: что близкие люди покинут (РДС «Покинутость/Нестабильность», $r=0.416$, $p\leq0.000$) или поступят жестоко (РДС «Недоверие/Ожидание жестокого обращения», $r=0.441$, $p\leq0.000$), что случится какое-то плохое событие (РДС «Уязвимость», $r=0.401$, $p\leq0.000$) или что неудачи наступят с большой вероятностью (РДС «Негативизм/Пессимизм», $r=0.433$, $p\leq0.000$), а также с ощущением собственной недостаточной дисциплинированности и контроля за

своими действиями (РДС «Недостаточность самоконтроля», r=0.325, p≤0.000). Все перечисленные РДС являются безусловными.

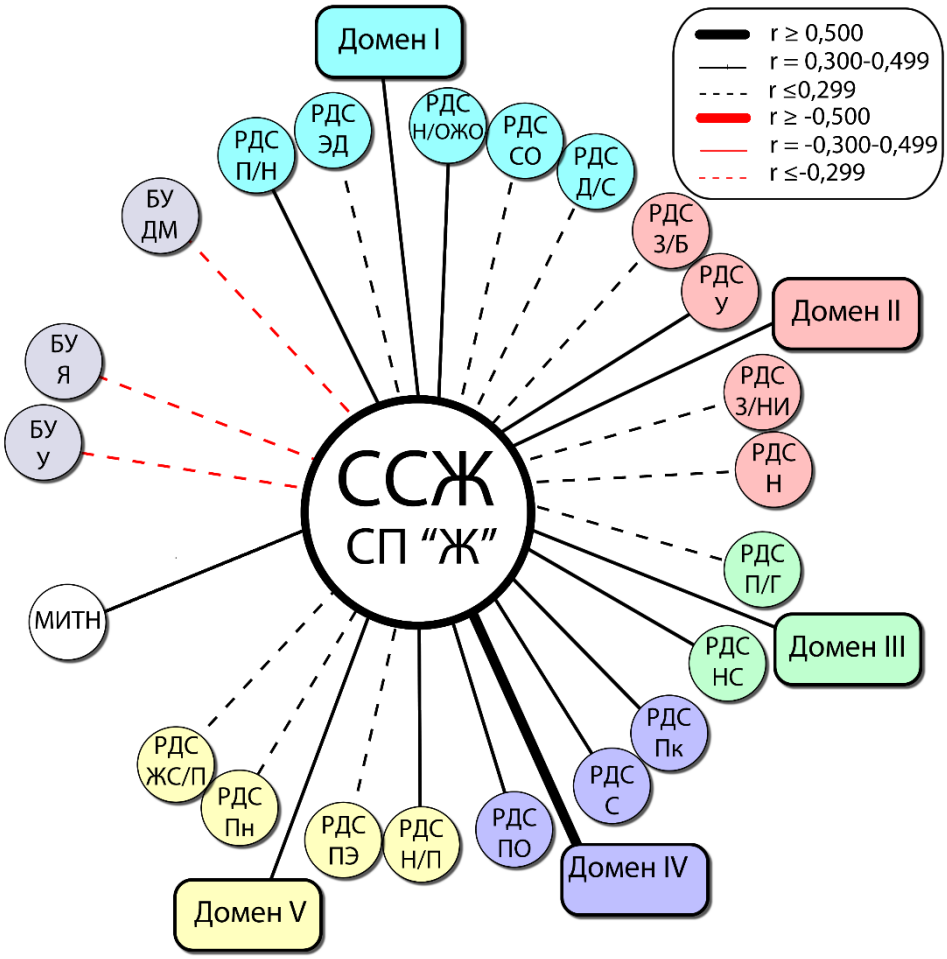


Рис. 2.20. Личностные особенности, связанные со средней степенью жертвенности

Наиболее сильную связь средняя степень жертвенности демонстрирует с доменом IV «Направленность/ориентация на других» (r=0.509, p≤0.000). Средняя степень жертвенности также умеренно взаимосвязана со всеми тремя РДС, входящими в состав этого домена и являющимися условными: «Покорность» (r=0.338, p≤0.000), «Самопожертвование» (r=0.351, p≤0.000) и «Поиск одобрения» (r=0.432, p≤0.000). Можно предположить, что в случае средней степени жертвенности сильнее всего страдает удовлетворение именно базовой эмоциональной потребности, нарушение которой лежит в основе домена IV: потребность в свободном выражении своих реальных потребностей и эмоций. Другой возможный здесь механизм: условные РДС именно этого домена развиваются для совладания с угрожающими посланиями безусловных схем, например –

стремление получить одобрение и признание со стороны других людей в ущерб своей аутентичности (РДС «Поиск одобрения»), чрезмерное стремление добровольно удовлетворить потребности других людей во избежание чувства вины за внимание к своим потребностям (РДС «Самопожертвование») или подчинение другим людям для того, чтобы избежать их гнева, наказания и иных негативных последствий (РДС «Покорность»). Также люди со средней степенью жертвенности могут стремиться к большему контролю в межличностных взаимодействиях и иметь несколько нарушенное чувство безопасности.

Высокая степень жертвенности, также относимая нами к проявленному сценарному поведению «жертвы», продемонстрировала более точечную, по сравнению со средней степенью жертвенности, картину взаимосвязей (см. Рис. 2.21.) (см. Приложение 10, П.10.2., Таблица П.10.2.2.).

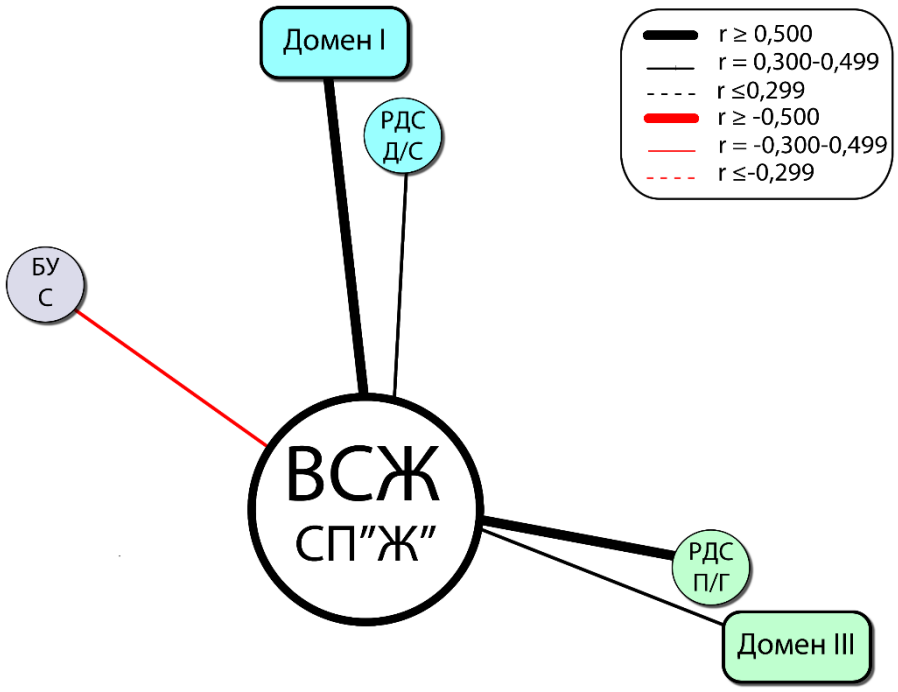


Рис. 2.21. Личностные особенности, связанные с высокой степенью жертвенности

Высокая степень жертвенности умеренно положительно коррелирует с РДС «Грандиозность/Привилегированность» (r=0.582, p≤0.003), доменом I «Нарушение связи и отвержение» (r=0.507, p≤0.011), РДС «Дефективность/Стыдливость» (r=0.445, p≤0.029), доменом III «Нарушение границ» (r=0.416, p≤0.043) и умеренно отрицательно коррелирует с базисным убеждением о справедливости окружающего мира (r=-0.475, p≤0.019). Опираясь на полученные результаты, в ситуации высокой степени жертвенности можно предположить нарушение базовых эмоциональных потребностей в безопасной привязанности с другими (домен I) и в реалистичных границах и самоконтроле (домен III). Следует отметить полярность, или амбивалентность, переживаний, имеющих место в ситуации высокой степени жертвенности: одновременное или попеременное уверенность и ощущение своей плохости и неполноценности (РДС «Дефективность/Стыдливость») и уверенность и ощущение в своем превосходстве над другими людьми (РДС «Грандиозность/Привилегированность»), которые сопровождаются при этом убеждением, что окружающий мир несправедлив. Можно предположить механизм развития РДС «Грандиозность/Привилегированность» как способа преодоления посланий РДС «Дефективность/Стыдливость». Исходя из полученных результатов, можно также определить дальнейшие возможные направления исследований в этой области: исследовать и дифференцировать высокую степень жертвенности и симптомы нарциссического расстройства личности [41].

Таким образом, проявленное сценарное поведение «жертвы» взаимосвязано с ранними дезадаптивными схемами и их доменами, базисными убеждениями личности, составляющими чувство безопасности, межличностной интолерантностью к неопределенности и актуальной ригидностью. При этом разные степени выраженности проявленного сценарного поведения «жертвы» характеризуются разными картинами личностных особенностей, что может указывать на различные механизмы, лежащие в основе их формирования и функционирования.

2.4. Особенности жертвенной позиции личности, ранних дезадаптивных схем, доменов ранних дезадаптивных схем и базисных убеждений, составляющих чувство безопасности у специальной категории респондентов

Из общего числа респондентов, принявших участие в экспериментальном исследовании, мы выделили специальную категорию: 15 респондентов, на момент исследования находившихся в пенитенциарном учреждении за совершение

правонарушений различной степени тяжести и проходивших там же реабилитацию от зависимости от психоактивных веществ. С точки зрения ТА, употребление психоактивных веществ и алкоголя связывают с контаминацией и исключением эго-состояний [42], а регулярное потребление психоактивных веществ и тюремное заключение могут рассматриваться как сценарные события. Согласно концепции сценария жизни Э.Берна, зависимость от психоактивных веществ и тюремное заключение рассматриваются как явления/события, способные указывать на третью (наиболее тяжёлую) степень тяжести или трагичности сценария «побежденного» [110, 152, 180]. Для К.Штайнера потребление психоактивных веществ может быть проявлением сценария «без радости» [192], а согласно С.Карпману игры третьей степени (более тяжёлые) приносят вред здоровью, заканчиваются в суде или тюрьме и др. [127]. Опираясь на данные идеи, мы предположили, что у этой категории респондентов показатели проявленности сценарного поведения «жертвы» могут быть выше по сравнению с респондентами всей остальной выборки и с группой остальных мужчин выборки.

Данная подгруппа состояла из мужчин 20-43 лет (M=32,53, SD=7,070). Были проведены два сравнения: между группой специальной категории респондентов и группой всех остальных респондентов выборки (сравнение №1); между группой специальной категории респондентов и группой всех остальных мужчин из общей выборки респондентов (сравнение №2). При сравнении выраженности переменных в указанных группах были выявлены значимые различия (см. Приложение 11, П.11.1 и П.11.2). Полученные результаты имеют некоторые различия по сравнению с нашими более ранними исследованиями [134, 137] ввиду расширения общей выборки респондентов.

В группе специальной категории респондентов по сравнению с группой всех остальных респондентов выборки (сравнение №1) были выявлены более высокие показатели по следующим параметрам жертвенной позиции личности: «общая степень жертвенности» ($p \leq 0.020$), когнитивная компонента «общей степени жертвенности» ($p \leq 0.001$), «жертвенная любовь» ($p \leq 0.028$), когнитивная компонента типа «жертвенная любовь» ($p \leq 0.036$), «жертвенность как наказание себя» ($p \leq 0.021$), поведенческая компонента типа «жертвенность как наказание себя» ($p \leq 0.025$), «тип ролевой жертвы» ($p \leq 0.036$), когнитивная компонента «типа ролевой жертвы» ($p \leq 0.000$) (см. Приложение 11, П.11.1.). В группе специальной категории респондентов по сравнению с группой всех остальных мужчин из общей выборки респондентов (сравнение №2) были выявлены более высокие показатели по следующим параметрам жертвенной позиции личности: «общая степень жертвенности» ($p \leq 0.038$), когнитивная компонента «общей степени

жертвенности» (p≤0.012), «тип ролевой жертвы» (p≤0.050), когнитивная компонента «типа ролевой жертвы» (p≤0.024), эмоциональная компонента «типа ролевой жертвы» (p≤0.002) (см. Приложение 11, П.11.2.). Следует отметить, что все респонденты имели среднюю и высокую степень жертвенности, которые мы относим к проявленному сценарному поведению «жертвы».

Некоторые базисные убеждения личности, составляющие чувство безопасности, у этой группы выражены при этом сильнее по сравнению с общей выборкой респондентов, как и с группой всех других мужчин выборки. Так, базисное убеждение о справедливости окружающего мира оказалось значимо выше в группе специальной категории респондентов как по сравнению с группой всей остальной выборки (p≤0.021) (см. Приложение 11, П.11.1.), так и по сравнению с группой всех остальных мужчин из общей выборки (p≤0.005) (см. Приложение 11, П.11.2.). Базисное убеждение о контроле оказалось значимо выше в группе специальной категории респондентов по сравнению с группой всей остальной выборки (p≤0.016) (см. Приложение 11, П.11.1.).

Было также выявлено, что четыре ранних дезадаптивных имеют более высокие показатели выраженности по сравнению с общей группой респондентов (см. Приложение 11, П.11.1.). Две из этих РДС относятся к первому домену «Нарушение связи и отвержение» («Эмоциональная депривированность» (p≤0.007), «Дефективность/ Стыдливость» (p≤0.044)), связанному с нарушением базовой эмоциональной потребности в безопасной привязанности с другими, и две из них относятся к пятому домену «Сверхбдительность и подавление эмоций» («Подавленность эмоций» (p≤0.018), «Пунитивность» (p≤0.048)), связанному с нарушением базовой эмоциональной потребности в спонтанности и игре. Также было выявлено, что показатели домена I «Нарушение связи и отвержение» оказались значимо выше у специальной категории респондентов по сравнению со всей остальной группой респондентов (p≤0.037). Дж.Янг и др. говорят о том, что РДС лежат в основе симптомов, среди которых находится и злоупотребление наркотиками, а также что схемы актуализируются триггерами и жизненными обстоятельствами, напоминающими те, которые привели к формированию схем [197]. Таким образом, можно предположить, что выявленные четыре РДС могут быть взаимосвязаны с зависимостью от психоактивных веществ/совершением правонарушений или с совокупностью обоих факторов. В основе такой взаимосвязи может находиться ранний опыт личности (нарушение некоторых базовых эмоциональных потребностей), а также актуальные жизненные обстоятельства (ограничение свободы, а также реабилитационный процесс, который связан с осознаванием причин зависимости,

развитием рефлексии и личностными изменениями). Молдавские исследовательницы M.Diţa и M.Vîrlan отмечают, что пребывание в пенитенциарном учреждении может иметь ряд психосоциальных последствий для человека, среди которых изменение нормального течения развития личности, появление и усиление некоторых психических и психосоциальных расстройств, среди которых: психологическая травма, депрессивные состояния, нарушения сна и др. [7]. Исследовательницы S. Rizeanu и A.-M. Mitiloagă при изучении особенностей типов привязанности и зависимости от азартных игр выявили, что люди с безопасным типом привязанности имеют низкий индекс тяжести зависимости от азартных игр, люди с избегающим типом привязанности имеют средний указанный индекс, тогда как высокий индекс тяжести наблюдается у людей с тревожным типом привязанности [19]. Р.В. Кадыров и др. в результате теоретического анализа привели ряд аргументов в пользу того, что РДС влияют на возникновение у человека аддиктивного поведения [125].

Данные результаты нашего исследования согласуются с результатами исследований, где было выявлено, что домены «Нарушение связи и отвержение» и «Сверхбдительность и подавление эмоций» отрицательно коррелируют с осознанными действиями и контролем за потреблением психоактивных веществ [48]. Отметим также согласование наших результатов с исследованием Jalali et al., в котором было выявлено, что наибольшие различия между группой респондентов-мужчин с опиоидной зависимостью, находящихся несколько месяцев в терапии, и не-клинической группой респондентов выявлены именно в доменах «Нарушение связи и отвержение» и «Сверхбдительность и подавление эмоций». Между тем выявленные различия в РДС несколько отличаются от наших результатов, совпадение отмечается только по РДС «Дефективность/Стыдливость» и «Пунитивность» [50]. Полученные результаты согласуются также с результатами исследований, где показано, что наличие РДС «Эмоциональная депривированность», «Недоверие/Ожидание жестокого обращения» и «Жесткие стандарты/Придирчивость» может предсказать повышенную вероятность потребления психоактивных веществ (опиоидов) во взрослом возрасте [87], и что наличие РДС первого домена «Нарушение связи и отвержение» в большей степени, чем наличие схем других доменов, связано с потреблением психоактивных веществ [29].

В другом исследовании было выявлено, что домены «Нарушение автономии и эффективности» и «Нарушение границ» в большей степени могут иметь значение для злоупотребления психоактивными веществами и развития зависимости от психоактивных веществ [65]. В исследовании Shorey et al. были выявлены положительные взаимосвязи

показателей разных РДС и разных типов агрессивного поведения. В нем отмечается также, что большинство РДС у людей, находящихся на лечении от зависимости от психоактивных веществ, являются более выраженными по сравнению с общей популяцией [77]. Сравнение выраженности РДС у людей, зависимых от психоактивных веществ, и у их родителей показало, что у первых показатели статистически значимо выше, чем у родителей [72]. Сравнение показателей выраженности РДС у людей с зависимостью от психоактивных веществ и их интимных партнеров выявило статистически значимую более высокую выраженность РДС у первых по 13 из 18 РДС, включая три, выявленных в нашем исследовании: «Дефективность/Стыдливость», «Подавленность эмоций», «Пунитивность» [73]. РДС «Пунитивность» была выявлена как одна из наиболее выраженных четырех РДС среди мужчин и женщин с алкогольной зависимостью [75], как и у женщин с алкогольной и опиоидной зависимостью [78]. РДС «Эмоциональная депривированность», «Подавленность эмоций» и «Пунитивность» были выявлены в числе прочих 12 РДС, которые положительно коррелируют с зависимостью от азартных игр в выборке мужчин с алкогольной зависимостью [74]. Взаимосвязь тяжести психологических травм, полученных в детском возрасте, и психологических травм, полученных в течение жизни, с потреблением опиоидных психоактивных веществ выявлена и в исследовании J.Garami et al. [46]. Еще одно исследование показало опосредующую роль РДС между тяжестью симптомов посттравматического стрессового расстройства и потреблением запрещенных психоактивных веществ [53]. При этом важно отметить, что выраженность РДС может меняться после прохождения 4-недельной программы реабилитации от зависимости от психоактивных веществ в реабилитационном центре несмотря на то, что РДС достаточно устойчивы [76].

Проведенное исследование показало, что у нашей специальной выборки респондентов также наблюдаются повышенные показатели выраженности показателей жертвенной позиции личности и ряда переменных, указывающих на пережитый ими неблагоприятный опыт (ряд РДС и базисных убеждений личности). В числе ограничений данной части нашего исследования следует отметить гомогенность и малочисленность группы специальной категории респондентов. При этом полученные нами результаты во многом согласуются с данными других исследований, проведенных в гетерогенных и более многочисленных выборках людей, зависимых от психоактивных веществ.

Таким образом, респонденты, находящиеся в пенитенциарном учреждении и проходящие реабилитацию от зависимости от психоактивных веществ, показывают значимые различия в выраженности жертвенной позиции личности, а также некоторых

РДС и БУ, составляющих здоровое чувство безопасности, по сравнению с другими респондентами общей выборки. Полученные результаты позволяют выдвинуть предположение о том, что некоторые переменные выступают как факторы риска развития зависимости от психоактивных веществ и/или совершения правонарушений и одновременно с этим в некоторой степени могут отражать текущие жизненные обстоятельства и процессы. Полученные результаты согласуются и дополняют результаты уже осуществленных исследований и открывают возможности для дальнейшего изучения ряда психологических феноменов и нахождения новых решений для психологической помощи и реабилитации.

2.5. Выводы к главе 2

Проявленное сценарное поведение «жертвы» характеризуется различными личностными особенностями, в частности наблюдается наличие более высокого уровня выраженности ранних дезадаптивных схем, более высокие степени выраженности межличностной интолерантности к неопределенности и актуальной ригидности и более низкие показатели базисных убеждений личности, составляющих здоровое чувство безопасности, по сравнению с людьми без проявленного сценарного поведения «жертвы».

Высокая степень жертвенности характеризуется амбивалентностью представлений о себе (от ощущения своих исключительных прав и превосходства до ощущения своей плохости и неполноценности), отношения с другими людьми воспринимаются как ненадежные и небезопасные, а окружающий мир – как несправедливый.

Люди со средней степенью жертвенности могут иметь ряд проявленных ранних дезадаптивных схем (особенно из доменов, связанных со стремлением человека отказаться от своей аутентичности в пользу других людей и переживанием небезопасности, ненадежности и нестабильности близких отношений с другими людьми), проявлять межличностную интолерантность к неопределенности и обладать нарушенным чувством безопасности.

Разные типы жертвенной реализации характеризуются разной картиной личностных особенностей. При этом все типы жертвенной реализации обладают и набором общих характеристик.

При выраженном типе «жертвенная любовь» люди чаще всего настроены пессимистично и склонны к тому, чтобы подавлять спонтанные импульсы, реакции и

эмоции, настроены на удовлетворение чужих потребностей и подчинение другим людям, а также скорее считают себя неудачливыми.

При выраженном типе «жертва как наказание других» люди зачастую стремятся быть одобренными окружающими и склонны ожидать, что близкие отношения будут нестабильны, а также сложнее переживают неопределенность в отношениях.

Личности с выраженным типом «жертвенность как наказание себя» могут быть убеждены в своей неспособности достичь успеха и сосредоточены на негативных сторонах жизни, стремиться к контролю и определенности в отношениях, а также считать себя недостаточно ценными и значимыми людьми.

При выраженном «типе ролевой жертвы» люди могут ощутимо переживать чувство нарушенной и небезопасной связи с другими, стремиться к отказу от своих потребностей в пользу потребностей окружающих и к контролю и ясности в межличностных взаимоотношениях, считать окружающий мир скорее враждебным, а себя воспринимать скорее как неудачливых.

Возрастные особенности сценарного поведения «жертвы» проявляются только на уровне компонент типов жертвенной реализации «жертвенная любовь» и «жертва как наказание других».

Мужчины чаще по сравнению с женщинами проявляют сценарное поведение «жертвы», связанное с мотивами жертвенности как проявления любви и жертвенности как наказания себя.

Мужчины, находящиеся в тюремном заключении и проходящие реабилитацию от зависимости от психоактивных веществ, демонстрируют проявленное сценарное поведение «жертвы», характеризуются достоверно более высокими показателями выраженности жертвенной позиции личности, типов жертвенной реализации «жертвенная любовь», «жертвенность как наказание себя», «тип ролевой жертвы» и некоторых их компонент в сравнении с показателями всей остальной выборки мужчин и женщин, а также в сравнении с другими мужчинами из общей выборки.

3. ПРОГРАММА ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ИНТЕРВЕНЦИЙ ДЛЯ СНИЖЕНИЯ ВЫРАЖЕННОСТИ ПРОЯВЛЕННОГО СЦЕНАРНОГО ПОВЕДЕНИЯ «ЖЕРТВЫ»

3.1. Обзор и направленность программ психологической коррекции жертвенного поведения у взрослых

Жертвенное поведение как психологический феномен, сохраняя свою высокую актуальность, продолжает изучаться: исследуются факторы его возникновения и развития, коррелирующие с ним личностные особенности. Данные исследования становятся основой для разработки подходов, программ и психологических интервенций с целью изменения жертвенного поведения, однако в этой области многие аспекты еще остаются открытыми для уточнения, выявления и разработки [135].

Рассмотрим далее программы психологических интервенций, направленных на преодоление жертвенных проявлений, понимаемых скорее как последствия переживания неблагоприятного опыта в ходе онтогенетического развития, не включая в обзор специализированные программы для пострадавших от домашнего насилия и пострадавших от буллинга в образовательном учреждении. В фокусе внимания нашего исследования – взрослые люди, однако следует отметить также работы исследовательниц О.О. Андронниковой и М.А. Одинцовой, в которых описаны возможности психологической коррекции жертвенной позиции у подростков, включая тех, кто испытал/испытывает воздействие неблагоприятных жизненных факторов [93, 163].

И.Г. Малкина-Пых, говоря об индивидуальной психологической работе с клиентами с жертвенными установками, отмечает важность осознания и понимания клиентом его собственной интерпретации событий и влияния этой интерпретации на его эмоциональное реагирование, а также необходимость для специалиста понимать и выявлять привычные жертвенные паттерны клиента и реагировать на них образом, позволяющим клиенту не закреплять, а изменять их. Автором перечисляются и направления, которые эффективны в данной психологической работе: транзактный анализ, индивидуальная психология А.Адлера, психосинтез и когнитивно-поведенческая терапия [153]. Эти же аспекты подчеркиваются С.Ю. Плотниковой, которая, анализируя практическую психологическую работу с клиентами, демонстрирующими жертвенное поведение, также предлагает собственную типологию «клиентов-жертв» и специальные рекомендации по психологической коррекции для каждого из типов [212]. Также говоря о

работе с клиентами с установками на поведение «жертвы», М.А. Одинцова указывает на полезность работы со смыслами в контексте логотерапии и отмечает психологическое сопровождение как наиболее эффективный метод работы с указанной категорией. Важным фактором эффективности психологического сопровождения выступает самостоятельное обозначение и решение проблемы клиентом, тогда как участие специалиста – поддерживающее и опосредованное, создающее безопасные условия и «понимающие отношения». Такая работа направлена на развитие жизнетворчества, жизнестойкости, сферы социального взаимодействия клиента [161].

В исследовании ценностно-смысловой сферы лиц разного виктимного типа на основе сочетания типа ролевой виктимности (социальная и игровая роль жертвы) и уровня проявления виктимности были выявлены виктимные личностные типы: гипервиктимные, виктимные и аутовиктимные. Помимо свойственных каждому типу характеристик, были идентифицированы также инвариантные, т. е. характерные для всех виктимных личностных типов свойства: экстернальный локус контроля, низкая осознанность и осуществимость своих жизненных предназначений, противоречивость и хаотичность ценностно-смысловой сферы. Инвариантные характеристики были учтены при разработке универсальной программы для виктимных личностей, направленной на формирование жизнестойких убеждений и гармонизации выявленных инвариантных свойств. Психокоррекционная программа «Жизнестойкость и жизнетворчество» предполагает 12 занятий в групповом формате, длительностью 4 часа каждое, подходит для нескольких возрастных групп (14-21 год). Включает в себя работу с темами трудных жизненных ситуаций и их преодоления, психологии жертвы, жизнестойкости, жизнетворчества, возможностей самопомощи и расширения системы смыслов и целей. Отмечается, что программа способствует переориентированию виктимной личности с поведения разрушительного характера на поведение с жизнетворческими и жизнестойкими установками [168].

Ц.Л. Мкртчян представила авторскую методику «Вы короли и королевы», направленную на переосмысление состояния жертвы в контексте проблемного межличностного взаимодействия (состояния конфликта, обиды, кризиса) и активизацию самоконтроля и саморегуляции, апробированную на группах студентов 18-28 лет (подходящую и для индивидуального формата работы) [210].

Существуют данные об успешной коррекции «жертвенной ментальности» с помощью программы развития внутреннего локуса контроля [40].

Коррекционно-развивающая программа «Жизнестойкость и гармония» для личности с установкой жертвы, предложенная Ю.П. Поваренковым и Р.А. Субботиной, направлена на повышение адаптационного потенциала студентов начальных курсов медицинских вузов в период их учебно-профессиональной адаптации. Ранее было установлено, что высокий уровень ролевой виктимности определяет неготовность студентов эффективно приспосабливаться к высоким нагрузкам и другим специфическим особенностям учебно-академической ситуации. Программа включает в себя работу с представлениями о трудных жизненных ситуациях и способах совладания, предполагает активизацию процессов самопознания, самоанализа и самораскрытия, осознание собственных ресурсов, развитие гибкости восприятия, творческого потенциала и осознанного жизнетворчества, укрепление веры в собственный успех и др. Формат работы – групповой, объем – 80 академических часов в течение 20 недель. Результаты апробирования программы показали значимое позитивное изменение показателей ролевой виктимности, жизнестойкости и психологического благополучия [173].

Итак, рассмотренные рекомендации, методы и программы психологических интервенций, направленных на изменение жертвенных проявлений (установок, ролей, состояния) у взрослых, указывают на полезность работы со знаниями, пониманием, осознаванием и представлениями (о психологических основах происходящих событий, о самом себе и др.). Важной представляется работа по расширению возможностей совладания с трудными жизненными ситуациями и развитию творческого потенциала в контексте выбора жизненного пути и принятия решений и сопровождение клиентов в безопасной и поддерживающей их личную активность атмосфере.

3.2. Результаты теоретического анализа и экспериментального исследования в планировании организации и проведения программы психологических интервенций

Анализ научной литературы и прикладных исследований феномена «жертвы», включая анализ актуального экспериментального исследования, привел к необходимости выделить опорные тезисы, которые важно учесть при планировании организации и проведения психологических интервенций, направленных на изменение сценарного поведения «жертвы». К опорным тезисам или базовым идеям можно отнести следующие.

1) *Взаимосвязь устойчивых паттернов жертвенного реагирования и опыта нарушения эмоциональных потребностей в ходе взросления*.

Первый опорный тезис базируется на результатах как изучения научной литературы, так и проведенного прикладного исследования.

Представители схема-терапевтического подхода Дж.Янг и др. описали пять *базовых эмоциональных потребностей личности, нарушения удовлетворения* которых могут привести к формированию ранних дезадаптивных схем, т. е. некоторых способов восприятия, понимания и отношения, глубоко закрепившихся убеждениях, усвоенных в ходе взросления и сохраняющихся на протяжении жизни. Среди описанных Дж.Янгом и др. ранних дезадаптивных схем есть те, что напрямую связаны с жертвенными паттернами реагирования (РДС «Самопожертвование», «Покорность», «Недоверие/Ожидание жестокого обращения», «Зависимость/ Беспомощность» и др.). Опыт нарушения удовлетворения базовых эмоциональных потребностей может приводить к тому, что и во взрослом возрасте люди не умеют опознавать собственные эмоциональные потребности и предпринимать конструктивные действия для их удовлетворения [196, 197].

Согласно интегративному ТА, ранний опыт перерабатывается в сценарий жизни. Сценарий рассматривается как система, стремящаяся к гомеостазу, саморегулирующаяся и самоподдерживающаяся через взаимодействие связанных подсистем, среди которых описываются и сценарные убеждения. Сценарные убеждения содержат под собой подавленные сильные негативные чувства, которые переживал ребенок, и важные *потребности во взаимоотношениях*, которые не удовлетворялись во время написания сценария [43]. Личность стремится подтвердить сценарные убеждения, особенно в ситуации стресса или повторного неудовлетворения потребностей в текущих взаимоотношениях [58, 59].

Согласно онтогенетической концепции виктимности личности О.О. Андронниковой, жертвенная позиция личности берет свое начало в эмоционально неблагоприятном опыте проживания возрастных кризисов в периоде 3-7 лет в запрещающей среде, т. е. среде, не дающей возможности свободно и открыто выражать свои *истинные эмоции и потребности* [93].

В рамках этапа прикладного исследования была выявлена взаимосвязь между сценарным поведением «жертвы» и показателями выраженности ранних дезадаптивных схем. Было выявлено, что РДС «Недоверие/Ожидание жестокого обращения» (связанная с нарушением базовой эмоциональной потребности в безопасной привязанности с другими), «Самопожертвование» (связанная с нарушением базовой эмоциональной потребности в свободном выражении своих реальных нужд и эмоций) и «Негативизм/Пессимизм» (связанная с нарушением базовой эмоциональной потребности

в спонтанности и игре) показывают положительные корреляции умеренной силы с обобщенным показателем выраженности жертвенной позиции личности, а также с типами жертвенной реализации («жертвенная любовь», «жертва как наказание других», «жертвенность как наказание себя», «тип ролевой жертвы») и значимо более выраженные у респондентов со смешанным типом жертвенности по сравнению с респондентами без смешанного типа. Корреляции слабой и умеренной силы с обобщенным показателем выраженности жертвенной позиции личности и типами жертвенной реализации, включая значимо большую выраженность у респондентов со смешанным типом жертвенности (по сравнению с респондентами без смешанного типа), демонстрируют ещё 9 РДС: «Покинутость/Нестабильность», «Социальная отчужденность», «Уязвимость», «Запутанность/Неразвитая идентичность», «Покорность», «Подавленность эмоций», «Жёсткие Стандарты/Придирчивость», «Недостаточность самоконтроля», «Поиск одобрения». Кроме того, имеющими положительные корреляции умеренной силы с обобщенным показателем выраженности жертвенной позиции личности и типами жертвенной реализации («жертвенная любовь», «жертва как наказание других», «жертвенность как наказание себя», «тип ролевой жертвы») и значимо более выраженными у респондентов со смешанным типом жертвенности (по сравнению с респондентами без смешанного типа) явились два домена ранних дезадаптивных схем – домен I «Нарушение связи и отвержение» (связан с нарушением базовой потребности в безопасной привязанности с другими) и домен IV «Направленность/Ориентация на других» (связан с нарушением базовой потребности в свободном выражении собственных реальных потребностей и эмоций). Корреляции слабой и умеренной силы с обобщенным показателем выраженности жертвенной позиции личности и типами её проявления, включая значимо большую выраженность у респондентов со смешанным типом жертвенности по сравнению с респондентами без смешанного типа, демонстрируют ещё два домена ранних дезадаптивных схем: домен V «Сверхбдительность и подавление эмоций» (связан с нарушением базовой потребности в спонтанности и игре) и домен II «Нарушение автономии и эффективности» (связан с нарушением базовой потребности в автономии, компетентности и чувстве идентичности). Средняя степень жертвенности, относимая нами к проявленному сценарному поведению «жертвы», имеет положительные взаимосвязи различной силы со всеми РДС и доменами РДС. Люди с проявленным сценарным поведением «жертвы» имеют более высокие уровни выраженности показателей всех РДС и доменов РДС по сравнению с людьми с низкой степенью жертвенности.

Данный тезис о взаимосвязи устойчивых паттернов жертвенного реагирования и опыта нарушения эмоциональных потребностей приводит к идее целесообразности обучения людей с выраженным сценарным поведением «жертвы» умению обнаруживать свои эмоциональные потребности и конструктивным способам их удовлетворения, что может быть одним из основных компонентов комплекса психологических интервенций.

2) *Взаимосвязь устойчивых паттернов жертвенного реагирования и нарушения базисных убеждений личности, составляющих чувство безопасности.*

Данный опорный тезис также базируется на результатах изучения научной литературы и проведенного прикладного исследования.

Согласно концепции Р.Янофф-Бульман, чувство безопасности составляют ряд базисных убеждений об окружающем мире и о самом себе, предполагающих, что окружающий мир и другие люди дружелюбно настроены в отношении человека и что он сам является ценной и значимой личностью, человеком достаточно удачливым и способным контролировать происходящие с ним события. При этом базисные убеждения личности могут быть нарушены из-за особенностей её взаимодействия в детском возрасте со значимыми взрослыми, а также в результате психологической травматизации во взрослом возрасте [169]. Дж.Янг и др. среди событий, способствующих формированию РДС, выделяет, в том числе, фрустрацию эмоциональных потребностей и психологическую травматизацию, что, в свою очередь, указывает на небезопасность среды, в которой может расти ребенок, имеющий впоследствии РДС [197]. Представитель ТА Р.Г. Эрскин связывает негативный жизненный сценарий с понятием психологической травмы [43]. О.О. Андронникова в рамках онтогенетической концепции виктимности личности также указывает на наличие когнитивной компоненты жертвенной позиции личности, в которую включаются представления о себе как о пережившем/переживающем притеснение со стороны общества человеке [206, 97], что тоже может косвенно указывать на опыт нарушения чувства безопасности.

В рамках данного исследования была выявлена отрицательная взаимосвязь показателей выраженности жертвенной позиции личности и показателей выраженности базисных убеждений личности, составляющих чувство безопасности. Имеющим отрицательные корреляции умеренной силы с обобщенным показателем выраженности жертвенной позиции личности и показателями выраженности типов жертвенной реализации («жертвенная любовь», «жертва как наказание других», «жертвенность как наказание себя», «тип ролевой жертвы») и значимо более выраженное у респондентов со смешанным типом жертвенности по сравнению с респондентами без смешанного типа

выступило «базисное убеждение о доброжелательности окружающего мира». Проявленное сценарное поведение «жертвы» (средняя и высокая степени жертвенности) также взаимосвязано с нарушением чувства безопасности. Средняя степень жертвенности отрицательно взаимосвязана с базисным убеждением о доброжелательности окружающего мира, базисным убеждением о ценности и значимости собственного Я и базисным убеждением об удаче. Высокая степень жертвенности умеренно отрицательно взаимосвязана с базисным убеждением о справедливости окружающего мира. Люди с проявленным сценарным поведением «жертвы» имеют более низкие уровни выраженности показателей базисного убеждения о доброжелательности окружающего мира, базисного убеждения о ценности и значимости собственного Я, базисного убеждения об удаче и базисного убеждения о контроле по сравнению с людьми с низкой степенью жертвенности.

Взаимосвязь виктимности и повышенной потребности в безопасности выявлена и изучена в контексте психологической коррекции также М.А. Одинцовой [163].

Данный тезис о взаимосвязи сценарного поведения «жертвы» и базисных убеждений личности, составляющих чувство безопасности, приводит к идее целесообразности учёта повышенной вероятности наличия в анамнезе у людей с выраженным жертвенным поведением психотравмирующего опыта (что означает травмаинформированный подход к подбору психокоррекционных интервенций и готовность к манифестации симптомов переживаемых последствий психологической травматизации), а также к необходимости восстановления здорового чувства безопасности, что может быть одним из основных компонентов комплекса психологических интервенций по изменению жертвенного поведения.

3) *Важность осознания паттернов собственного поведения в рамках психологической коррекции устойчивых паттернов жертвенного реагирования*.

Данный опорный тезис базируется на результатах анализа научной литературы.

Осознание, или глубокое понимание личностью своего поведения и находящихся за ним убеждений и переживаний, становится основой для принятия решений об изменениях. С точки зрения транзактноаналитического подхода осознание как способность понимать то, что происходит в настоящем, является одной из трех способностей по-настоящему автономной личности, а достижение личностью автономии представляет собой конечную цель психологической помощи по методу транзактного анализа [120]. Кроме того, отметим, что работа со смыслами своего поведения может иметь значение и с точки зрения процесса формирования жизненного сценария,

предполагающего, что ребенок объясняет себе, почему та или иная его потребность в отношениях не удовлетворяется [43], т. е. ребенок придаёт происходящему некий (как правило, негативный/неадаптивный) смысл, который включается в систему его убеждений. Кроме того, нахождение в роли Жертвы в психологических играх связывается с неиспользованием способности использовать мышление для решения проблем [39].

Важность развития понимания себя у клиента с жертвенными установками, как было рассмотрено в параграфе 3.1, отмечается И.Г. Малкиной-Пых, М.А. Одинцовой, С.Ю. Плотниковой [153, 161, 212]. Компоненты, связанные с развитием знаний и понимания в области сущности жертвенного поведения, включены в психокоррекционные программы, описанные М.А. Одинцовой, Ц.Л. Мкртчян, Ю.П. Поваренковым и Р.А. Субботиной [168, 210, 173].

Развитие осознанности может быть полезным и в рамках психологической коррекции ранних дезадаптивных схем [111, 86, 177]. Э.Рёдигер подчёркивает, что «осознанность – это противовес мощному влиянию активации схемы» [177, с. 308]. Исследования также показывают, что выраженность ранних дезадаптивных схем отрицательно коррелирует с навыками осознанности [48, 76].

Данный опорный тезис приводит к идее целесообразности развития у людей с выраженными показателями сценарного поведения «жертвы» знаний в области психологии жертвенного поведения и формирования навыков осознания и рефлексии личностью собственного поведения и реагирования, что может быть одним из основных компонентов комплекса психологических интервенций.

4) *Важность условий психологической работы в рамках психологической коррекции устойчивых паттернов жертвенного реагирования*.

Данный опорный тезис базируется на результатах анализа научной литературы и проведенного прикладного исследования.

Условия, в которых организуется психологическое консультирование, являются неотъемлемой частью этой работы, и степень, в которой этот аспект оказывает влияние на эффективность, все еще продолжает изучаться. Частью таких условий можно назвать и клиент-терапевтические отношения. По данным исследований, они вносят существенный вклад в результаты психологической работы, сравнимый с вкладом психологических интервенций [57], кроме того, важно адаптировать клиент-терапевтические отношения к характеристикам конкретного клиента [57]. По данным J.C. Norcross и B.E. Wampold, такие элементы клиент-терапевтических отношений, как альянс в индивидуальной работе/работе с парой/семьей, сотрудничество, согласие относительно целей работы,

сплоченность в групповой работе, эмпатия, позитивное отношение и признание, двухсторонняя обратная связь продемонстрировали свою эффективность, а такие элементы как конгруэнтность, построение реальных отношений, выражение эмоций, культивация позитивных ожиданий от работы и повышение доверия к ней, управление контрпереносом и устранение разрывов терапевтического альянса вероятно эффективны [57]. R.G. Erskine подчеркнул особое значение интер-субъектного контакта в клиент-терапевтических отношениях, а также важность таких принципов психологической работы как равенство ценности каждого человека, организованность любого человеческого опыта физиологически, аффективно и/или когнитивно, наличие смысла в любом человеческом поведении, критичную значимость для человеческого функционирования внутренних и внешних контактов, универсальный для всех людей поиск отношений и взаимозависимость в течение жизни, врождённое стремление людей к росту и страдание людей от разрыва отношений, а не от психопатологий [201].

Как было рассмотрено в параграфе 3.1, необходимость создания условий в психологической работе с клиентами с жертвенным поведением (ролью, установками) отмечается как при индивидуальном консультировании [153, 161, 212], так и в групповом формате [168]. В проанализированных научных работах подчеркивается важность создания атмосферы безопасности, понимания, активности, которая позволит формировать опыт нового поведения и межличностного взаимодействия без закрепления имеющихся жертвенных паттернов реагирования.

В рамках данного исследования было выявлено, что жертвенная позиция личности и типы жертвенной реализации положительно коррелируют с показателями выраженности межличностной интолерантности к неопределенности и актуальной ригидности. Средняя степень жертвенности, относимая нами к проявленному сценарному поведению «жертвы», умеренно положительно коррелирует с межличностной интолерантностью к неопределенности. Люди с проявленным сценарным поведением «жертвы» имеют более высокие уровни выраженности показателей МИТН и АР по сравнению с людьми с низкой степенью жертвенности. Данные личностные особенности могут проявляться в процессе психологической работы, вероятно оказывая влияние как на клиент-терапевтические отношения, так и на скорость происходящих изменений в поведении, мышлении и переживаниях человека. В этом контексте заключение терапевтического контракта может снизить неопределенность, с которой сталкиваются люди, становясь клиентами психолога или участниками психологической группы, а также повысить мотивацию и приверженность к участию человека в психологической работе. Кроме того, такого рода

контракт имеет и другие преимущества. В рамках транзактноаналитического подхода важным условием прекращения использования психологических игр (где одна из основных ролей – это роль жертвы) является активизация и укрепление эго-состояния Взрослого, что осуществляется, в том числе, посредством контракта. Контракт представляет собой ясную, четкую и понятную обеим сторонам договоренность между специалистом и клиентом, которая содержит решение предпринять что-нибудь в связи с имеющейся проблемой, понятно сформулированную цель и возможность реализации данной цели. Контрактная основа психологической работы исходит из положения, что «все люди – ок» и равны между собой [120].

Данный тезис приводит к идее целесообразности создания в ходе психологической работы клиент-терапевтических отношений, включающих в себя элементы, показавшие свою эффективность/вероятную эффективность, учёта личностных особенностей, свойственных людям с выраженным сценарным поведением «жертвы», а также использования контрактного метода, т. е. ясных, понятных клиентам договоренностей о целях, методах и условиях психологической работы.

5) *Важность активизации личностных ресурсов в рамках психологической коррекции устойчивых паттернов жертвенного реагирования*.

Данный опорный тезис базируется на результатах анализа научной литературы.

Активизация и расширение личностных ресурсов в рамках психологической коррекции жертвенного поведения отмечаются исследователями М.А. Одинцовой, Н.Ю. Чернобровкиной, Ю.П. Поваренковым и Р.А. Субботиной [161, 163, 168, 173].

Активация личностных ресурсов может быть важна и для преодоления негативного содержания эмоциональной компоненты жертвенной позиции личности согласно О.О. Андронниковой (ощущений безысходности, беспомощности, бессилия) [97].

При этом развитие и укрепление эго-состояния Взрослого (в терминах транзактного анализа)/режима Здорового Взрослого (в терминах схема-терапии), а также режима Счастливого ребёнка (в терминах схема-терапии) тоже можно рассматривать как активизацию и развитие личностных ресурсов. Жертва как ролевая позиция в драматическом треугольнике характеризуется тем, что действует, *как если бы* не имела ресурсов (что вовсе не означает, что их нет, поэтому мы говорим об *активизации личностных ресурсов*) и не использует свое эго-состояние Взрослого для решения проблем [39]. A.Choy, описывая треугольник победителя как антитезис драматического треугольника С.Карпмана, говорит о переходе Жертвы в Уязвимого, т. е. того, кто способен чувствовать и думать одновременно, кто чувствует и понимает, что столкнулся с

проблемой, но использует способность мыслить эго-состояния Взрослого, а также способен напрямую попросить о помощи и готов при этом принять отказ [39].

Данный тезис приводит к идее целесообразности активизации у людей с выраженным сценарным поведением «жертвы» личностных ресурсов и развития и укрепления у них эго-состояния Взрослого/режима Здорового Взрослого, что может быть одним из основных компонентов комплекса психологических интервенций.

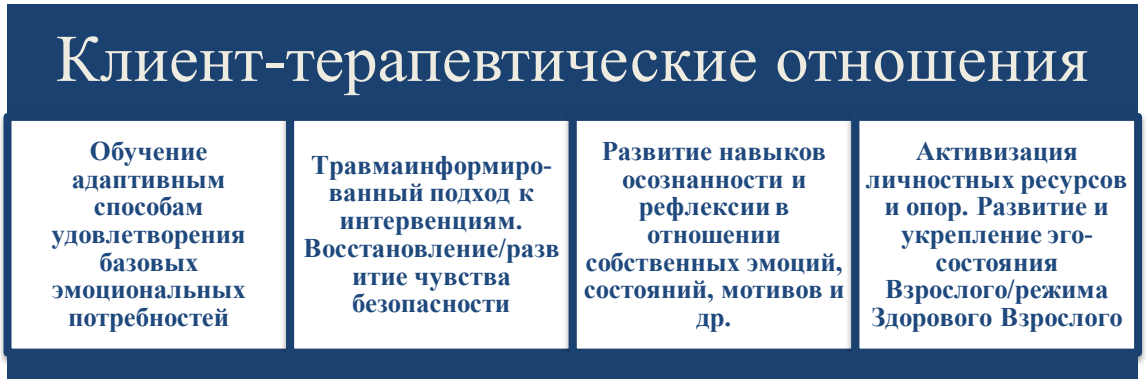


Рисунок 3.1. Основы стратегии психологической помощи при выраженном сценарном поведении «жертвы»

Рассмотренные выше опорные тезисы можно рассматривать как базис комплекса психологических интервенций для снижения выраженности сценарного поведения «жертвы», сформулированный по итогам теоретического анализа и экспериментального исследования. При этом клиент-терапевтические отношения могут выступать как фон, на основе которого реализуется работа по четырем основным направлениям: обучению адаптивным способам удовлетворения базовых эмоциональных потребностей, восстановлению/развитию чувства безопасности с учётом высокой вероятности переживания личностью последствий психотравмирующего опыта, развитию навыков осознанности личности и рефлексии в отношении собственных эмоций, состояний, мотивов и др., активизации и развитию личностных ресурсов и опор и развитию и укреплению эго-состояния Взрослого/режима Здорового Взрослого и режима Счастливого Ребёнка (Рис. 3.1.). Важно сохранять также системную сценарную перспективу поведения «жертвы». Говоря об изменении сценария жизни, M.O'Reilly-Knapp и R.G. Erskine отмечают, что изменение одного из элементов системы сценария жизни (физиологические ощущения/телесные переживания, поведение и функции поведения, фантазии и сны, сознательные и имплицитные воспоминания, аффекты и потребности в отношениях,

убеждения о себе, о других и о жизни) приводит к динамическим изменениям во всей этой системе, а чем больше элементов задействовано, тем больше вероятности изменения сценария [59]. В данном контексте следует формировать комплексные и разнообразные интервенции, направленные на различные элементы сценарной системы.

3.3. Программа психологических интервенций, направленных на снижение выраженности сценарного поведения «жертвы»: организация и содержание работы

На данном этапе исследования – этапе формирующего эксперимента – ***нашей задачей*** выступила разработка групповой программы психологических интервенций, *нацеленной* на снижение выраженности сценарного поведения «жертвы», включающей в себя методы схема-терапии и транзактного анализа и учитывающей результаты анализа научной литературы и результаты прикладного исследования, реализованного в рамках этапа констатирующего эксперимента, т. е. компоненты комплекса психологических интервенций для людей с выраженными показателями сценарного поведения «жертвы», определённых на основе опорных тезисов, сформулированных в параграфе 3.2. На данном этапе проверялась ***гипотеза*** о том, что комплексная программа психологических интервенций, включающая методы схема-терапии и транзактного анализа, способствует снижению выраженности проявленного сценарного поведения «жертвы».

Исходя из поставленной *цели* групповой программы психологических интервенций, были сформулированы следующие *задачи комплекса психологических интервенций*:

1) развитие навыков осознанности и рефлексии в отношении собственных эмоций, переживаний, базовых эмоциональных потребностей, аспектов собственного жертвенного поведения;

2) развитие навыков адаптивного/конструктивного удовлетворения собственных эмоциональных потребностей;

3) активизация личностных ресурсов и опор: развитие и укрепление эго-состояния Взрослого/режима Здорового Взрослого и Счастливого Ребёнка;

4) восстановление/развитие здорового чувства безопасности.

Организационные аспекты. Участники: респонденты со средним и/или высоким уровнем выраженности жертвенной позиции личности, имеющие на текущий момент мотивацию и ресурсы для участия в психологической групповой работе, не имеющие установленных психиатрических диагнозов и не демонстрирующие суицидальное и самоповреждающее поведение. Формат работы: встречи в малых группах численностью 3-

4 участника, в формате онлайн. Малая численность групп обусловливалась следующими идеями: необходимостью обеспечить более широкое в сравнении с индивидуальной психологической работой поддерживающее межличностное взаимодействие (т. к. сценарное поведение «жертвы» проявляется именно в межличностных отношениях и взаимодействии), необходимостью обеспечить безопасное пространство для развития осознанности и рефлексии (т. е. предоставить достаточно времени в ходе занятий для высказываний и откликов каждого, при этом снизить барьеры в высказывании, возникающие в группе с большей численностью). Формат онлайн был избран по двум основным причинам: в связи с нестабильной эпидемиологической обстановкой, вызванной пандемией COVID-19 (2021-2022 гг.), а также с целью предоставить возможность участия людям, проживающим в разных населенных пунктах республики. Отмечается, что онлайн формат может быть использован для групповой психотерапевтической работы [67]. Длительность групповой встречи – 1,5 астрономических часа, частота групповых встреч – 1-2 раза в неделю (психообразовательные сессии могут быть проведены с частотой дважды в неделю), общее количество групповых встреч – 10. Также предполагается одна обязательная индивидуальная встреча до начала групповых встреч и две опциональных индивидуальных встречи по запросу участников. Участникам предлагается посетить не менее 8 групповых занятий, т. е. пропустить не более двух групповых занятий. Общая длительность программы: 12 недель (включая первичные индивидуальные встречи и итоговую психологическую диагностику).

В Таблице 3.1. представлено содержание программы психологических интервенций (включая методы, упражнения и интервенции, разработанные в рамках схема-терапии и транзактного анализа), направленных на снижение выраженности проявленного сценарного поведения «жертвы».

Таблица 3.1. Программа психологических интервенций

Цели занятия	Содержание занятия
0 – Обязательная индивидуальная встреча до начала общих групповых встреч	
- установить индивидуальный контакт с участником/участницей; - разъяснить направленность психологической работы в малой группе, а также сеттинга и правил; - выявить мотивацию и	- Знакомство, установление контакта; - Разъяснение направленности психологической работы в малой группе, а также сеттинга и правил. Разъяснение особенностей работы в малой группе (безопасность, структурированность групповых встреч, риски и возможные трудности, связанные с групповой динамикой) для того, чтобы участник/участница могли принять информированное решение об участии в работе малой группы (устный контакт/информированное согласие на работу в дополнение к

способность участника/участницы принимать участие в работе малой группы; - поддержать мотивацию участия.	письменному описанию целей и особенностей работы малой группы, которые участники получили заранее). Ответы на вопросы участника/участницы про подготовку ведущей и про предстоящую психологическую работу в малой группе; - Выявление мотивации и способности участника/участницы принимать участие в работе малой группы. Полуструктурированное интервью относительно: o наличия/отсутствия психиатрических диагнозов (наличие установленных психиатрических диагнозов рассматривалось как противопоказание к участию в данной работе); o наличия/отсутствия суицидальных попыток в прошлом, самоповреждающего поведения в настоящем и прошлом (наличие суицидального и самоповреждающего поведения рассматривалось как противопоказание к участию в данной работе); o наличия/отсутствия планируемых на период проведения групповых встреч значительных изменений жизненной ситуации (вступление в брак/развод, рождение ребенка, смена места жительства и др.) (наличие планируемых значительных жизненных изменений рассматривалось и обсуждалось как фактор риска для участия в работе малой группы); o наличия/отсутствия организационных возможностей принимать участие в групповых встречах (определенное время в определенные дни, стабильное интернет-соединение и возможность найти удобное место для подключения к встрече) (отсутствие организационных возможностей рассматривалось и обсуждалось как фактор риска для участия в работе малой группы).
№1 – Начало работы в малой группе	
- начать процесс формирования группы: знакомство, выработка правил, начало группового сплочения; - сформировать картину предстоящей работы: цели программы, сбор ожиданий, формулирование участниками собственного индивидуального запроса на предстоящую работу в малой группе; - начать процесс развития навыков использования воображения и осознанности для работы с собственным эмоциональным состоянием и эмоциональными потребностями.	- Знакомство; - Представление формата предстоящей работы (цели программы и сеттинг); - Совместное вырабатывание и принятие правил участия (психологическая безопасность, конфиденциальность, добровольность, активность, уважительность друг к другу и сеттингу, забота о себе); - Базовые идеи, на которых основана программа встреч (концепция эмоциональных потребностей и конструктивных и неконструктивных способов их удовлетворения или неудовлетворения); - Формулирование собственной индивидуальной цели/запроса участия в программе через короткое упражнение, направленное на осознание текущего состояния и воображение желаемого итогового результата групповых встреч. Обсуждение индивидуальных целей участников и способов их реализации в рамках совместной психологической работы; - Упражнение «Визит в магазин мороженого» [188, сс. 65-66]. Цели: создание позитивного опыта визуализации у участников, а также активизация режима Счастливого Ребенка. Последующее обсуждение упражнения (содержание визуализации каждого участника/участницы, ощущения и чувства, возникшие во время и в результате упражнения,

	эмоциональные потребности и режим Счастливого Ребенка); - Упражнение «Пузырь безопасности группы» [188, с. 67]. Цели: развитие сплоченности и ощущения безопасности в группе, развитие личного чувства безопасности. Последующее обсуждение упражнения (содержание визуализации каждого участника/участницы, ощущения и чувства, возникшие во время и в результате упражнения, возможности самостоятельного использования упражнения); - Домашнее задание: попрактиковать разные варианты упражнения «Пузырь безопасности» [188, с. 68-69] (описания хода упражнения в обоих вариантах были отправлены участникам по завершении встречи) и выбрать наиболее подходящий для себя. Опционально: начать ведение дневниковых записей (мысли, переживания, наблюдения); - Завершающий рефлексивный круг: подведение участниками и участницами личных итогов занятия.
№2 – Психообразование. Схемы и режимы (часть 1)	
- продолжить развитие навыков использования воображения и осознанности для работы с собственным эмоциональным состоянием и эмоциональными потребностями; - продолжить процесс сплочения малой группы; - психообразование: познакомить участников и участниц с базовыми эмоциональными потребностями и концепцией ранних дезадаптивных схем; - создать условия для рефлексии собственных индивидуальных результатов психодиагностики ранних дезадаптивных схем.	- «Минута осознанности»: вступительное упражнение, направленное на осознанность текущих переживаний, воспоминание о том, что происходило с момента последней встречи, о домашнем задании. Рефлексивный круг: отклик о прошедшей неделе (мысли, переживания, наблюдения, выполнение домашнего задания); - Обсуждение сплочения и связи с группой между встречами: рекомендация каждому участнику и участнице выбрать для себя ленту или мягкую ткань (или иной приятный на ощупь предмет) как символ связи с группой. Обсуждение возможности получать опосредованную эмоциональную поддержку между групповыми встречами, взаимодействуя с предметом (вариация использования «Прогрессивного переходного объекта» [188, с. 63]); - Психообразование: знакомство участников с базовыми эмоциональными потребностями и концепцией ранних дезадаптивных схем; - Обсуждение индивидуальных психодиагностических результатов; - Домашнее задание: осознанное наблюдение за проявлениями собственных ранних дезадаптивных схем, практика упражнения «Пузырь безопасности», подбор для себя переходного объекта (символ связи с группой); - Завершающий рефлексивный круг: подведение участниками и участницами личных итогов занятия.
№3 – Психообразование. Схемы и режимы (часть 2)	
- продолжить развитие навыков использования воображения и осознанности для работы с собственным эмоциональным состоянием и эмоциональными потребностями; - психообразование: познакомить участников и участниц с концепцией	- «Минута осознанности»: вступительное упражнение, направленное на осознанность текущих переживаний, воспоминание о том, что происходило с момента последней встречи, о домашнем задании. Рефлексивный круг: отклик о прошедшей неделе (мысли, переживания, наблюдения, выполнение домашнего задания); - Психообразование: знакомство участников и участниц с концепцией режимов. Первичное обсуждение наиболее часто проявляющихся режимов участников/участниц. Обсуждение целей групповых встреч в контексте режимов; - Упражнение «Безопасное место» (на основе упражнения «Пузырь безопасности»). Последующее обсуждение

режимов; - создать условия для первичной рефлексии собственных наиболее часто проявляющихся режимов.	упражнения (содержание визуализации каждого участника/участницы, ощущения и чувства, возникшие во время и в результате упражнения, возможности самостоятельного использования упражнения); - Домашнее задание: осознанное наблюдение за проявлениями собственных ранних дезадаптивных схем и режимов, практика упражнения «Пузырь безопасности»/ «Безопасное место»; - Завершающий рефлексивный круг: подведение участниками и участницами личных итогов занятия; - По завершении встречи участникам и участницам отправляется опорный раздаточный материал, включающий в себя психообразовательную информацию о базовых эмоциональных потребностях, ранних дезадаптивных схемах и режимах [188, сс. 71-77].
№4 – Детские режимы (часть 1)	
- продолжить развитие навыков использования воображения и осознанности для работы с собственным эмоциональным состоянием и эмоциональными потребностями; - развивать осознанность в отношении собственных детских режимов и их связи с аспектами жертвенной позиции личности; - расширять знания и навыки в области конструктивного и безопасного удовлетворения базовых эмоциональных потребностей; - активизировать личностные ресурсов (выявление и развитие способов переключения в режим Счастливого Ребенка).	- «Минута осознанности»: вступительное упражнение, направленное на осознанность текущих переживаний, воспоминание о том, что происходило с момента последней встречи, о домашнем задании. Рефлексивный круг: отклик о прошедшей неделе (мысли, переживания, наблюдения, выполнение домашнего задания); - Совместное исследование собственных детских режимов на основе рабочих листов (отправляются участникам и участницам накануне групповой встречи) по анализу режима Уязвимого Ребенка, режима Рассерженного/Импульсивного Ребенка, режима Счастливого Ребенка с опорой на исследовательские вопросы [119, сс. 30-31, сс. 41-42, с. 47]; - Анализ возможностей конструктивного и безопасного удовлетворения эмоциональных потребностей. Связь аспектов детских режимов и параметров/типов проявления жертвенной позиции личности: • Как теперь вами воспринимаются ваши индивидуальные результаты психологической диагностики проявлений жертвенности? • Что вы думаете о полученных результатах? Стали ли какие-то результаты понятнее? • Есть ли у вас предположения, почему ваши результаты именно такие: связывается ли это для вас с идеей о базовых эмоциональных потребностях и детских режимах? • Когда вы проявляете жертвенное поведение, какой детский режим (или режимы) актуализируется? Как вы думаете, какая эмоциональная потребность стоит за этими проявлениями? Как можно было бы удовлетворить ее иначе? - Домашнее задание: осознанное наблюдение за проявлениями собственных детских режимов, продолжение работы по заполнению рабочих листов по исследованию детских режимов, практика упражнения «Пузырь безопасности»/ «Безопасное место», практика переключения в режим Счастливого Ребенка; - Завершающий рефлексивный круг: подведение

	участниками и участницами личных итогов занятия.
№5 – Детские режимы (часть 2)	
- продолжить развитие навыков использования воображения и осознанности для работы с собственным эмоциональным состоянием и эмоциональными потребностями; - развивать осознанность в отношении собственных детских режимов и их связи с аспектами жертвенной позиции личности; - расширять знания и навыки в области конструктивного и безопасного удовлетворения базовых эмоциональных потребностей; - активизировать личностные ресурсы (выявление и развитие способов переключения в режим Счастливого Ребенка).	- «Минута осознанности»: вступительное упражнение, направленное на осознанность текущих переживаний, воспоминание о том, что происходило с момента последней встречи, о домашнем задании. Рефлексивный круг: отклик о прошедшей неделе (мысли, переживания, наблюдения, выполнение домашнего задания); - Анализ возможностей конструктивного и безопасного удовлетворения эмоциональных потребностей. Связь аспектов детских режимов и параметров жертвенной позиции личности; - Упражнение «Воображаемая встреча с «маленьким собой»» [119, с. 122-123]. Последующее обсуждение упражнения (содержание визуализации каждого участника/участницы, ощущения и чувства, возникшие во время и в результате упражнения, связь упражнения и имеющихся эмоциональных потребностей); - Упражнение «Соприкосновение со своим режимом Счастливого Ребенка» [119, с. 147-148]. Последующее обсуждение упражнения. Обсуждение способов, которые помогают участникам/участницам переключаться в режим Счастливого ребенка; - Домашнее задание: наблюдение за собственными детскими режимами с акцентом на понимании неудовлетворенных эмоциональных потребностей и поиск способов конструктивно их удовлетворить, практика упражнения «Пузырь безопасности»/ «Безопасное место», практика переключения в режим Счастливого Ребенка; - Завершающий рефлексивный круг: подведение участниками и участницами личных итогов занятия.
№6 – Родительские режимы	
- продолжить развитие навыков использования воображения и осознанности для работы с собственным эмоциональным состоянием и эмоциональными потребностями; - развивать осознанность в отношении собственных родительских режимов и их связи с аспектами жертвенной позиции личности; - расширять знания и навыки в области конструктивного и безопасного удовлетворения базовых эмоциональных потребностей.	- «Минута осознанности»: вступительное упражнение, направленное на осознанность текущих переживаний, воспоминание о том, что происходило с момента последней встречи, о домашнем задании. Рефлексивный круг: отклик о прошедшей неделе (мысли, переживания, наблюдения, выполнение домашнего задания); - Совместное исследование собственных родительских режимов на основе рабочих листов (отправляются участникам и участницам накануне групповой встречи) по анализу режима Требовательного Родителя, режима Внушающего Вину Родителя, режима Карающего Родителя. Вопросы для исследования каждого режима те же, что и при исследовании детских режимов [119, сс. 61-62, сс. 68-69, сс. 73-74]; - Анализ возможностей конструктивного и безопасного удовлетворения эмоциональных потребностей. Связь аспектов родительских режимов и параметров жертвенной позиции личности: • Что вы думаете о полученных результатах психологической диагностики проявлений жертвенности? Стали ли какие-то результаты понятнее?

	• Есть ли у вас предположения, почему ваши результаты именно такие: связывается ли это для вас с идеей о родительских режимах? • Когда вы проявляете жертвенное поведение, какой родительский режим (или режимы) актуализируется? Как вы думаете, какая эмоциональная потребность стоит за этими проявлениями? Как можно было бы удовлетворить ее иначе? - Домашнее задание: осознанное наблюдение за проявлениями собственных родительских режимов, продолжение работы по заполнению рабочих листов по исследованию родительских режимов, практика упражнения «Пузырь безопасности»/ «Безопасное место» (особенно рекомендуется, т. к. работа с родительскими режимами может вызывать ощущение небезопасности в связи с исследованием режима Карающего Родителя); - Завершающий рефлексивный круг: подведение участниками и участницами личных итогов занятия.
№7 – Копинговые режимы	
- продолжить развитие навыков использования воображения и осознанности для работы с собственным эмоциональным состоянием и эмоциональными потребностями; - развивать осознанность в отношении собственных копинговых режимов и их связи с аспектами жертвенной позиции личности; - расширять знания и навыки в области конструктивного и безопасного удовлетворения базовых эмоциональных потребностей.	- «Минута осознанности»: вступительное упражнение, направленное на осознанность текущих переживаний, воспоминание о том, что происходило с момента последней встречи, о домашнем задании. Рефлексивный круг: отклик о прошедшей неделе (мысли, переживания, наблюдения, выполнение домашнего задания); - Совместное исследование собственных копинговых режимов на основе рабочего листа (отправляется участникам и участницам накануне групповой встречи) по анализу копинговых режимов капитуляции, избегания и гиперкомпенсации. Вопросы для исследования каждого режима: 1) где и как проявляется режим; 2) плюсы режима; 3) минусы режима; 4) план изменения (из режима Здорового Взрослого) [на основе 119]; - Анализ возможностей конструктивного и безопасного удовлетворения эмоциональных потребностей. Связь аспектов копинговых режимов и параметров жертвенной позиции личности: • Что вы думаете о полученных результатах психологической диагностики проявлений жертвенности? Стали ли какие-то результаты понятнее? • Есть ли у вас предположения, почему ваши результаты именно такие: связывается ли это для вас с идеей о копинговых режимах? • Когда вы проявляете жертвенное поведение, какой копинговый режим (или режимы) актуализируется? Как вы думаете, какая эмоциональная потребность стоит за этими проявлениями? Как можно было бы удовлетворить ее иначе?

	• Какой вы могли бы наметить себе и сделать один маленький шаг по изменению поведения/жертвенного поведения, вызванного действием копингового режима? - Домашнее задание: осознанное наблюдение за проявлениями собственных копинговых режимов, продолжение работы по заполнению рабочих листов по исследованию копинговых режимов, поведенческий эксперимент – внедрение одного маленького шага по изменению поведения, вызванного действием копингового режима; - Завершающий рефлексивный круг: подведение участниками и участницами личных итогов занятия.
№8 – Здоровый Взрослый (часть 1)	
- продолжить развитие навыков использования воображения и осознанности для работы с собственным эмоциональным состоянием и эмоциональными потребностями; - развивать осознанность в отношении собственного режима Здорового Взрослого и навыков актуализации данного режима; - расширять знания и навыки в области конструктивного и безопасного удовлетворения базовых эмоциональных потребностей.	- «Минута осознанности»: вступительное упражнение, направленное на осознанность текущих переживаний, воспоминание о том, что происходило с момента последней встречи, о домашнем задании. Рефлексивный круг: отклик о прошедшей неделе (мысли, переживания, наблюдения, выполнение домашнего задания); - Совместное исследование собственного режима Здорового Взрослого на основе рабочего листа (отправляется участникам и участницам накануне групповой встречи) по анализу данного режима. Первые 2 вопроса для исследования режима те же, что и при исследовании детских и родительских режимов, последующие вопросы специфичны для исследования именно режима Здорового Взрослого [119, сс. 113-114]; - Отличие режима Здорового Взрослого от других режимов; - Совместный поиск решений из режима Здорового Взрослого. Участникам и участницам предлагается вспомнить одну ситуацию из текущей жизни, которая вызывает негативные эмоциональные переживания интенсивностью 3-4 балла по десятибалльной шкале и которую хотелось бы изменить. Подумать, а затем обсудить с группой эту ситуацию и совместно отыскать возможные конструктивные решения из режима Здорового Взрослого; - Домашнее задание: осознанное наблюдение за проявлениями собственного режима Здорового Взрослого, продолжение работы по заполнению рабочих листов по исследованию этого режима, поведенческий эксперимент – внедрение одного маленького шага по изменению поведения (для ситуации, которую обсуждали совместно в группе); - Завершающий рефлексивный круг: подведение участниками и участницами личных итогов занятия.
№9 – Здоровый Взрослый (часть 2)	
- продолжить развитие навыков использования воображения и осознанности для работы с собственным эмоциональным состоянием и эмоциональными	- «Минута осознанности»: вступительное упражнение, направленное на осознанность текущих переживаний, воспоминание о том, что происходило с момента последней встречи, о домашнем задании. Рефлексивный круг: отклик о прошедшей неделе (мысли, переживания, наблюдения, результаты выполнения домашнего задания); - Связь режима Здорового Взрослого и параметров жертвенной позиции личности. Анализ возможностей

потребностями; - развивать осознанность в отношении собственного режима Здорового Взрослого и навыки актуализации данного режима; - расширять знания и навыки в области конструктивного и безопасного удовлетворения базовых эмоциональных потребностей; - продолжить активизацию личностных ресурсов (выявление и развитие способов переключения в режимы Счастливого Ребенка и Здорового Взрослого).	конструктивного и безопасного удовлетворения эмоциональных потребностей; - Продолжение совместной работы над поиском решений для жизненных ситуаций из режима Здорового Взрослого. Продолжение совместной работы над рабочим листом по исследованию режима Здорового Взрослого; - Обсуждение создания ресурсного списка как метода актуализации режимов Счастливого Ребенка и Здорового Взрослого; - Домашнее задание: осознанное наблюдение за проявлениями собственного режима Здорового Взрослого, продолжение работы по заполнению рабочих листов по исследованию этого режима, поведенческий эксперимент – внедрение одного маленького шага по изменению поведения (для ситуации, которую обсуждали совместно в малой группе); - Завершающий рефлексивный круг: подведение участниками и участницами личных итогов занятия. - По завершении встречи участникам и участницам отправляется опорный раздаточный материал, включающий в себя психообразовательную информацию о режиме Здорового Взрослого [на основе 188].
№10 – Завершающее занятие	
- продолжить развитие навыков использования воображения и осознанности для работы с собственным эмоциональным состоянием и эмоциональными потребностями; - развивать осознанность в отношении собственного режима Здорового Взрослого и Счастливого ребенка и навыки актуализации данных режимов; - продолжить активизацию личностных ресурсов (выявление и развитие способов переключения в режимы Счастливого Ребенка и Здорового Взрослого); - подвести итоги курса групповых встреч; - завершить работу малой группы.	- «Минута осознанности»: вступительное упражнение, направленное на осознанность текущих переживаний, воспоминание о том, что происходило с момента последней встречи, о домашнем задании. Рефлексивный круг: отклик о прошедшей неделе (мысли, переживания, наблюдения, выполнение домашнего задания); - Упражнение «Осознанность в отношении Здорового Взрослого и Счастливого Ребенка» [111, сс. 177-178]. Цели: актуализировать оба режима, установить связь с обоими режимами и зафиксировать телесные проявления обоих режимов. Последующее обсуждение упражнения и обоих режимов (содержание визуализации каждого участника/участницы, ощущения и чувства, возникшие во время и в результате упражнения, возможности использования полученного опыта для расширения своих возможностей переключения в эти режимы); - Рефлексия тем и моментов, которые обсуждались в группе на протяжении цикла встреч; - Обсуждение автономии, развития Здорового Взрослого и концепции «дней отчаяния» [120], а также ресурсного списка как способа с ними справляться; - Завершение работы малой группы: подведение личных итогов участников и участниц, формулирование индивидуальных результатов участия в работе малой группе, связь результата и первоначальной цели; - По завершении встречи участникам и участницам предлагается пройти повторное тестирование (заполнение психодиагностических опросников).
Параллельно с групповыми встречами	
- обеспечить психологическую поддержку в процессе	Все участники и участницы получили возможность по запросу обратиться за двумя индивидуальными психологическими консультациями параллельно с

исследования собственных РДС и режимов; - обеспечить психологическую поддержку в ситуации возникновения интенсивных эмоций и переживаний, связанных с исследованием РДС и режимов.	групповыми встречами. Длительность одной индивидуальной психологической консультации – 55-60 минут.

Таким образом, содержание программы психологических интервенций (расширенное описание приведено в Приложении 12) учитывает базовые идеи, сформулированные в параграфе 3.2:

- *учитывается взаимосвязь устойчивых паттернов жертвенного реагирования и опыта нарушения эмоциональных потребностей*. В ходе групповых встреч происходит обучение пониманию, учету, а также конструктивному/адаптивному и безопасному удовлетворению собственных эмоциональных потребностей;
- *учитывается взаимосвязь устойчивых паттернов жертвенного реагирования и нарушения когнитивных убеждений, составляющих чувство безопасности*. В ходе предварительной встречи и занятия №1 вводятся базовые идеи психологической работы и устанавливаются правила безопасного взаимодействия и благоприятной групповой атмосферы. Вся последующая работа проходит в соответствующих условиях (ведущий ответственен за соблюдение этого условия). На групповых встречах используются упражнения для развития чувства безопасности, они же даются в качестве домашнего задания для самостоятельной практики участникам между встречами. Использование метода контрактирования психологической работы, четкая и прозрачная позиция ведущего в отношении целей, методов и содержания психологической работы также способствует повышению ощущения безопасности в процессе психологической работы;
- *учитывается важность осознания паттернов собственного поведения в рамках психологической коррекции жертвенного поведения*. Все групповые встречи направлены на развитие осознания, навыков самонаблюдения и рефлексии в отношении собственных эмоциональных потребностей, переключения режимов и аспектов жертвенного поведения, которые связаны с режимами и эмоциональными потребностями;
- *учитывается важность условий психологической работы в рамках психологической коррекции жертвенного поведения*. Кроме условия психологической

безопасности, программа предполагает контрактную основу работы, активную роль участников (их агентность в процессе), поддерживающую позицию специалиста и использование элементов клиент-терапевтических отношений, описанных R.G. Erskine [201] и J.C. Norcross и B.E. Wampold [57];

- *учитывается важность активизации личностных ресурсов в рамках психологической коррекции жертвенного поведения*. Групповые упражнения и домашние задания дают возможности расширить личностные ресурсы через увеличение знаний о мире и о психических процессах, развитие самопонимания и понимания ситуации взаимодействия с другим, формирование приёмов и навыков самонаблюдения и, в целом, повышение степени осознанности, а также направлены на развитие и укрепление эго-состояния Взрослого/режима Здорового Взрослого.

Также содержание программы включает в себя методы схема-терапии и транзактного анализа и учитывает системный аспект сценария жизни: психологические интервенции затрагивают и направляются на разные аспекты сценарной системы, перечисленные M.O'Reilly-Knapp и R.G. Erskine (телесные ощущения/переживания, поведение/функции поведения, фантазии, воспоминания, аффекты и потребности в отношениях, убеждения о себе, о других и о жизни [59]).

3.4. Результаты исследования эффективности групповой программы психологических интервенций, направленных на снижение выраженности сценарного поведения «жертвы»

В экспериментальном исследовании возможностей психологической коррекции принял участие 21 респондент из числа участников первого этапа исследования, описанного в Главе 2. Из указанного числа респондентов были сформированы две группы: экспериментальная (6 респондентов) и контрольная (15 респондентов). Обе группы были гетерогенны: участники и участницы, включенные в них, были разного пола и возраста. Интервенции по психологической коррекции были предложены экспериментальной группе, тогда как контрольная группа приняла участие только в заполнении психодиагностических опросников.

Для *проверки выдвинутой гипотезы* о том, что применение групповой программы психологических интервенций, учитывающей сформулированные нами принципы психологической помощи для людей с выраженным сценарным поведением «жертвы», позволит снизить проявленность показателей сценарного поведения «жертвы» у данных

лиц, был проведен ***сравнительный анализ*** с использованием статистических методов анализа в программе IBM SPSS Statistics 20. Были проведены следующие сравнения изучаемых переменных у контрольной и экспериментальной групп:

1) сравнительный анализ изучаемых переменных у контрольной и экспериментальной групп до осуществления групповой программы психологических интервенций (сравнение I);

2) сравнительный анализ изучаемых переменных в контрольной группе респондентов за период, который начался до и завершился после групповой программы психологических интервенций в экспериментальной группе респондентов (сравнение II);

3) сравнительный анализ изучаемых переменных до и после осуществления групповой программы психологических интервенций в экспериментальной группе респондентов (сравнение III);

4) сравнительный анализ изучаемых переменных у контрольной и экспериментальной групп после осуществления групповой программы психологических интервенций, имевшей место в экспериментальной группе (сравнение IV).

В результате сравнения изучаемых переменных у контрольной и экспериментальной групп до осуществления групповой программы психологических интервенций (**сравнение I**) были выявлены статистически значимые различия выраженности пяти переменных. Контрольная и экспериментальная группы до начала осуществления программы психологических интервенций отличались между собой по некоторым параметрам сценарного поведения «жертвы» и ранних дезадаптивных схем: показатели выраженности «общей степени жертвенности» (обобщенный показатель уровня выраженности жертвенной позиции личности) (при $p \leq 0.05$), типов жертвенной реализации «жертвенность как наказание себя» (при $p \leq 0.01$) и «тип ролевой жертвы» (при $p \leq 0.05$), РДС «Уязвимость» (при $p \leq 0.05$) и «Негативизм/Пессимизм» (при $p \leq 0.01$) оказались значимо более выраженными в экспериментальной группе по сравнению с контрольной (значимые результаты – в Приложении 13, П.13.1.).

В результате сравнения изучаемых переменных в контрольной группе респондентов до и после осуществления групповой программы психологических интервенций в экспериментальной группе (**сравнение II**) было выявлено статистически значимое различие выраженности одной переменной (значимые результаты приведены в Приложении 13, П.13.2): второй замер выраженности изучаемых переменных в контрольной группе показал значимое снижение показателей выраженности РДС «Покинутость/Нестабильность» (при $p \leq 0.01$).

Для проверки возможных причин/факторов, потенциально связанных с изменениями показателей переменных в этой группе, было выдвинуто первое предположение о том, что в контрольной группе респондентов могли произойти изменения, и второе предположение о том, что изменения могут быть связаны с получением респондентами психологической помощи, с использованием способов самопомощи, а также с жизненными изменениями. При сравнении II (помимо психодиагностических опросников) были добавлены дополнительные три вопроса для изучения факторов, которые потенциально могли оказывать влияние на результат:

1) *Получали ли Вы психологическую помощью с момента прошлого тестирования? Ответьте да, только если Вы получили не менее 12 индивидуальных или групповых психологических сессий* (варианты ответа на вопрос: «да» и «нет»).

2) *Использовали ли Вы методы психологической самопомощи с момента прошлого тестирования? (например, чтение книг по самопомощи, письменные практики, упражнения для снижения стресса и др.)* (варианты ответа на вопрос: «да» и «нет»).

3) *Случались ли у Вас серьезные жизненные потрясения/изменения с момента прошлого тестирования?* (варианты ответа на вопрос: «скорее да», «скорее нет», «не могу ответить»).

Первое предположение подтвердилось в отношении РДС «Покинутость/Нестабильность», выраженность которой значимо снизилась у контрольной группы по итогам повторных замеров. При этом отсутствие статистически значимых изменений в остальных 17 из 18 РДС согласуется с другими исследованиями, показывающими достаточную устойчивость РДС к изменениям в отсутствие прилагаемых усилий и психотерапии [79, 66].

Второе предположение, связанное с причинами/факторами изменений, не подтвердилось. Статистический анализ показал, что нет различий по выраженности РДС «Покинутость/Нестабильность» внутри контрольной группы после интервенций среди тех, кто получал и кто не получал психологической помощи в указанном объеме, между теми, кто использовал способы самопомощи, и теми, кто не использовал их, а также между теми, кто отмечал, что переживал серьезные жизненные изменения/потрясения, и теми, кто ответил, что не имел такого опыта в период между заполнениями психодиагностических опросников (результаты приведены в Приложении 13, П.13.3). Таким образом, можно предположить, что изменения выраженности данной РДС у контрольной группы могли быть вызваны как естественными конструктивными факторами (например, повышение уровня ощущения безопасности и стабильности в

близких межличностных отношениях), так и действием дисфункциональных копинговых режимов (избегания или гиперкомпенсации по Дж.Янгу и др.).

В результате сравнения изучаемых переменных до и после осуществления групповой программы психологических интервенций в экспериментальной группе респондентов (**сравнение III**) были выявлены статистически значимые различия выраженности пяти переменных (см. Рис. 3.2.).

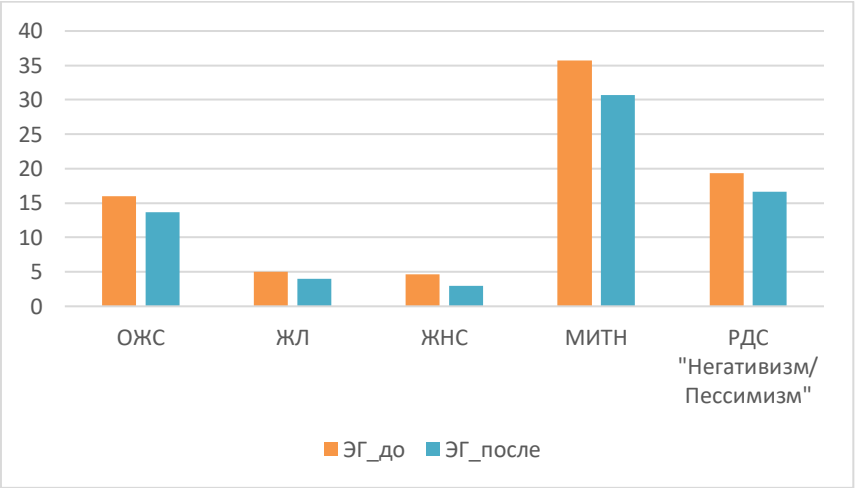


Рисунок 3.2. Результаты сравнения III (ЭГ до и после интервенций)

При психодиагностическом замере, проведенном после осуществления групповой программы психологических интервенций, в экспериментальной группе снизилась выраженность ряда параметров сценарного поведения «жертвы» («общая степень жертвенности» (при $p \leq 0.05$), типы жертвенной реализации «жертвенная любовь» ($p \leq 0.05$) и «жертвенность как наказание себя» (при $p \leq 0.05$)), параметра межличностной интолерантности к неопределенности ($p \leq 0.05$) и РДС «Негативизм/Пессимизм» ($p \leq 0.05$) (значимые результаты приведены в Приложении 13, П.13.4).

В результате сравнения изучаемых переменных у контрольной и экспериментальной групп после осуществления групповой программы психологических интервенций (**сравнение IV**) были выявлены статистически значимые различия выраженности двух переменных: в экспериментальной группе был выявлен значимо более низкий по сравнению с контрольной группой показатель выраженности межличностной интолерантности к неопределённости (при $p \leq 0.05$), а также более высокий по сравнению с контрольной группой показатель выраженности РДС «Уязвимость» (при $p \leq 0.05$) (значимые результаты приведены в Приложении 13, П.13.5).

Сравнение IV показало, что после осуществления групповой программы психологических интервенций в экспериментальной группе картина различий между контрольной группой и экспериментальной группой изменилась:

- нивелировались различия в выраженности параметров жертвенной позиции личности («общая степень жертвенности», «жертвенность как наказание себя», «тип ролевой жертвы» - до осуществления психологических интервенций показатели этих переменных были выше в экспериментальной группе);
- нивелировалось различие в выраженности ранней дезадаптивной схемы «Негативизм/Пессимизм» (до осуществления групповой программы психологических интервенций этот показатель был значимо выше у экспериментальной группы по сравнению с контрольной группой). Отметим, что по результатам констатирующего эксперимента данная РДС явилась одной из особенностей, умеренно взаимосвязанной с обобщенным показателем выраженности жертвенной позиции личности и всеми основными типами жертвенной реализации, а также со средней степенью жертвенности (относимой нами к проявленному сценарному поведению «жертвы»);
- появилось различие в выраженности по параметру межличностной интолерантности к неопределенности (после интервенций он стал ниже в экспериментальной группе по сравнению с контрольной группой).

Показатель выраженности РДС «Уязвимость» остался значимо более высоким в экспериментальной группе по сравнению с контрольной группой, как было и до осуществления групповой программы психологических интервенций.

Итак, основываясь на проведенных измерениях и статистическом анализе полученных данных (сравнениях I, II, III и IV), можно заключить, что произведенные в экспериментальной группе психологические интервенции способствовали:

– снижению выраженности сценарного поведения «жертвы»: параметра «общая степень жертвенности», типов жертвенной реализации «жертвенная любовь», «жертвенность как наказание себя»;

– снижению выраженности РДС «Негативизм/Пессимизм»;

– снижению выраженности межличностной интолерантности к неопределенности.

Таким образом, становится возможным сделать вывод о применимости и целесообразности использования описанных принципов и групповой программы психологических интервенций в ситуации выявления сценарного поведения «жертвы» и

подтверждении исследовательской гипотезы о том, что применение групповой программы психологических интервенций, учитывающей сформулированные нами компоненты комплекса психологических интервенций для людей с выраженными показателями сценарного поведения «жертвы», позволит снизить проявленность показателей сценарного поведения «жертвы» у данных лиц. Мы предполагаем, что сформулированные компоненты комплекса психологических интервенций могут быть потенциально адаптированы для других форматов работы (очной, индивидуальной).

3.5. Выводы к главе 3

В контексте сохранения системной сценарной перспективы поведения «жертвы» следует формировать комплексные и разнообразные интервенции, направленные на различные элементы сценарной системы.

Основными принципами организации и оказания психологической помощи, направленной на снижение проявленного сценарного поведения «жертвы», выступают (1) учет и формирование клиент-терапевтических отношений, которые могут выступать как фон, на основе которого реализуется работа по четырем основным направлениям: (2) обучению адаптивным способам удовлетворения базовых эмоциональных потребностей, (3) восстановлению/развитию чувства безопасности с учётом высокой вероятности переживания личностью последствий психотравмирующего опыта, (4) развитию навыков осознанности и рефлексии в отношении собственных эмоций, состояний, мотивов и др., (5) активизации и развитию личностных ресурсов/опор и развитию и укреплению эго-состояния Взрослого/режима Здорового Взрослого и режима Счастливого Ребёнка

Подходы схема-терапии и транзактного анализа могут быть интегрированы на уровне психологических интервенций, направленных на снижение проявленного сценарного поведения «жертвы».

Групповая программа психологических интервенций, направленная на снижение выраженности проявленного сценарного поведения «жертвы», учитывающая сформулированные принципы и включающая методы схема-терапии и транзактного анализа, способствует снижению выраженности сценарного поведения «жертвы», понижая уровень выраженности показателей «общая степень жертвенности», «жертвенная любовь» и «жертвенность как наказание себя», а также снижению выраженности ранней дезадаптивной схемы «Негативизм/Пессимизм» и межличностной интолерантности к неопределенности.

ОБЩИЕ ВЫВОДЫ И РЕКОМЕНДАЦИИ

Сценарное поведение «жертвы» как способ межличностного взаимодействия, как правило, является попыткой удовлетворить собственные важные эмоциональные потребности, которая не завершается успешно в долгосрочной перспективе, а также ограничивает возможности личности конструктивно выстраивать отношения различной социальной дистанции. Однако будучи выученным, такое поведение может изменяться, терять свою актуальность при наличии других, более эффективных и благоприятных стратегий. Опираясь на проведенный теоретический анализ, а также результаты констатирующего и формирующего экспериментов, сформулированы следующие выводы:

1) Сценарное поведение «жертвы» определяется нами как устойчивое использование человеком игровых паттернов жертвенного поведения и реагирования, то есть направленных на достижение скрытой психологической цели или на непрямое, скрытое выражение имеющегося чувства/переживания. Сценарное поведение «жертвы» может быть частью различных типов негативных жизненных сценариев, включая семейные, субкультурные и культурные жизненные сценарии (глава 1).

2) Жертвенная позиция личности как обобщенный показатель выраженности уровня свойственности сценарного поведения «жертвы» взаимосвязана со всеми ранними дезадаптивными схемами, что свидетельствует об опыте нарушения всех базовых эмоциональных потребностей. Жертвенная позиция личности характеризуется нарушением чувства безопасности, отрицательно коррелируя с базисными убеждениями личности, составляющими здоровое чувство безопасности, а также будучи взаимосвязанной с межличностной интолерантностью к неопределенности и актуальной ригидностью (глава 2).

3) Разные типы жертвенной реализации характеризуются разной картиной личностных особенностей, а также люди с разной степенью жертвенности достоверно различаются между собой по уровню выраженности ранних дезадаптивных схем, доменов РДС, базисных убеждений личности, составляющих здоровое чувство безопасности, межличностной интолерантности к неопределенности и актуальной ригидности (глава 2).

4) Сценарное поведение «жертвы» практически не имеет возрастных особенностей: таковые обнаруживаются только на уровне анализа компонент типов жертвенной реализации «жертвенная любовь» и «жертва как наказание других». Гендерные различия выявлены в типах жертвенной реализации «жертвенная любовь» и «жертвенность как наказание себя» и в уровне выраженности когнитивной компоненты «общего показателя

жертвенности»: эти показатели более выражены у мужчин по сравнению с женщинами (глава 2).

5) Принципы психологической помощи людям с проявленным сценарным поведением «жертвы» включают в себя: целесообразность обучения адаптивным способам удовлетворения базовых эмоциональных потребностей, важность восстановления и развития чувства безопасности, необходимость развития навыков осознанности личности и рефлексии в отношении собственных эмоций, состояний, мотивов и др., значимость учета особенностей клиент-терапевтических отношений, целесообразность активизации и развития личностных ресурсов и опор через укрепление эго-состояния Взрослого/режима Здорового Взрослого и режима Счастливого Ребёнка (глава 3).

6) Групповая программа психологических интервенций, направленная на снижение выраженности проявленного сценарного поведения «жертвы», включающая в себя методы схема-терапии и транзактного анализа, способствует снижению выраженности сценарного поведения «жертвы», понижая уровень выраженности показателя «общая степень жертвенности» и типов жертвенной реализации «жертвенная любовь» и «жертвенность как наказание себя», а также снижению выраженности ранней дезадаптивной схемы «Негативизм/Пессимизм» и межличностной интолерантности к неопределенности (глава 3).

Полученные результаты, способствующие решению важной научной проблемы.

В рамках этого исследования *была выявлена возможность интеграции подходов* транзактного анализа и схема-терапии для понимания феномена «жертвы» как стратегии межличностного взаимодействия, как на теоретическом, так и на прикладном уровне, что *вносит существенный вклад в теорию и практику обоих подходов* и *может служить опорой для дальнейших исследований обоих подходов и более широкой и глубокой их интеграции* для более эффективного использования их преимуществ.

В рамках данного исследования был *определен ряд личностных особенностей* сценарного поведения «жертвы», что *дополняет и расширяет существующее представление о феномене* «жертвы» в психологической науке и может *служить основой как для дальнейших исследований* самого феномена, так и для *выстраивания концептуализации случая клиента, использующего поведение «жертвы».*

Кроме того, в рамках исследования были также *сформулированы и обоснованы принципы психологической помощи* людям с проявленным сценарным поведением

«жертвы», что может позволить психологам-консультантам *аргументированно выбирать стратегию* и подбирать психологические интервенции и *повышать эффективность психологической помощи и расширять ее возможности* в таких клиентских случаях.

Полученные результаты могут служить основанием для формулирования ***рекомендаций*** для психологов-консультантов по индивидуальной и групповой психологической работе с клиентами с проявленным сценарным поведением «жертвы»:

(1) *Соблюдение условий психологической работы*: уделять внимание созданию безопасной атмосферы работы, применять контрактный метод работы и интервенции, учитывающие высокую вероятность наличие опыта психологической травматизации;

(2) *Внимание к терапевтической позиции специалиста*: представляются полезными формировать клиент-терапевтические отношения с опорой на элементы таких отношений, продемонстрировавшие и вероятно продемонстрировавшие свою эффективность;

(3) *Направленность психологической работы:* представляется целесообразным в первую очередь обучать клиентов адаптивным способам удовлетворения собственных эмоциональных потребностей, а также применять психологические интервенции и домашние задания, направленные на восстановление и развитие чувства безопасности, развитие осознанности человека в отношении собственных эмоций и поведения, активизацию и развитие личностных ресурсов и опор (в частности, способности обдумывать и решать возникающие трудности).

Выделим некоторые дополнительные ***рекомендации по профилактике и преодолению сценарного поведения «жертвы»***, которые могут быть приняты к сведению Министерством образования и исследований, службами психологической помощи, а также неправительственными и международными организациями, работающими в области формального и неформального образования, защиты прав человека и поддержки уязвимых групп населения:

a) предпринимать действия, направленные на преодоление стереотипов и стигматизации, сопровождающих обращение за психологической помощью (психообразование, кампании по информированию и сенсибилизации);

b) осуществлять информирование и сенсибилизацию населения в отношении недопустимости никаких форм насилия, способствуя, таким образом, изменению существующих в этой области стереотипов и социальных норм;

c) проводить психологическое просвещение людей всех возрастов относительно важности удовлетворения базовых эмоциональных потребностей конструктивными способами, способствуя, в том числе, изменению культурных и социальных норм, препятствующих адаптивному удовлетворению эмоциональных потребностей;

d) использовать стратегии обучения адаптивным способам удовлетворения эмоциональных потребностей как части комплекса психологической помощи людям из социально-уязвимых категорий (включая людей с химическим и нехимическими зависимостями, людей, находящихся в пенитенциарных учреждениях, и др.);

e) включать информацию о конструктивных способах удовлетворения эмоциональных потребностей в программы дисциплин общего школьного, профессионально-технического и внешкольного образования, связанных со здоровьем и развитием жизненных навыков;

f) обеспечивать широкую доступность программ обучения родителей/опекунов навыкам воспитания детей без насилия и с учетом важности удовлетворения базовых эмоциональных потребностей. Данная рекомендация согласуется со статьей 19 Конвенции о правах ребенка [208], с общей целью 9 «Продвижение мирного и безопасного общества» Национальной стратегии развития «Европейская Молдова 2030» [211], национальной Межотраслевой стратегией развития родительских навыков и компетенций на 2016-2022 годы [209], а также со стратегией «Поддержка родителей и воспитателей» комплекса семи стратегий по ликвидации насилия в отношении детей INSPIRE [205]. Также нами была разработана и представлена модель тематического содержания психосоциальной работы с родителями из социально-уязвимых семей [139], которая может быть адаптирована и использована для более широкого контекста.

Следует отметить и ***некоторые ограничения проведенного исследования***:

1) данное исследование построено на онтологии фундаментализма и эпистемологии позитивизма, были использованы только количественные методы исследования. При этом сложность и многообразие смысловых нагрузок феномена «жертвы» и сложность социально-психологического контекста приводят к идее важности использования также качественных методов исследования данного феномена;

2) данное исследование было проведено на русскоязычной выборке респондентов (тех, для кого русский язык является родным и тех, кто владеет этим языком на уровне родного) в силу отсутствия валидных переводов некоторых использованных

психодиагностических инструментов, что может несколько снижать репрезентативность выборки.

Обозначим также возможные ***направления дальнейших исследований***:

- перевод на румынский язык и адаптация Теста жертвенной позиции личности О.О. Андронниковой;
- исследование сценарного поведения «жертвы» с сочетанием количественных и качественных методов исследования для выявления особенностей формирования и конструирования личных нарративов, связанных с феноменом «жертвы». Качественными методами в таком исследовании могут выступать глубинные интервью, а также серии индивидуальных психодиагностических сессий с людьми с проявленным сценарным поведением «жертвы» с последующим описанием одного или нескольких вариантов индивидуальной концептуализации сценарного поведения «жертвы», то есть схемы, показывающей, как различные переменные функционируют и взаимодействуют в отдельно взятых случаях;
- исследование сценарного поведения «жертвы» у разных категорий респондентов, в разных клинических и не-клинических выборках для расширения и дополнения полученных нами данных, включая исследование и дифференциацию высокой степени жертвенности и симптомов нарциссического расстройства личности.

БИБЛИОГРАФИЯ

1. BICAN, O.-L. Cauze și forme ale mobbingului la adolescenți. În: *Univers Pedagogic*. 2020, nr. 2 (66), pp. 103-111.

2. BODRUG-LUNGU, V. Violența domestică prin prisma politicilor integrate. În: *Studia Universitatis Moldaviae, seria Ştiinţe ale Educaţiei*. 2017, nr. 5 (105), pp. 22-25.

3. CERLAT, R., EREMCIUC, O. Anxietatea și stilurile de comunicare la femeile victime ale violenței. În: *Univers Pedagogic*. 2021, nr. 3 (71), pp. 83-89.

4. COJOCARU, A., PANCZI, V. Consecințele abuzului și maltratării în familie asupra dezvoltării psihice a copilului. În: *Vector European*. 2019, nr. 3, pp. 116-119.

5. COJOCARU, A., PANCZI, V. Modelarea comportamentului adolescenților abuzați. În: *Vector European*. 2019, nr. 2, pp. 129-138.

6. CRÂȘMARU, A. Stima de sine, inteligența emoțională și reziliența femeilor supuse violenței domestice. În: *Psihologie. Pedagogie specială. Asistență socială*. 2021, nr.2 (59), pp. 107-116.

7. DIȚA, M., VÎRLAN, M. Problematica psihosocială a mediului penitenciar și efectele psihosociale ale privării de libertate. În: *Vector European*. 2019, nr. 3, pp. 130-134.

8. GONȚA, V. Modelul psihoterapeutic integrativ de lucru cu victimele violenței în familie. În: *Psihologie, revista ştiinţifico-practică*. 2015, nr. 3-4, pp. 65-74.

9. HOTCA, M.A. Efectele victimizării. În: *Orizonturi ale cunoașterii*. 2010, vol. 2, nr.1, pp. 28-41.

10. LOSÎI, E., CRÂȘMARU, A. Violența domestică. Încadrare teoretică și experimentală. În: *Psihologie. Pedagogie specială. Asistență socială*. 2019, nr.4 (57), pp. 3-19.

11. LOSÎI, E., MERLUȘCĂ-CRÂȘMARU, A.M. Trăsăturile de personalitate ale femeilor supuse violenței domestice. În: *Psihologie, revista ştiinţifico-practică*. 2020, nr. 1-2 (36), pp. 58-65.

12. LUNGU, V. Investigarea schemelor cognitive de deficiență a limitelor în relație cu autonomia personală la adulți emergenți. În: *Psihologie. Pedagogie specială. Asistență socială*. 2019, nr. 3 (56), pp. 110-122.

13. MIRON, V. *Schemele cognitive dezadaptive timpurii ale persoanelor cu simptome somatice*. În: Materialele Conf. şt. cu participare intern. "Integrare prin cercetare şi inovare", Chişinău, 7-8 noiembrie 2019. Ch.: CEP USM, 2019. Vol. 1: Ştiinţe sociale. pp. 190-194. ISBN 978-9975-149-50-1

14. OLĂRESCU, V., RĂZVAN, B.C. Asistența psihologică a adolescentului, victimă a violenței în școală. În: *Psihologie. Pedagogie specială. Asistență socială*. 2016, nr. 4 (45), pp. 70-76.

15. POPA, R. Perspectiva sociometrică în abordarea stimei de sine a elevului victimă a bullying-ului școlar. În: *Psihologie, revista ştiinţifico-practică.* 2021, nr. 2 (39), pp. 47-57.

16. POPA, R. Rezultatele unui studiu constatativ asupra bulling-ului școlar. În: *Psihologie, revista ştiinţifico-practică*. 2021, nr. 1-2 (38), pp. 67-79.

17. RACU, Ig. Problema violenței în psihologie. În: *Psihologie. Pedagogie specială. Asistență socială*. 2011, nr. 25, pp. 15-23.

18. RACU, Ig. *Studiul violenței – aspect psihologice*. În: Materialele Conf. șt. internaționale "Formarea inițială și continuă a psihologilor în domeniul protecției copilului față de violență", Chișinău, 26 oct. 2018. Ch.: S.n., 2018. pp. 54-68. ISBN 978-9975-134-23-1

19. RIZEANU, S., MITILOAGĂ, A.-M. Relația dintre tipurile de atașament și dependența jocurilor de noroc. În: *Psihologie, revista ştiinţifico-practică*. 2021, nr. 1-2 (38), pp. 3-14.

20. ROBU, V., ROBU, I.E. Aspecte ale expunerii la violenta a elevilor. Studiu comparativ. În: *Psihologie, revista ştiinţifico-practică*. 2013, nr. 4, pp. 15-29.

21. ROTARU-SÎRBU, N. Ostilitatea femeilor abuzate în copilărie. În: *Psihologie, revista ştiinţifico-practică.* 2020, nr. 1-2 (36), pp. 66-73.

22. ROTARU-SÎRBU, N. Trăsăturile de personalitate ale femeilor supuse abuzului în copilărie. În: *Psihologie. Pedagogie specială. Asistență socială*. 2020, nr. 3 (60), pp. 94-100.

23. ROTARU-SÎRBU, N., VERDEȘ, A. *Sentimentul de culpabilitate la femeile abuzate în copilărie*. În: Materialele Conf. șt. internaționale "Formarea inițială și continuă a psihologilor în domeniul protecției copilului față de violență", Chișinău, 26 oct. 2018. Ch.: S.n., 2018. pp. 9-15. ISBN 978-9975-134-23-1

24. SAVCA, L. Delincvența juvenilă sursă a climatului familial nefavorabil. În: Materialele Conf. șt. internaționale "Formarea inițială și continuă a psihologilor în domeniul protecției copilului față de violență", Chișinău, 26 oct. 2018. Ch.: S.n., 2018. pp. 410-422. ISBN 978-9975-134-23-1

25. SAVCA, L. Violența domestică asupra copiilor. În: *Psihologie, revista ştiinţifico-practică*. 2017, nr. 3-4 (31), pp. 69-76.

26. STAMATIN, O., BĂLAN-SCÂNTEIE, G. Consecințele abuzului fizic față de copiii din ciclul primar. În: *Psihologie, revista ştiinţifico-practică*. 2015, nr. 1-2, pp. 29-38.

27. TURCHINĂ, T. Fenomenul "bullying" în grupul de adolescenți: proces și roluri participative. În: *Studia Universitatis Moldaviae, seria Științe ale Educației*. 2008, nr. 9 (19), pp. 183-186.

28. TURCHINĂ, T. *Programe de prevenire a fenomenului bullying*. În: Materialele Conf. şt. cu participare intern. "Integrare prin cercetare şi inovare", Chişinău, 8-9 noiembrie 2018. Ch.: CEP USM, 2018. pp. 244-248. ISBN 978-9975-142-46-5

*****

29. AARON, D.J. Early maladaptive schemas and substance use: implications for assessment and treatment. In: *Addictive Disorders & Their Treatment*. 2013, vol. 12, №4, pp. 193–200.

30. ABU RIA, A., LUNGU, V. Combating cyberbullying as strategy to diminish the students' aggressiveness. In: *Studia Universitatis Moldaviae, seria Științe ale Educației*. 2017, nr. 9 (109), pp. 164-168.

31. AHMADIAN, A. et al. Differences in maladaptive schemas between patients suffering from chronic and acute posttraumatic stress disorder and healthy controls. In: *Neuropsychiatric Disease and Treatment*. 2015, nr. 11, pp. 1677-1684.

32. AVDIBEGOVIC, E., BRKIC, M., SINANOVIC, O. Emotional Profile of Women Victims of Domestic Violence. In: *Materia Socio Medica*. 2017, nr. 29 (2), pp. 109–113.

33. BAR-TAL, D. et al. A sense of self-perceived collective victimhood in intractable conflicts. In: *International Review of the Red Cross*. 2009, vol. 91, nr. 874, pp. 229-258.

34. BASSO, L.A. et al. The effects of parental rearing styles and early maladaptive schemas in the development of personality: a systematic review. In: *Trends in Psychiatry and Psychotherapy*. 2019, nr. 41 (3), pp. 301-313.

35. BAUGH, L.M. et al. Partner trust and childhood emotional maltreatment: The mediating and moderating roles of maladaptive schemas and psychological flexibility. In: *Journal of Contextual Behavioral Science*. 2019, vol. 12, pp. 66-73.

36. BLAZHEVSKA, V., STOIMENOVSKA, K. Personality profile differences among women victims of domestic violence and women who are not victims of domestic violence. In: *Международный научно-исследовательский журнал*. 2017, nr. 09 (63), part. 2, pp. 62-64.

37. BOLKO, I., ŠPRAH, L., DERNOVŠEK, M.-Z. Personality traits and help strategies of women who are victims of domestic violence. In: Proceedings of the 4th European Congress on Violence in Clinical Psychiatry "*Violence in Clinical Psychiatry"*, Vienna, 20–21 October 2005. Amsterdam.: Oud Consultancy, 2005. pp. 325-330.

38. BRANK, E.M., HOETGER, L.A., HAZEN, K.P. Bullying. In: *Annual Review of Law and Social Science*. 2015, vol. 8, pp. 213-230.

39. CHOY, A. The Winner's Triangle. In: *Transactional Analysis Journal*. 1990, vol. 20, nr. 1, pp. 40-46.

40. DANZIGER, S. The Educational Benefits of Releasing "Victim Mentality": An Approach from the Fields of Business and Psychology. In: *Journal of Developmental Education*. 2010, nr. 34 (2), pp. 43-44.

41. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition*. Arlington, VA, American Psychiatric Association, 2013. ISBN 978-0-89042-554-1

42. D'ANDREA, V.J. Psychoactive Drugs and Transactional Analysis. In: *Transactional Analysis Journal*. 1977, vol.7, nr. 3, pp. 242-247.

43. ERSKINE, R.G. *Life scripts: A transactional analysis of unconscious relational patterns*. London, GBR: Karnac Books, 2010. 336 p. ISBN 978 1 85575 662 5

44. ESTÉVEZ, A. et al. The Role of Early Maladaptive Schemas in the Appearance of Psychological Symptomatology in Adult Women Victims of Child Abuse. In: *Journal of Child Sexual Abuse*. 2017, vol. 26 (8), pp. 889-909.

45. FISCHER, T.D., SMOUT, M.F., DELFABBRO, P.H. The relationship between psychological flexibility, early maladaptive schemas, perceived parenting and psychopathology. In: *Journal of Contextual Behavioral Science*. 2016, vol. 5(3), pp. 169-177.

46. GARAMI, J. et al. Examining perceived stress, childhood trauma and interpersonal trauma in individuals with drug addiction. In: *Psychological Reports*. 2019, vol. 122, nr. 2, pp. 433-450.

47. GLASO, L. et al. Do targets of workplace bullying portray a general victim personality profile. In: *Scandinavian Journal of Psychology*. 2007, nr. 48, pp. 313–319.

48. GRIGORIAN, H.L. et al. Mindfulness and early maladaptive schemas among men in treatment for substance use disorder. In: *Mindfulness*. 2020, vol. 11 (4), pp. 1690–1698.

49. HIROTO, D.S., SELIGMAN, M.E.P. Generality of learned helplessness in man. In: *Journal of Personality and Social Psychology*. 1975, vol. 31, nr. 2, pp. 311-327.

50. JALALI, M.R. et al. Comparison of Early Maladaptive Schemas and Parenting Origins in Patients with Opioid Abuse and Non-Abusers. In: *Iranian Journal of Psychiatry*. 2011, nr. 6, pp. 54-60.

51. KARATZIAS, T. et al. Early maladaptive schemas in adult survivors of interpersonal trauma: foundations for a cognitive theory of psychopathology. In: *European Journal of Psychotraumatology*. 2016, nr. 7, 30713.

52. KARPMAN, S. Fairy Tales and Script Drama Analysis. In: *Transactional Analysis Bulletin*. 1968, vol.7, nr.26, pp. 39-43.

53. LECIGNE, M., TAPIA, G. The mediating role of early maladaptive schemas on relations between post-traumatic stress disorder symptom severity and illicit substance use disorder. In: *Journal of Substance Us*e. 2018, vol. 23, nr. 6, pp. 634-639.

54. LOUIS, J. P., et al. Positive Clinical Psychology and Schema Therapy (ST): The Development of the Young Positive Schema Questionnaire (YPSQ) to Complement the Young Schema Questionnaire (YSQ-S3). In: *Psychological Assessment*. 2018, nr. 30 (9), pp. 1199-1213.

55. MAKRIYIANIS, M.M. et al. Psychological inflexibility mediates the relationship between adverse childhood experiences and mental health outcomes. In: *Journal of Contextual Behavioral Science*. 2019, vol. 14, pp. 82-89.

56. *Meeting of Experts on Violence against Women and Men in the World of Work*: Background paper for discussion at the Meeting of Experts on Violence against Women and Men in the World of Work, Geneva, 3–6 October 2016. Conditions of Work and Equality Department, International Labour Office, Geneva, 2016. ISBN 978-92-2-131347-2

57. NORCROSS, J.C., WAMPOLD, B.E. A new therapy for each patient: Evidence-based relationships and responsiveness. In: *Journal of Clinical Psychology*. 2018, nr. 74 (11), pp. 1889-1906.

58. O'REILLY-KNAPP, M., ERSKINE, R.G. Core concepts of an integrative Transactional Analysis. In: *Transactional Analysis Journal*. 2003, vol. 33, nr. 3, pp. 168-177.

59. O'REILLY-KNAPP, M., ERSKINE, R.G. The script system: An unconscious organization of experience. In: *International Journal of Integrative Psychotherapy*. 2010, vol. 1, nr. 2, pp.13–28.

60. PARFAIT, B., SEASE, T.B., SANDOZ, E.K. Psychological inflexibility as a mediator of the relationship between adverse childhood experiences and dissociation. In: *Journal of Contextual Behavioral Science*. 2022, vol. 23, pp. 92-97.

61. PETERSON, C. Helpless behavior. In: *Behaviour Research and Therapy*. 1993, vol. 31, nr. 3, pp. 289-295.

62. PICO-ALFONSO, M.A., ECHEBURUA, E., MARTINEZ, M. Personality Disorder Symptoms in Women as a Result of Chronic Intimate Male Partner Violence. In: *Journal of Family Violence*. 2008, nr. 23, pp. 577–588.

63. PILKINGTON, P., BISHOP, A., YOUNAN, R. Adverse Childhood Experiences and Early Maladaptive Schemas in Adulthood: A Systematic Review and Meta-analysis. In: *Clinical psychology & psychotherapy*. 2021, nr. 28 (3), pp. 569-584.

64. PONTZER, D.A Theoretical Test of Bullying Behavior: Parenting, Personality, and the Bully/Victim Relationship. In: *Journal of Family Violence*. 2010, nr. 25, pp. 259–273.

65. REZAEI, F., ALIZADEH, N. Sh. Early maladaptive schemas in methamphetamine and opioid addicts. In: *European Psychiatry*. 2011, vol. 26 (1): Abstracts of the 19th European Congress of Psychiatry, March 2011, pp. 93.

66. RISO, L.P. et al. The long-term stability of early maladaptive schemas. In: *Cognitive Therapy and Research*. 2006, vol. 30, nr. 4, pp. 515–529.

67. ROMAC, D. Online group psychotherapy during the "lock down". In: *European Psychiatry*. 2021, vol. 64, Special Issue S1: Abstracts of the 29th European Congress of Psychiatry, April 2021, pp. S788 - S789.

68. SCHULTZ, W.P., SEARLEMAN, A. Rigidity of Thought and Behavior: 100 Years of Research. In: *Genetic, Social, and General Psychology Monographs*. 2002, vol. 128, nr. 2, pp. 165–207.

69. SELIGMAN, M.E.P., MAIER, S.F. Failure to escape traumatic shock. In: *Journal of Experimental Psychology*. 1967, vol. 74, nr. 1, pp. 1-9.

70. SHAINHEIT, C.R., O'DOUGHERTY WRIGHT, V. Parental alcoholism and gender as moderators of maladaptive schema endorsement following childhood emotional maltreatment. In: *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*. 2012, vol. 21, nr. 4, pp. 403-421.

71. SHMELEV, I.M. Beyond the Drama Triangle: the Overcoming Self. Psychology. In: *Journal of the Higher School of Economics*. 2015, vol. 12. nr. 2, pp. 133–149.

72. SHOREY, R.C., ANDERSON, S., STUART, G.L. An examination of early maladaptive schemas among substance use treatment seekers and their parents. In: *Contemporary Family Therapy*. 2012, vol. 34, pp. 429–441.

73. SHOREY, R.C., ANDERSON, S., STUART, G.L. Early maladaptive schemas of substance abusers and their intimate partners. In: *Journal of Psychoactive Drugs*. 2013, vol. 45 (3), pp. 266-275.

74. SHOREY, R.C., ANDERSON, S., STUART, G.L. Gambling and early maladaptive schemas in a treatment-seeking sample of male alcohol users: a preliminary investigation. In: *Addictive Disorders & Their Treatment*. 2012, vol. 11, nr. 4, pp. 173–182.

75. SHOREY, R.C., ANDERSON, S., STUART, G.L. Gender differences in early maladaptive schemas in a treatment-seeking sample of alcohol-dependent adults. In: *Substance Use & Misuse*. 2012, vol. 47, pp. 108–116.

76. SHOREY, R.C. et al. The relation between trait mindfulness and early maladaptive schemas in men seeking substance use treatment. In: *Mindfulness*. 2015, vol. 6 (2), pp. 348–355.

77. SHOREY, R.C. et al. Early maladaptive schemas and aggression in men seeking residential substance use treatment. In: *Personality and Individual Differences*. 2015, vol. 83, pp. 6–12.

78. SHOREY, R.C., STUART, G.L., ANDERSON, S. Differences in early maladaptive schemas in a sample of alcohol- and opioid-dependent women: Do schemas vary across disorders? In: *Addiction Research and Theory*. 2013, vol. 21 (2), pp. 132–140.

79. SHOREY, R.C. et al. Changes in early maladaptive schemas after residential treatment for substance use. In: *Journal of Clinical Psychology*. 2013, vol. 69 (9), pp. 912–922.

80. SUNDAG, J. et al. Are Schemas Passed on? A Study on the Association Between Early Maladaptive Schemas in Parents and Their Offspring and the Putative Translating Mechanisms. In: *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*. 2018, vol. 46 (6), pp. 738-753.

81. SWEARER, S.M., ESPELAGE, D.L. Introduction: A social-ecological framework of bullying among youth. In: D. L. Espelage & S. M. Swearer (Eds.), Bullying in American schools: A social-ecological perspective on prevention and intervention (P. 1–12). Mahwah, NJ: Erlbaum.

82. TAKIZAWA, R. et al. Bullying victimization in childhood predicts inflammation and obesity at mid-life: a five-decade birth cohort study. In: *Psychological Medicine*. 2015, vol. 45, nr. 13, pp. 2705-2715.

83. TILLYER, S.M., HYMEL, S. Understanding the Psychology of Bullying. Moving Toward a Social-Ecological Diathesis–Stress Model. In: *American Psychologist*. 2015, vol. 70, nr. 4, pp. 344–353.

84. TILLYER, M.S., TILLYER, R. Race, Ethnicity, and Adolescent Violent Victimization. In: *Journal of Youth and Adolescence*. 2016, nr. 45, pp. 1497–1511.

85. TOMA, S., CAPTARI, V., TOMA, N. Structural-strategic approaches to couple and family therapy struggling with abuse and domestic violence. În: *Studia Universitatis Moldaviae, seria Științe ale Educației*. 2018, nr. 9 (119), pp. 94-98.

86. VREESWIJK, M., BROERSEN, J., SCHURINK, G. *Mindfulness and schema therapy: a practical guide*. Oxford: WILEY-Blackwell, 2014. 216 p. ISBN 978-1-118-75318-7

87. ZAMIRINEJAD, S. et al. Predicting the risk of opioid use disorder based on early maladaptive schemas. In: *American Journal of Men's Health*. 2018, vol. 12 (2), pp. 202–209.

88. ZEYNEL, Z., UZER, T. Adverse childhood experiences lead to trans-generational transmission of early maladaptive schemas. In: *Child Abuse & Neglect*. 2020, nr. 99.

*****

89. АДЛЕР, А. *Наука жить*. Киев: Port-Royal, 1997. 288 p. ISBN 966-7068-01-3

90. АДЛЕР, А. *Понять природу человека*. СПб.: Академический проект, 1997. 256 p. ISBN 5-7331-0107-5.

91. АДЭСКЭЛИЦЭ, В. Психологические особенности женщин - жертв домашнего насилия. В: *Psihologie, revista ştiinţifico-practică*. 2012, nr. 3, pp.32-35.

92. АНДРОННИКОВА, О.О. Виктимная идентичность личности созависимого типа. В: *Сибирский педагогический журнал*. 2017, nr. 2, p. 92-97.

93. АНДРОННИКОВА, О.О. *Онтогенетическая концепция виктимности личности*: диссертация на соискание ученой степени доктора психологических наук, Новосибирск, 2018. 566 p.

94. АНДРОННИКОВА, О.О. Основные теоретические подходы к исследованию ролевой позиции жертвы. В: *Гуманитарные науки образования в Сибири*. 2009, nr. 3, pp. 28–37.

95. АНДРОННИКОВА, О.О. Специфика сценария жизненного пути у виктимных мужчин и женщин различной гендерной дифференциации. В: *Международна научна школа "Парадигма"*. Лято-2015 в 8 т. Т.4: Психология, 414 p., p. 8-21. ISBN 978-619-7142-07-5

96. АНДРОННИКОВА, О.О. Теоретический анализ основных современных теорий виктимизации, разработанных в рамках зарубежной науки. В: *Вестник Кемеровского государственного университе*та. 2015, nr. 4 (64), vol. 1, p. 54-57.

97. АНДРОННИКОВА, О.О. Факторы формирования жертвенности как психологической и ролевой позиции личности. В: *Сибирский педагогический журнал*. 2014, nr. 6, pp. 136–142.

98. АНДРОННИКОВА, О.О., ГЕРАСИМОВА, П.С. Особенности взаимосвязи различных типов жертвенной позиции и эмоционального интеллекта. В: *Сибирский педагогический журна*л. 2016, nr. 5, pp. 118–125.

99. АНЦИБОР, Л.М. *Макиавеллизм в структуре современного психологического знания: проблемы теории и методологии анализа*: диссертация на соискание ученой степени доктора хабилитата психологических наук, Кишинёв, 2021. 320 p.

100. АНЦИБОР, Л. Макиавеллизм и проявление виктимности в зависимости от социометрического статуса личности в группе. În: Materialele Conf. şt. internaţ. «Învăţământul postmodern: între eficienţă şi funcţîonalitate», Chișinău, 15 noiembrie 2013. Ch.: CEP USM, 2013, pp. 432-436. ISBN 978-9975-71-513-3

101. АНЦИБОР, Л. Субъективная картина мира и образ жизни как источник развития и формирования зрелой личности. În: *Studia Universitatis Moldaviae, seria Ştiinţe ale Educaţie*i. 2011, nr. 9 (49), pp. 153-161.

102. АНЦИБОР, Л., **КОВРОВА, А.** Жертвенная позиция личности: взаимосвязь с доменами ранних дезадаптивных схем у взрослых. În: *Psihologie, revista ştiinţifico-practică*. 2023, nr. 2 (43), pp. 32-44.

103. АНЦИБОР, Л.**,** ПОДОСОЧНАЯ, Д. Проявление виктимности в зависимости от социометрического статуса личности в группе. În: *An. şt. ale Univ. de Stat din Moldova*: Ştiinţe socioumanistice [în 2 vol.], vol. II. Ch.: CEP USM. 2013, pp. 98–100.

104. АНЦИБОР, Л., СЫРБУ, А. Межличностное пространство и взаимопонимание – основа здорового образа жизни. În: *Studia Universitatis Moldaviae, seria Ştiinţe ale Educaţiei*. 2013, nr. 5 (65), pp. 125-138.

105. АРАКЕЛЯН, К.Н., ШАБОЛТАС, А.В. Внутрисемейные факторы виктимизации личности. В: *Вестник ЮУрГУ. Серия «Психология»*. 2015, vol. 8, nr. 1, pp. 50–55.

106. АРНТЦ, А., ЯКОБ, Г. *Практическое руководство по схема-терапии. Методы работы с дисфункциональными режимами при личностных расстройствах*. М.: Научный мир, 2016. 320 p. ISBN 978-5-91522-425-3

107. БАШАНАЕВА, Г.Г., СУББОТИНА, Р.А. Исследование структуры внутриличностных детерминант юношей и девушек разного виктимного типа. В: *Общество: социология, психология, педагогика*. 2016, nr. 2, pp. 76-83.

108. БЕНДАС, Т.В. *Гендерная психология: Учебное пособие*. СПб.: Питер, 2009. 431 p. ISBN 978-5-94723-369-8

109. БЕРН, Э. *Игры, в которые играют люди: Психология человеческих взаимоотношений*. Москва: Издательство «Э», 2017. 352 p. ISBN 978-5-699-27307-2

110. БЕРН, Э. *Люди, которые играют в игры: Психология человеческой судьбы*. Москва: Издательство «Э», 2017. 576 p. ISBN 978-5-699-27309-6

111. ВАН ФРЕСВАЙК, М., БРУРСЕН, Дж., ШУРИНК, Г. *Осознанность и схема-терапия. Практическое руководство*. М.: Научный мир, 2021. 240 p. ISBN 978-5-91522-507-6

112. ВАРГА, А.Я. *Введение в системную семейную психотерапию*. М.: Когито-Центр, 2009. 182 p. ISBN 978-5-89353-269-2

113. ВАСИЛЬЕВ, В.Л. *Юридическая психология:* Учебник для вузов. 6-е изд. СПб.: Питер, 2009. 608 p. ISBN 978-5-469-01339-6.

114. ВЕТЕРОК, Е.В., ПЕРЕВОЗКИНА, Ю.М., АНДРОННИКОВА, О.О. Ролевые виктимные характеристики мужчин и женщин с разным профилем функциональной асимметрии мозга. В: *Вестник Новосибирского государственного педагогического университета*. 2016, nr. 5 (33), pp. 88-101.

115. ВЫГОТСКИЙ, Л.С. *Основы дефектологии*. СПб.: Лань, 2003. 654 p. ISBN 5-8114-0481-6

116. ГАЛИМЗЯНОВА, М.В., КАСЬЯНИК, П.М., РОМАНОВА, Е.В. Выраженность ранних дезадаптивных схем и режимов функционирования схем у мужчин и женщин в период ранней, средней и поздней взрослости. В: *Вестник Санкт-Петербургского университета*. Психология. 2016, nr. 3, pp. 109–125.

117. ГУЛДИНГ, М., ГУЛДИНГ, Р. *Психотерапия нового решения. Теория и практика*. М.: Независимая фирма «Класс», 1997. 288 p. ISBN 5-86375-068-5

118. ГУРСКАЯ, С.П. Программа сценарного поведения: феноменология явления. В: *Вестник Южно-Уральского государственного университета*. Серия Психология. 2013, vol. 6, nr. 1, pp. 101-104.

119. ДЖЕЙКОБ, Г., ВАН ГЕНДЕРЕН, Х., СИБАУЭР, Л. *Разрушение паттернов негативного мышления. Самопомощь и поддержка в схема-терапии*. М.: Научный мир, 2019. 208 p. ISBN 978-5-91522-477-2

120. ДЖЕЙМС, М., ДЖОНГВАРД, Д. *Рожденные выигрывать*. Москва: Издательская группа «Прогресс», «Универс», 1993. 336 p. ISBN 5-01-003824-2

121. ДОЦЕНКО, Е. Манипуляция: феномен, механизм, защита. În: *Psihologie. Pedagogie specială. Asistenţa socială*. 2012, nr. 27, pp. 27–36.

122. ЕКИМОВА, В.И., ЗАЛАЛДИНОВА, А.М. Жертвы и обидчики в ситуации буллинга: кто они? В: *Электронный журнал «Современная зарубежная психология»*. 2015, vol. 4., nr. 4, pp. 5-10.

123. ЕФИМОВА, Д.В. Кросс-культурное исследование особенностей виктимности в рамках профилактики суицидального поведения в подростковой и молодежной среде. В: *Akademická psychologie*. 2017, nr. 2, pp. 9–14.

124. ЗАЛЕВСКИЙ, Г.В. *Психическая ригидность в норме и патологии*. Томск: Изд-во Томского Ун-та, 1993. 272 p. ISBN 5-7511-0593-1

125. КАДЫРОВ, Р.В., ДОГАДИНА, В.А., ИЛЬИНА, И.С. Ранние дезадаптивные схемы в генезе аддиктивного поведения. В: *Вектор науки Тольяттинского государственного университета.* Серия: Педагогика, психология. 2018, nr. 3 (34), pp. 64-70.

126. КАЛШЕД, Д. *Внутренний мир травмы: Архетипические защиты личностного духа*. М.: Академический Проект, 2001. 368 p. ISBN 5-8291-0111-4

127. КАРПМАН, С. Жизнь, свободная от игр. СПб.: «Метанойя», 2016. 342 p. ISBN 978-5-91542-310-6

128. КАСЬЯНИК, П.М. *Диагностика ранних дезадаптивных схем*. СПб.: Изд-во Политехн. Ун-та, 2016. 152 p. ISBN 978-5-7422-5619-9

129. КИСАКОВ, Р., АДЭСКЭЛИЦЭ, В. Проблема буллинга в образовательной среде. În: *Psihologie. Pedagogie specială. Asistenţă socia*lă. 2019, nr. 2 (55), pp. 103-108.

130. КЛАЧКОВА, О. А. Психологические особенности виктимной личности. В: *Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцен*а. 2008, nr. 58, p. 396-399.

131. КОВАЛЕВА, Е.А. Личностные предпосылки проявления насилия в педагогической деятельности. În: *Psihologie. Pedagogie specială. Asistenţă socială*. 2016, nr. 4 (45), pp. 49-56.

132. КОВАЛЕВА, Е.А. Роль самосознания и навыков саморегуляции педагога в создании ненасильственной среды в школе. În: *Psihologie. Pedagogie specială. Asistenţa socială*. 2017, vol. 47 (2), pp. 110–121.

133. КОВАЛЕВА, Е. Эмоциональное и психологическое насилие в семье и его влияние на социализацию ребенка În: *Psihologie. Pedagogie specială. Asistenţa socială*. 2012, nr. 26, pp. 51–55.

134. **КОВРОВА, А.** Жертвенная позиция личности, ранние дезадаптивные схемы и другие личностные особенности у разных категорий респондентов. În: Materialele Conf. şt. naţionale a doctoranzilor dedicată aniversării a 75-a a USM “Metodologii contemporane de cercetare şi evaluare”, Chişinău, 22-23 aprilie 2021. Vol.: Ştiinţe Sociale şi ale Educaţiei. CEP USM, 2022. pp. 82-87. ISBN 978-9975-159-18-0

135. **КОВРОВА, А.** Направленность программ психокоррекции жертвенной позиции личности у взрослых. În: Materialele Conf. şt. cu participare intern. “Integrare prin cercetare şi inovare”, Chişinău 10-11 noiembrie 2020. CEP USM, 2020. Vol.: Ştiinţe sociale. pp. 109-112. ISBN 978-9975-152-54-9

136. **КОВРОВА, А.** Обзор исследований возрастных и гендерных особенностей феномена «жертвы». În: *Международный научно-исследовательский журнал*. 2019, nr. 9 (87), part. 2, pp. 76-79.

137. **КОВРОВА, А.** Особенности жертвенной позиции личности у мужчин. În: Materialele Conf. şt. cu participare intern. "Integrare prin cercetare şi inovare", Chişinău, 7-8 noiembrie 2019. CEP USM, 2019. Vol. 1: Ştiinţe sociale. pp. 230-234. ISBN 978-9975-149-50-1

138. **КОВРОВА, А.** Подходы к исследованию феномена «жертва» в психологии. În: Materialele Conf. şt. cu participare intern. "Integrare prin cercetare şi inovare", Chişinău, 8-9 noiembrie 2018. CEP USM, 2018. pp. 324-327. ISBN 978-9975-142-46-5

139. КОВРОВА, А. Позитивное родительство: модель тематического содержания психосоциальной работы с родителями из социально-уязвимых семей. În: Materialele Conf. șt. intern. "Formarea inițială și continuă a psihologilor în domeniul protecției copilului față de violență", Chișinău, 26 octombrie 2018. Chișinău: S.n., 2018. pp. 110-117. ISBN 978-9975-134-23-1

140. **КОВРОВА, А.** Сценарное поведение «жертвы». În: Materialele Conf. practico-științifice cu participare intern. "Practica psihologică modernă", Chișinău, 28-30 septembrie 2018. Chișinău: S.n., 2018 (Tipogr.UPS „Ion Creangă"). pp. 102-108. ISBN 978-9975-46-383-6

141. **КОВРОВА, А.** Феномен «Жертва» как фактор риска развития эмоционального выгорания у специалистов помогающих профессий. În: Materialele Conf. științifico-practice cu participarea intern. a Asociației Balint din Moldova "Profilaxia sindromului Burnout în sistemul medical prin dezvoltarea rezilienței emoționale", Chișinău, 10.05.2018-13.05.2018. Chișinău: S.n., 2018 (Tipogr. "Tipocart Print"). pp. 65-75. ISBN 978-9975-133-95-1

142. **КОВРОВА, А.** Феномен «жертвы»: точки пересечения концептуальных подходов. In: Proceedings of the International Scientific and Practical Conference "Social and Economic Aspects of Education in Modern Society", Warsaw, 17 April, 2018. *International Journal of Innovative Technologies in Social Science*. 2018, nr. 3 (7), vol. 3, pp. 14-16. ISSN 2544-9338

143. **КОВРОВА, А.** Этические аспекты психологической работы с феноменом «жертва». În: *Studia Universitatis Moldaviae, seria Științe ale Educației*. 2018, nr. 5 (115), pp. 186-189.

144. **КОВРОВА, А.**, АНЦИБОР, Л. Личностные особенности различных типов проявления жертвенности. În: *Studia Universitatis Moldaviae, seria Ştiinţe ale Educaţiei*. 2020, nr. 5 (135), pp. 157-160.

145. **КОВРОВА, А.**, АНЦИБОР, Л. Проблема исследования личности «жертвы» в психологии. În: Proceedings of the International Conference of Applied Psychology "Current Affairs and Perspectives in Psychological Research", Chisinau, 29-30 November, 2018. *Studia Universitatis Moldaviae, seria Ştiinţe ale Educaţiei*. 2018, nr. 9 (119), pp. 23-26. ISSN 1857-2103

146. **КОВРОВА, А.**, АНЦИБОР, Л. Ранние дезадаптивные схемы и чувство безопасности у взрослых. In: Proceedings of the 2nd International Conference of Applied Psychology "Current Affairs and Perspectives in Psychological Research", Chisinau, 29-30 November, 2022. Ch.: CEP USM, 2022. pp. 181-186. ISBN 978-9975-159-99-9

147. КОРНИЛОВА, Т.В. Новый опросник толерантности-интолерантности к неопределенности. В: *Психологический журнал*. 2010, vol. 31, nr. 1, pp.74–86.

148. ЛАВЕРЫЧЕВА, И.Г. Альтруизм и эгоизм с естественнонаучной точки зрения. В: *Междисциплинарный научный и прикладной журнал «Биосфера»*. 2016, vol. 8, nr. 3, pp. 338-361.

149. ЛЕВИН, П.А., ФРЕДЕРИК, Э. *Пробуждение тигра – исцеление травмы*. М.: АСТ, 2007. 316 p. ISBN 978-5-17-045796-0

150. ЛЕВИНА, Н.А., ДУБОВИЦКАЯ, М.Г. Психологическая профилактика виктимного поведения подростков в условиях, содействующих развитию личностного потенциала. В: *Психология: аспекты теории и практики*. 2013, nr. 5 (051), pp. 280-287.

151. ЛУКАШУК, А. В. и др. Значение и место сценарных посланий в реализации суицидального поведения. В: *Тюменский медицинский журнал*. 2016, vol. 18, nr.1, pp. 3-11.

152. МАЛКИНА-ПЫХ, И.Г. *Виктимология. Психология поведения жертвы*. М.: Эксмо, 2010. 864 p. ISBN 978-5-699-40728-6

153. МАЛКИНА-ПЫХ, И. Г. *Психология поведения жертвы*. М.: Эксмо, 2006. 1008 p. ISBN 5-699-14523-0

154. МАСЛОВА, И. А. Психологические аспекты девиктимизации. В: *Живая психология*. 2018, vol. 5., nr. 1, pp. 19–24.

155. Международная организация по миграции (МОМ) и компания IMAS, и Центры по контролю и профилактике заболеваний. *Насилие над детьми и молодежью в Республике Молдова: результаты национального опроса, 2019 год*. Кишинев, Республика Молдова: Министерство здравоохранения, труда и социальной защиты, 2019 год.

156. МУДРИК, А.В. Человек в процессе социализации: три ипостаси. В: *Вестник ПСТГУ. Сер. IV: Педагогика. Психологи*я. 2009, nr. 3 (14), pp. 7–16.

157. *Насилие в семье: Особенности психологической реабилитации*. Учебное пособие/ Под ред. Н.М. Платоновой и Ю.П. Платонова. СПб.: Речь, 2004. 154 p. ISBN 5-9268-0298-9

158. *Насилие и его влияние на здоровье. Доклад о ситуации в мире* /Под ред. Этьенна Г. Круга и др. М: Издательство «Весь Мир», 2003. 376 p. ISBN 5C7777C0225C2

159. НИКИТИНА, Ю.В., СЕМКОВА, М.П. Особенности виктимного поведения юношей и девушек. В: *Вестник Удмуртского университета. Серия: Философия. Социология. Психология. Педагогика.* 2013, nr. 4, pp. 62-66.

160. ОДИНЦОВА, М.А. Анализ подходов к понятию «жертва» (в религии, философии, психологии). В: *Вестник Чувашского университета*. 2011, nr. 2, pp. 234–238.

161. ОДИНЦОВА, М.А. *Многоликость «жертвы», или Немного о великой манипуляции (система работы, диагностика, тренинги)*: Учебн. пособие. Москва: Флинта: НОУ ВПО «МПСИ», 2010. 256 p. ISBN 978-5-9765-0855-2

162. ОДИНЦОВА, М.А. Проблема виктимного личностного типа в психологии. В: *Известия Саратовского университета. Серия: Философия. Психология. Педагогика*. 2014, nr. 14 (2), pp. 73-79.

163. ОДИНЦОВА, М.А. *Психологическая коррекция установки «жертва» у подростков Чернобыльской зоны*: автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата психологических наук, Ярославль, 2007. 24 p.

164. ОДИНЦОВА, М.А. Преодолевающие стратегии поведения лиц, объединенных схожим травматическим опытом. В: *Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Философия. Психология. Педагогика*. 2015, vol. 15., nr. 1, pp. 104–110.

165. ОДИНЦОВА, М.А. Стрессопреодолевающее поведение старшеклассников с разным уровнем жизнестойкости. В: *Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Философия. Психология. Педагогика.* 2016, vol. 16., nr. 2, pp. 191–198.

166. ОДИНЦОВА, М.А. *Типы поведения жертвы. Диагностика ролевой виктимности*. Самара: Издательский дом «Бахрах-М», 2013. 160 p. ISBN 978-5-94648-104-5

167. ОДИНЦОВА, М.А. Функциональный аспект манипуляций в поведении индивида с установкой «жертвы». В: *Вестник Чувашского университета*. 2011, nr. 1, pp. 198-202.

168. ОДИНЦОВА, М.А. *Ценностно-смысловая сфера лиц разного виктимного типа*: монография / Н.Ю. Чернобровкина, М.А. Одинцова. М.: ФЛИНТА, 2014. 180 p. ISBN 978-5-9765-2024-0

169. ПАДУН, М.А., КОТЕЛЬНИКОВА, А.В. *Психическая травма и картина мира. Теория, эмпирия, практика*. М.: Институт психологии РАН, 2012. 280 p. ISBN 978-5-9270-0231-3

170. ПЕРЛЗ, Ф. *Гештальт-семинары. Гештальт-терапия дословно*. Москва: Институт Общегуманитарных исследований, 1998. 326 p. ISBN 5-88230-058-4

171. ПЕТРОСЬЯН, С.Н. Перспективы исследования жизненного сценария личности в русле субъектно-бытийного подхода. В: *Человек. Сообщество. Управление*. 2016, vol. 17, nr. 2, pp. 6-25.

172. ПЕТРОСЬЯН, С.Н., РЯБИКИНА, З.И. Современные подходы к проблеме жизненного сценария личности как социально-психологического феномена. В: *Вестник Адыгейского государственного университета*. 2016, nr. 3 (183), pp. 123-135.

173. ПОВАРЕНКОВ, Ю.П., СУББОТИНА, Р.А. Коррекция установки «жертва» у студентов медицинского вуза в ситуации учебно-профессиональной адаптации. В: *Ярославский педагогический вестник*. 2019, nr. 4 (109), pp. 140-147.

174. РАФАЭЛИ, Э., БЕРНШТЕЙН, Д.Ф., ЯНГ, Д. *Схема-терапия: отличительные особенности*. СПб.: ООО "Диалектика", 2021. 192 p. ISBN 978-5-907365-33-9

175. РОЗИН, М. Психология судьбы: программирование или творчество? В: *Вопросы психологии*. 1992, nr. 1, pp. 98-105.

176. РОТЕНБЕРГ, В.С., АРШАВСКИЙ, В.В. *Поисковая активность и адаптация*. Москва: «Наука», 1984. 193 p.

177. *Руководство по схема-терапии: теория, исследования и практика*. Под ред. Михеля ван Фресвейка, Дженни Броерсен, Марджон Надорт. М.: Научный мир, 2022. 744 p. ISBN 978-5-91522-526-7

178. САЖИНА, Н.М., ГОЛУБЬ, М.С. Предупреждение педагогических рисков виктимизации подростка. В: *Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология*. 2012, nr. 1, pp. 124-129.

179. СЕЛИГМАН, М.Э.П. *Новая позитивная психология: Научный взгляд на счастье и смысл жизни*. Москва: Издательство «София», 2006. 368 p. ISBN 5-91250-026-8

180. СТЮАРТ, Я., ДЖОЙНС, В. *Современный транзактный анализ*. СПб.: Социально-психологический центр, 1996. 330 p. ISBN 5-89121-002-9

181. СУББОТИНА, Р.А. Личностные детерминанты виктимного поведения юношей и девушек. В: *Интеграция образования*. 2016, vol. 20, nr. 1, pp. 51-62.

182. *Телесное наказание со стороны родителей - это насилие*. Пособие для специалистов. Национальный Центр по Предупреждению Насилия над Детьми, Республика Молдова, 2014. ISBN 978-9975-80-861-3

183. ТОЛСТАЯ, С. Межпоколенная трансляция семейной истории: теоретические аспекты в зарубежной психологии. В: *Проблемы современной науки и образования*. 2015, nr. (8) 38, pp.139-142.

184. ТОЛСТАЯ, С. *Методы арттерапии при работе с людьми, пережившими психотравмирующее событие*. Ch.: CEP USM, 2017. 233 p. ISBN 978-9975-71-757-1

185. УЗНАДЗЕ, Д.Н. *Общая психология*. СПб.: Питер, 2004. 413 p. ISBN 5-469-00020-6

186. УРАЗАЕВА, Г.И. *Психология виктимной личности:* учебное пособие. Казань: КЮИ МВД России, 2014. 285 p.

187. *Усиление роли системы здравоохранения в реагировании на гендерное насилие в Восточной Европе и Центральной Азии*. Сборник материалов. Сеть WAVE и ЮНФПА, 2014.

188. ФАРРЕЛЛ, Д.М., РЕЙСС, Н., ШОУ А.А. *Клиническое руководство по схема-терапии. Полный ресурс для создания и реализации индивидуальных, групповых и интегративных программ по схема-терапии*. М.: Научный мир, 2020. 352 p. ISBN 978-5-91522-492-5

189. ХАРРИС, Т.А. *Я - о'кей, ты - о'кей*. СПб.: Академический проект, 2006. 368 p. ISBN 5-8291-0736-8

190. ХЛЕБОВА, В. *Быть жертвой больше не выгодно. Записки экзистенциального психолога о людях, отношениях и о себе*. М.: ИОИ, 2016. 188 p. ISBN 978-5-88230-454-5

191. ХОРНИ, К. *Невротическая личность нашего времени*. Москва: Айрис-Пресс, 2004. 464 p. ISBN 5-8112-0911-8

192. ШТАЙНЕР, К. *Сценарии жизни людей. Школа Эрика Берна*. СПб.: Питер, 2019. 416 p. ISBN 978-5-4461-1235-7

193. ШУТЦЕНБЕРГЕР, А.А. *Синдром предков. Трансгенерационные связи, семейные тайны, синдром годовщины, передача травм и практическое использование геносоциограммы*. М.: Психотерапия, 2011. 256 p. ISBN 978-5-903182-22-0

194. ЭРИКСОН, Э. *Детство и общество*. СПб.: Питер, 2019. 448 p. ISBN 978-5-4461-0812-1

195. ЭРИКСОН, Э. *Идентичность: юность и кризис*. М.: Флинта, 2006. 342 p. ISBN 5-89349-860-7

196. ЯНГ, Д. *Прочь из замкнутого круга! Как оставить проблемы в прошлом и впустить в свою жизнь счастье*. Москва: Эксмо, 2019. 384 p. ISBN 978-5-04-094380-7

197. ЯНГ, Д., КЛОСКО, Д., ВАЙСХААР, М. *Схема-терапия. Практическое руководство*. СПб.: ООО "Диалектика", 2020. 464 p. ISBN 978-5-907203-40-2

e-Библиография

198. BERNSTEIN, D.P. *Building Strengths in Therapy. The Comprehensive Guide to Using the Complete iModes System*. 2021. [посещено: 15.12.2023]. Доступно: https://www.i-modes.com/wp-content/uploads/2023/07/E-book-Strenghts-EN.pdf

199. CIURREA, M. The Loss of Autonomy in Abused Persons: Psychological, Moral, and Legal Dimensions. In: *Humanities*. 2018, 7 (48); doi:10.3390/h7020048 [посещено: 25.10.2018]. Доступно: https://www.mdpi.com/2076-0787/7/2/48

200. CRIPPEN, M. Theories of Victim Blame. 2015, Senior Honors Projects, 66. [посещено: 25.10.2018]. Доступно: http://collected.jcu.edu/honorspapers/66

201. ERSKINE, R.G. Vulnerability, authenticity, and inter-subjective contact: philosophical principles of integrative psychotherapy. [посещено: 12.10.2023]. Доступно: https://www.integrativetherapy.com/en/articles.php?id=110

202. HARVEY, A.J., CALLAN, M.J. Getting “Just Deserts” or Seeing the “Silver Lining”: The Relation between Judgments of Immanent and Ultimate Justice. PLoS ONE 9 (7): e101803, doi:10.1371/journal.pone.0101803. [посещено: 25.10.2018]. Доступно: https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0101803

203. KETS DE VRIES, M.F.R. Are You a Victim of the Victim Syndrome? INSEAD Business School. Working paper [посещено: 25.10.2018]. Доступно: https://sites.insead.edu/facultyresearch/research/doc.cfm?did=50114

204. Violence against children (World Health Organisation) [посещено: 12.09.2022]. Доступно: https://www.who.int/health-topics/violence-against-children#tab=tab_1

205. *INSPIRE: семь стратегий по ликвидации насилия в отношении детей*. Всемирная организация здравоохранения, 2017 г. [посещено: 12.09.2022]. Доступно: https://www.unodc.org/documents/justice-and-prison-reform/Child-Victims/Report_in_Russian.pdf

206. АНДРОННИКОВА, О.О. Модели девиктимизации человека с ролевой позицией жертвы в социокультурном пространстве. В: *Современные проблемы науки и образования*. 2015, nr. 1 (2) [посещено: 15.09.2022]. Доступно: http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=19793

207. БЕТТЕЛЬХЕЙМ, Б. *Просвещенное сердце. Исследование психологических последствий существования в экстремальных условиях страха и террора* [посещено: 25.10.2018]. Доступно: http://bookap.info/sociopsy/bettelgeym_prosveshchennoe_serdtse/gl1.shtm

208. Конвенция о правах ребенка. [посещено: 12.09.2023]. Доступно: https://www.un.org/ru/documents/decl_conv/conventions/childcon.shtml

209. Межотраслевая стратегия развития родительских навыков и компетенций на 2016-2022 годы. Опубликована: 07.10.2016 в Официальном мониторе № 347-352, статья №:1198. [посещено: 12.09.2022]. Доступно: http://lex.justice.md/viewdoc.php?action=view&view=doc&id=366978&lang=2

210. МКРТЧЯН, Ц. Л. Личность и поведение жертвы: пути переосмысления. В: *Universum: Психология и образование: электрон. научн. журн*. 2014, nr. 7 (7) [посещено: 15.09.2022]. Доступно: http://7universum.com/ru/psy/archive/item/1436

211. Национальная стратегия развития «Европейская Молдова 2030». [посещено: 15.09.2023]. Доступно: https://gov.md/sites/default/files/document/attachments/subiect38_2.pdf

212. ПЛОТНИКОВА, С.Ю. Некоторые аспекты консультирования клиентов-жертв. В: *Психология. Пермь*. 2003, nr. 2, pp. 9-12 [посещено: 15.09.2022]. Доступно: http://www.psyperm.narod.ru/S4.htm

213. Прекращение насилия над детьми (UNICEF Moldova) [посещено: 12.09.2022]. Доступно: https://www.unicef.org/moldova/en/child-protection/ending-violence-against-children

214. ФОМИНЫХ, Е.С. Психологические механизмы виктимности. В: *Научно-методический электронный журнал «Концепт»*. 2014, nr. 5, p. 116–120 [посещено: 25.10.2018]. Доступно: http://e-koncept.ru/2014/14132.htm

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1. Домены, типы и характеристики ранних дезадаптивных схем

Таблица П.1.1. Домены, типы и характеристики ранних дезадаптивных схем

№	РДС	Характеристика РДС
Домен I. Нарушение связи и отвержение (связан с нарушением базовой потребности в безопасной привязанности с другими)		
1	«Покинутость/ Нестабильность»	Люди, от которых ожидается привязанность, помощь и поддержка, воспринимаются как нестабильные, присутствующие периодически. Ожидание, что близкий человек покинет, умрет, и отношения обязательно закончатся.
2	«Эмоциональная депривированность»	Ожидание, что эмоциональные потребности в защите, сочувствии, заботе не будут удовлетворены другими.
3	«Недоверие/Ожидание жестокого обращения»	Ожидание, что другие люди будут использовать в своих целях, предадут, причинят эмоциональную или физическую боль.
4	«Дефективность/ Стыдливость»	Ощущение собственной плохости, неполноценности, неправильности. Представление о себе как о недостойном любви других человеке.
5	«Социальная отчужденность»	Переживание собственной изолированности от других людей и сообществ, невозможности нигде «быть своим», отсутствие связи с другими.
Домен II. «Нарушение автономии и эффективности» (связан с нарушением базовой потребности в автономии, компетентности и чувстве идентичности)		
6	«Зависимость/ Беспомощность»	Уверенность в собственной неспособности справляться с повседневными обязанностями и жизненными задачами, из-за чего требуются другие люди для выполнения этих функций.
7	«Уязвимость»	Ожидание и сильный страх различного рода катастроф (стихийного бедствия, болезни и т.д.), страх невозможности предотвратить катастрофу.
8	«Запутанность/ Неразвитая идентичность»	Чрезмерная связь, вовлеченность и близость с другими в ущерб своей автономии, индивидуализации и развитию.
9	«Неуспешность»	Убежденность в собственной неспособности достичь успеха в важной для себе сфере, ожидание обязательного провала.
Домен III. «Нарушение границ» (связан с нарушением базовой потребности в реалистичных границах и самоконтроле)		
10	«Привилегированность/	Вера в обладание исключительными правами по

	Грандиозность»	сравнению с другими людьми, убежденность в своем превосходстве над другими.
11	«Недостаточность самоконтроля»	Переживание трудностей в том, чтобы дисциплинировать и контролировать себя в процессе достижения целей и выполнения повседневных задач.
Домен IV. «Направленность/ориентация на других» (связан с нарушением базовой потребности в свободном выражении собственных реальных потребностей и эмоций)		
12	«Покорность»	Подчинение другим людям для того, чтобы избежать их гнева, наказания и иных негативных последствий.
13	«Самопожертвование»	Чрезмерное стремление добровольно удовлетворять потребности других людей во избежание чувства вины за внимание к своим потребностям.
14	«Поиск одобрения»	Стремление получить одобрение и признание со стороны других людей в ущерб своей аутентичности.
Домен V. «Сверхбдительность и подавление эмоций» (связан с нарушением базовой потребности в спонтанности и игре)		
15	«Негативизм/Пессимизм»	Повышенная сосредоточенность на негативных сторонах жизни, возможных неудачах и т.д.
16	«Подавленность эмоций»	Убежденность в необходимости подавлять спонтанные импульсы и эмоции, чтобы избежать неодобрения или стыда.
17	«Жесткие стандарты/ Придирчивость»	Стремление к очень высоким стандартам поведения и деятельности во избежание критики.
18	«Пунитивность»	Уверенность в том, что все люди (и сам человек, и другие люди) должны получать строгое/суровое наказание за совершенные ошибки.

Приложение 2. Тест жертвенной позиции личности

Инструкция: Прочитайте нижеприведенные утверждения. Отметьте галочкой «Да», если вы согласны с этим утверждением, и оно вам подходит. Отметьте «Нет», если вы не согласны с этим утверждением и считаете, что оно никак не относится к вашей жизни.

1 тип «Жертвенная любовь»

1. (М) Я имею право быть счастливым, даже если те, кого я люблю, страдают. (Нет)
2. (П) Ради любимого человека можно пожертвовать многим. (Да)
3. (П) Я часто жертвую своими интересами ради любимых людей. (Да).
4. (М) Если кто-то не жертвует ради меня чем-нибудь, (временем, силами), то значит, что он меня не любит. (Да).
5. (М) Иногда я думаю «Если бы он (она) любил (а) меня, то думал (а) обо мне в первую очередь». (Да).
6. (Ч) Я не расскажу о своей боли (физической или душевной), лишь бы не расстроить близкого человека. (Да).
7. (Ч) Я очень много забочусь о близких и делаю все, чтобы они были счастливы, и не ожидаю, что они будут платить мне тем же. (Нет).
8. (П) После конфликта дома (на работе) я бываю до того расстроен, что идти домой (на работу) кажется просто невыносимым. (Да).
9. (Ч) Мне невыносимо смотреть, как страдают близкие мне люди. (Да).

2 тип «Жертва как наказание других»

10. (М) Иногда я думаю «Пусть мне будет плохо, и вот тогда вы поймете, как вы не правы». (Да).
11. (П) Когда я не знаю где любимый, я так сильно переживаю, что могу заболеть. (Да).
12. (П) Я никогда не думаю о том, как должны были бы быть плохи дела у тех, кто был несправедлив ко мне. (Нет).
13. (Ч) Я никогда не радуюсь, если мои обидчики оказываются наказаны по заслугам. (Нет).
14. (Ч) Я бываю возмущен, когда близкие не оценивают мою помощь. (Да).
15. (М) Может быть, я и преувеличиваю важность себя, но, честно говоря, думаю, что достоин всяческих похвал, и готов наказывать тех, кто это не признает. (Да).
16. (П) Иногда я специально изображаю недовольство, возмущение, чтобы поставить на место кого следует. (Да).
17. (М) Иногда Вы думаете, что все эти беды свалились на Вас незаслуженно. Это другие должны страдать. (Да).
18. (Ч) Если мои близкие ведут себя не так как надо, я впадаю в ярость. (Да).

3 тип «Жертва как наказание себя»

19. (М) Я готов (а) принести себя в жертву ради чего-то светлого или великого. (Да).

20. (П) Действие на благо общества дает мне надежду на общественную значимость и оправдание моему существованию. (Да).

21. (П) Ради достижения великой цели я готов (а) действовать в ущерб себе. (Да).

22. (М) Моя жизнь представляет малую ценность по сравнению с жизнью других. (Да).

23. (П) Даже если я пью и употребляю наркотики, то это только мое дело и не должно никого касаться. (Да).

24 (М) Все неприятности в моей жизни, я заслужил (а). (Да).

25. (Ч) Иногда мне кажется, что вина, это мое второе имя. Я даже не всегда уверен, что знаю повод, из-за которого чувствую себя виноватым. (Да).

26. (Ч) Иногда я чувствую, что во мне есть что-то такое, что делает меня хуже других. (Да).

27. (Ч) Иногда мне становится стыдно за то, какой я есть. (Да).

4 тип «Тип ролевой жертвы»

28. (М) Жизнь — это сплошное страдание. (Да).

29. (М) Дети должны стараться радовать своих родителей, ведь не зря же те их родили. (Да).

30. (П) Часто со мной случается так, что я влюбляюсь в кого-нибудь, кто уже имеет партнера (/партнершу). (Да).

31. (П) Я замечаю, что чаще всего рассказываю о плохом, а о хорошем забываю. (Да).

32. (Ч) Чувства, пережитые в детстве, преследуют меня до сих пор. (Да).

33. (Ч) Я слишком много делаю для окружающих, но мне кажется, что они платят мне черной неблагодарностью. (Да).

34. (М) Люди могут думать, что я слишком много говорю о своих неудачах, но они не понимают, насколько все действительно плохо для меня. (Да).

35. (П) Порой Вам хочется привлечь к себе внимание близких, и Вы прикидываетесь больным, обиженным, несчастным. (Да).

36. (Ч) Воспоминания о детстве у меня в основном нерадостные. (Да).

Приложение 3. Опросник ранних дезадаптивных схем

*Инструкция***:** Ниже перечислены утверждения, с помощью которых Вы можете описать себя. Пожалуйста, прочитайте каждое утверждение и решите, насколько точно оно Вас характеризует. Если Вы не уверены, как ответить, основывайте свой ответ на том, как Вы ЧУВСТВУЕТЕ, а не на том, что вы считаете правильным.

1. Рядом со мной не было человека, который бы обо мне заботился, проявлял участие и искренний интерес ко всему, что происходило со мной.
2. Я «цепляюсь» за близких мне людей, так как боюсь, что они меня покинут.
3. Мне кажется, что другие люди меня используют.
4. Я не вписываюсь ни в одну из компаний.
5. Ни один мужчина (женщина), к которым я испытываю влечение, не могли бы полюбить меня, если бы узнали о моих недостатках.
6. Почти всё, что я делаю на работе (в учебе) не так хорошо, как это могли бы сделать другие люди.
7. Думаю, что я не способен самостоятельно справляться с повседневными делами.
8. Я не могу избавиться от ощущения, что должно случиться что-то плохое.
9. Я не смог «отделиться» от своих родителей в той мере, в какой это сделали мои сверстники.
10. Я думаю, что если я буду делать только то, что мне хочется, это непременно приведет к неприятностям.
11. В конце концов, именно мне приходится заботиться о моих близких.
12. Я слишком застенчив, чтобы проявлять свою симпатию (внимание или привязанность) к другим людям.
13. Я должен быть лучшим во всем, что я делаю, и не могу быть хуже других.
14. Мне очень трудно принять «нет» в качестве ответа, если я чего-нибудь хочу от других людей.
15. Я не могу заставить себя выполнять рутинные или скучные задания.
16. Знакомство с важными людьми и наличие денег дают мне ощущение собственной значимости.
17. Даже когда дела идут хорошо, у меня такое ощущение, что это ненадолго.
18. Если я допущу ошибку, то должен быть наказан.

19. Я не знаю таких людей, которые давали бы мне тепло, любовь и заботу.

20. Я так сильно нуждаюсь в других людях, что боюсь их потерять.

21. Я чувствую, что не могу ослабить свою защиту и вести себя естественно в присутствии других людей, так как они могут причинить мне боль.

22. Я очень сильно отличаюсь от других людей.

23. Никто, о ком я мечтаю, не захотел бы остаться рядом со мной, если бы узнал, какой я на самом деле.

24. Я неспособен добиться успеха.

25. В повседневной жизни я во многом завишу от других людей.

26. Я полагаю, что в любой момент может произойти нечто ужасное (природная катастрофа, преступление, финансовый кризис или несчастный случай).

27. Я и мои родители склонны (были склонны) принимать излишнее участие в жизни и решении проблем друг друга.

28. Я чувствую, что я должен уступать желаниям других людей, иначе они могут отвергнуть меня или как-то отомстить.

29. Я – хороший человек, так как думаю о других больше, чем о себе.

30. Мне неловко показывать другим свои чувства.

31. Я стараюсь делать все как можно лучше и не приемлю, когда говорят «…и так уже достаточно хорошо…».

32. Я особенный человек и не обязан подчиняться многим ограничениям, установленным для других людей.

33. Если мне не удается достичь цели, я легко отчаиваюсь и сдаюсь.

34. Достижения имеют для меня наибольшую ценность, если их замечают другие люди.

35. Когда случается что-то хорошее, я жду, что должно случиться что-то плохое.

36. Если я не буду стараться изо всех сил, то у меня обязательно будут неприятности.

37. Я никогда не чувствовал, что я был кем-то особенным для другого человека.

38. Я опасаюсь, что мои близкие покинут или «бросят» меня.

39. Думаю, что рано или поздно, кто-нибудь меня обязательно предаст.

40. Я – одиночка, и не принадлежу ни к какому «кругу».

41. Я недостоин любви, внимания или уважения других людей.

42. Большинство людей достигают лучших результатов в работе, чем я.

43. Мне не хватает здравого смысла.

44. Я боюсь, что на меня могут напасть.

45. Мне всегда было очень трудно скрывать от родителей подробности личной жизни, не испытывая при этом чувства вины.

46. В отношениях с другими людьми я легко соглашаюсь быть на вторых ролях.

47. Я так занят делами моих близких, что у меня не остается времени для себя.

48. Мне трудно быть раскованным и непосредственным с другими людьми.

49. Я должен выполнять все свои обязательства.

50. Я терпеть не могу, когда меня ограничивают или не дают делать то, что я хочу.

51. Мне очень трудно отказывать себе в удовлетворении сиюминутных желаний ради достижения отдаленной цели.

52. Когда я не получаю повышенного внимания, я чувствую себя недостаточно значимым человеком.

53. Невозможно всё предусмотреть – что-нибудь обязательно пойдёт не так.

54. Если я не сделаю какую-либо работу как следует, то должен буду отвечать за последствия.

55. У меня никогда не было человека, который бы по-настоящему выслушивал и понимал меня или интересовался моими истинными потребностями и чувствами.

56. Когда я чувствую, что близкий человек отдаляется или уходит от меня, я впадаю в отчаяние.

57. Я очень подозрительно отношусь к тому, какими мотивами руководствуются другие люди.

58. Я чувствую себя отчужденным или изолированным от других людей.

59. Мне кажется, что меня нельзя полюбить.

60. В работе я не так талантлив, как большинство других людей.

61. В житейских ситуациях на мое мнение нельзя полагаться.

62. Я боюсь, что потеряю все деньги или останусь без средств к существованию.

63. Я чувствую, что живу не собственной жизнью, а так, как хотели бы от меня мои родители.

64. Так как решения за меня всегда принимали другие, то теперь я сам не знаю, чего хочу на самом деле.

65. Мне всегда приходится выслушивать проблемы других людей.

66. Я так сильно контролирую себя, что меня считают неэмоциональным или бесчувственным.

67. Я постоянно испытываю давление от того, что нужно что-то сделать или чего-то достичь.

68. Считаю, что я не должен следовать общепринятым правилам и договоренностям, как это делают другие люди.

69. Я не могу заставить себя делать то, что мне не нравится, даже если я знаю, что это нужно для моего же блага.

70. Если меня знакомят с новой компанией или я кому-нибудь что-то рассказываю, то для меня очень важно получить признание и восхищение.

71. Независимо от того, насколько усердно я работаю, меня беспокоит, что я могу лишиться денежных средств и остаться ни с чем.

72. Не имеет значения, почему я сделал ошибку – если я сделаю что-то не так, то мне придётся за это расплачиваться.

73. В моей жизни не было такого человека, который мог бы дать мне хороший совет или направить меня, когда я не знал, как поступить.

74. Иногда я так боюсь, что кто-то покинет меня, что сам первый начинаю отталкивать этого человека.

75. Обычно я ищу скрытые мотивы у других людей.

76. Я чувствую себя посторонним в любой группе.

77. У меня много неприемлемых качеств, из-за которых я не могу открываться перед другими людьми или позволять им узнавать меня получше.

78. В том, что касается работы или учебы, я не такой сообразительный как большинство других людей.

79. Я не уверен в своей способности справляться с повседневными проблемами, которые постоянно возникают.

80. Я беспокоюсь, что у меня развивается тяжелое заболевание, хотя врачи не обнаруживают ничего серьезного.

81. Я не чувствую себя целостной личностью отдельно от личности моего партнера или кого-то из родителей.

82. Мне очень трудно требовать от других, чтобы они уважали мои права и считались с моими чувствами.

83. Люди считают, что я делаю слишком много для других и недостаточно для себя.

84. Меня считают эмоционально зажатым и напряженным.

85. Мне трудно снять с себя ответственность за что-либо или дать себе право на ошибку.

86. То, что я предлагаю и делаю, является более ценным, чем вклад других людей.

87. Мне редко удаётся сдерживать обещания, которые я даю самому себе.

88. Я чувствую себя по-настоящему ценным человеком, когда меня хвалят или осыпают комплиментами.

89. Я боюсь, что любое неправильное решение может привести к катастрофе.

90. Я плохой человек, который заслуживает наказания.

Приложение 4. Шкала базисных убеждений

*Инструкция***:** Оцените, пожалуйста, степень своего согласия или несогласия с приведенными ниже утверждениями.

1. Как правило, несчастья случаются с людьми из-за ошибок, которые они совершили.
2. Мне часто кажется, что во мне слишком мало хорошего.
3. В общем-то, судьба ко мне благосклонна.
4. Вряд ли что-то сможет помешать мне получить от жизни все, что я хочу.
5. Я полагаю, что людям доверять нельзя.
6. Непорядочные люди очень редко получают по заслугам.
7. У меня есть основания быть о себе невысокого мнения.
8. Мне кажется, что я не так удачлив(а), как большинство людей.
9. Как правило, я в состоянии действовать так, чтобы получить максимально благоприятный результат.
10. Я опасаюсь, что человек, которому я доверюсь, может предать меня.
11. Как правило, хорошим людям сопутствует счастье и удача.
12. Можно сказать, что я себе нравлюсь.
13. Люди по природе своей недружелюбны и злы.
14. В моей жизни, как правило, не приходится рассчитывать на удачное стечение обстоятельств.
15. В целом, люди достойны доверия.
16. Полагаю, что я в силах сделать все возможное, чтобы предотвратить неудачи.
17. Меня вполне можно назвать интересным и привлекательным человеком.
18. По большому счету, людей не очень-то волнуют проблемы других.
19. Вряд ли я могу полностью довериться кому-либо.
20. Удача улыбается мне значительно реже, чем другим.
21. Если посмотреть внимательно, то увидишь, что мир полон добра.
22. В большинстве случаев хорошие люди получают то, что заслуживают в жизни.
23. Мои достоинства вполне перевешивают мои недостатки.

24. Я считаю, что в целом бессмысленно предпринимать какие-либо меры для защиты себя от неудач.

25. Фортуна слишком часто поворачивается ко мне спиной.

26. Сомневаюсь, что я в состоянии контролировать события, которые происходят в моей жизни.

27. Мне кажется, что, если я буду откровенен/на с людьми, они используют это против меня.

28. Я считаю, что мне часто везет.

29. С достойными, хорошими людьми неудачи случаются так же часто, как и с плохими.

30. Мне вполне по силам выбрать максимально выигрышную стратегию поведения в сложных жизненных ситуациях.

31. Люди в большинстве своем добры и готовы прийти на помощь.

32. Оглядываясь назад, я понимаю, что случай был ко мне благосклонен.

33. Доверять людям небезопасно.

34. Если человек совершает хорошие поступки, то судьба, как правило, к нему благосклонна.

35. В общем-то, я ценю себя достаточно высоко.

36. Я вполне везучий человек.

37. Сомневаюсь, что могу быть достаточно интересным/ой и привлекательным/ой для многих людей.

Приложение 5. Шкала межличностной интолерантности к неопределенности

*Инструкция***:** Оцените, пожалуйста, степень своего согласия или несогласия с приведенными ниже утверждениями.

1. Задача для меня малопривлекательна, если я не считаю ее решаемой.
2. Я испытываю дискомфорт в отношениях с людьми до тех пор, пока не пойму их поведение.
3. Я начинаю довольно сильно волноваться, если оказываюсь в ситуации, которую не могу контролировать.
4. Меня смущает, если я не могу следовать за ходом мыслей другого человека.
5. Меня беспокоит, если я не знаю, как другие люди реагируют на меня.
6. В долговременной перспективе добиться большего возможно, решая маленькие и простые проблемы, чем большие и сложные.
7. Человек, который ведет ровную, размеренную жизнь (без особых сюрпризов и неожиданностей), на самом деле должен быть благодарен судьбе.
8. Я больше люблю вечеринки со знакомыми людьми, чем те, где большинство людей мне совершенно незнакомы.

Приложение 6. Субшкала актуальной ригидности

*Инструкция***:** Оцените, пожалуйста, степень своего согласия или несогласия с приведенными ниже утверждениями.

1. Я легко осваиваюсь в новых условиях (привыкаю к новым условиям).
2. Если факты против моего первоначального предположения (гипотезы) о чем-то или о ком-то, то я легко отказываюсь от него и выдвигаю новое предположение.
3. Я легко меняю привычный темп и ритм работы и жизни.
4. Я предпочитаю проводить отпуск, каникулы и т. п. в привычной обстановке.
5. Я предпочитаю решать те или иные проблемы привычным способом.
6. Бывает, что я непроизвольно начинаю считать, например, ступеньки, фонари, окна и т. п.
7. Мне с трудом дается изменение собственного мнения о себе, если оно не совпадает с мнением других людей.
8. Мне трудно менять свой привычный путь на работу (учебу).
9. Меня привлекают путешествия.
10. Я легко избавляюсь от привычек, которые мне не по душе.
11. Я легко меняю свои планы на полпути, если требуют этого обстоятельства.
12. Я легко избавляюсь от каких-либо переживаний (плохого настроения, беспокойства).
13. Я легко меняю однажды принятое решение, если этого требуют обстоятельства.
14. Мне трудно поменять место жительства, работу и т. п.
15. Я легко меняю отношение к людям.
16. Мне трудно изменить своему вкусу в еде, в одежде.
17. Мне трудно представить или поставить себя на место другого человека.
18. Я легко меняю свой режим (распорядок дня и т. п.), если этого требуют обстоятельства.

Приложение 7. Информированное согласие на участие в исследовании

ИНФОРМИРОВАННОЕ СОГЛАСИЕ НА УЧАСТИЕ В ИССЛЕДОВАНИИ

ОБЩАЯ ИНФОРМАЦИЯ

Что вам нужно знать об этом исследовании:

- **Цель:** Мы просим вас принять участие в исследовании. Цель исследования – изучение личности человека с целью разработки рекомендаций по улучшению качества психологической поддержки.
- **Процедуры**: Если вы решите принять участие, вам нужно будет заполнить данный пакет опросников.
- **Длительность**: Участие займет примерно 30-40 минут.
- **Риски**: Основной риск или дискомфорт от участия в этом исследовании – возможные дискомфортные чувства при ответах на вопросы.
- **Польза:** Основная польза от участия в исследовании для вас заключается в получении индивидуальных психодиагностических результатов с последующей возможностью их разъяснения в случае необходимости. Участие в исследовании дает возможность как получить полезную информацию о собственных личностных особенностях, так и внести вклад в научное знание и психологическую практику.
- **Альтернативы:** Единственной альтернативой является отказ от участия в исследовании.
- **Участие**: Участие в этом исследовании добровольно. Вы свободны участвовать в этом исследовании или прекратить участие в любой момент исследования. Исследователи оставляют за собой право прекратить ваше участие без вашего согласия, если они сочтут это необходимым в интересах исследования.
- **Конфиденциальность**. Ваши личные данные и индивидуальные результаты конфиденциальны. В любом отчете, который мы будем публиковать, не будет никакой информации, позволяющей идентифицировать участника. Формы заполненных опросников участников исследования будут храниться в конфиденциальности, доступ к опросникам будет только у исследователей.

СОГЛАСИЕ НА УЧАСТИЕ

Мной прочитана информация в этой форме согласия, и я даю согласие на участие в этом исследовании. У меня была возможность задать все вопросы, которые возникли, и мной были получены ответы на эти вопросы.

Ваша подпись/фраза «я согласен»: _____

Приложение 8. Результаты статистического анализа возрастных и гендерных различий

П.8.1. Возрастные особенности выраженности показателей жертвенной позиции личности, ранних дезадаптивных схем, базисных убеждений личности, составляющих чувство безопасности, межличностной интолерантности к неопределенности и актуальной ригидности

Таблица П.8.1.1. Возрастные особенности выраженности показателей жертвенной позиции личности и ранних дезадаптивных схем: показатели, определенные с применением H Критерия Краскела-Уоллеса

Переменная	H Критерий Краскела-Уоллеса	Уровень значимости
Тип «жертвенная любовь», эмоциональная компонента	6,393	**0,041**
Тип «жертва как наказание других», когнитивная компонента	10,261	**0,006**
РДС «Неуспешность»	11,420	**0,003**
РДС «Зависимость/ Беспомощность»	6,193	**0,045**

Таблица П.8.1.2. Возрастные особенности выраженности показателей жертвенной позиции личности и ранних дезадаптивных схем: показатели, определенные с применением U-критерия Манна-Уитни

Переменная	Сравниваемые возрастные группы	Средний ранг	U-критерий Манна-Уитни	Уровень значимости
Тип «жертвенная любовь», эмоциональная компонента	ранняя взрослость (20-25 лет)	128,71	5381	**0,022**
	взрослость (26-57 лет)	109,63		
Тип «жертва как наказание других», когнитивная компонента	ранняя юность (18-19 лет)	109,73	1794,5	**0,003**
	взрослость (26-57 лет)	84,55		
РДС «Неуспешность»	ранняя юность (18-19 лет)	112,59	1595	**0,002**
	взрослость (26-57 лет)	82,73		
РДС «Неуспешность»	ранняя взрослость (20-25 лет)	128,47	5209	**0,024**
	взрослость (26-57 лет)	108,18		

РДС «Зависимость/ Беспомощность»	ранняя взрослость (20-25 лет)	129,37	5129	**0,015**
	взрослость (26-57 лет)	107,62		
РДС «Социальная отчужденность»	ранняя юность (18-19 лет)	72,44	1158	**0,044**
	ранняя взрослость (20-25 лет)	58,01		
РДС «Уязвимость»	ранняя взрослость (20-25 лет)	126,94	5345,5	**0,048**
	взрослость (26-57 лет)	109,14		
РДС «Негативизм/ Пессимизм»	ранняя взрослость (20-25 лет)	127,24	5229,5	**0,033**
	взрослость (26-57 лет)	108,09		

Таблица П.8.1.3. Возрастные особенности выраженности показателей ранних дезадаптивных схем, доменов ранних дезадаптивных схем и базисных убеждений личности, составляющих чувство безопасности: показатели, определенные с применением t-критерия Стьюдента

Переменная	Сравниваемые возрастные группы	t-критерий Стьюдента	Уровень значимости
РДС «Самопожертвование»	ранняя юность (18-19 лет)	-2,570	**0,012**
	взрослость (26-57 лет)		
Домен II «Нарушение автономии и эффективности»	ранняя взрослость (20-25 лет)	2,141	**0,033**
	взрослость (26-57 лет)		
Базисное убеждение о ценности и значимости собственного Я	ранняя взрослость (20-25 лет)	-1,975	**0,049**
	взрослость (26-57 лет)		
Базисное убеждение об удаче	ранняя взрослость (20-25 лет)	-1,983	**0,049**
	взрослость (26-57 лет)		

П.8.2. Гендерные особенности показателей жертвенной позиции личности, ранних дезадаптивных схем и доменов ранних дезадаптивных схем, базисных убеждений, составляющих чувство безопасности

Таблица П.8.2.1. Гендерные особенности показателей жертвенной позиции личности, ранних дезадаптивных схем, доменов ранних дезадаптивных схем: показатели, определенные с применением U-критерия Манна-Уитни

Переменная	Сравниваемые группы	Средний ранг	U-критерий Манна-Уитни	Уровень значимости
Тип «жертвенная любовь»	женщины	126,69	7284	**0,037**
	мужчины	146,63		
Тип «жертвенность как наказание себя»	женщины	126,49	7251,5	**0,033**
	мужчины	146,94		
Тип «жертвенность как наказание себя», когнитивная компонента	женщины	123,33	6737	**0,002**
	мужчины	151,84		
Тип «жертвенность как наказание себя», поведенческая компонента	женщины	125,20	7041	**0,010**
	мужчины	148,94		
«Тип ролевой жертвы», когнитивная компонента	женщины	120,59	9290	**0,000**
	мужчины	156,10		
Общий показатель выраженности жертвенной позиции личности, когнитивная компонента	женщины	121,33	6410,5	**0,000**
	мужчины	154,95		
РДС «Эмоциональная депривированность»	женщины	115,92	5622,5	**0,000**
	мужчины	158,41		
РДС «Социальная отчужденность»	женщины	121,51	6521,5	**0,003**
	мужчины	149,68		
РДС «Дефективность/ Стыдливость»	женщины	118,71	6071	**0,000**
	мужчины	154,06		
РДС «Подавленность эмоций»	женщины	120,11	6255	**0,001**
	мужчины	153,27		
РДС «Пунитивность»	женщины	122,33	6654,5	**0,007**
	мужчины	148,39		
Домен I «Нарушение связи и отвержение»	женщины	122,30	6609	**0,004**
	мужчины	149,83		

Таблица П.8.2.2. Гендерные особенности показателей жертвенной позиции личности, ранних дезадаптивных схем, доменов ранних дезадаптивных схем, базисных убеждений личности, составляющих чувство безопасности: показатели, определенные с применением t-критерия Стьюдента

Переменная	Сравниваемые группы	t-критерий Стьюдента	Уровень значимости
РДС «Недоверие/ Ожидание жестокого обращения»	женщины	-2,929	**0,004**
	мужчины		
РДС «Поиск одобрения»	женщины	2,133	**0,034**
	мужчины		
Домен V «Сверхбдительность и подавление эмоций»	женщины	-2,444	**0,015**
	мужчины		
Базисное убеждение о ценности и значимости собственного Я	женщины	2,594	**0,010**
	мужчины		
Базисное убеждение об удаче	женщины	3,421	**0,001**
	мужчины		
Базисное убеждение о контроле	женщины	-2,430	**0,016**
	мужчины		

Приложение 9. Результаты статистического анализа показателей жертвенной позиции личности, ранних дезадаптивных схем и доменов ранних дезадаптивных схем, базисных убеждений личности, составляющих чувство безопасности, межличностной интолерантности к неопределенности и актуальной ригидности

Таблица П.9.1. Результаты статистического анализа взаимосвязи компонент жертвенной позиции личности и ранних дезадаптивных схем: показатели, определенные с применением коэффициента корреляции Спирмена

№	РДС	ОСЖ, «Мысли»	ОСЖ, «Чувства»	ОСЖ, «Поведение»
1	«Эмоциональная депривированность»	r=0.262, p≤0.000	r=0.264, p≤0.000	r=0.209, p≤0.001
2	«Покинутость/ Нестабильность»	**r=0.385**, p≤0.000	**r=0.458**, p≤0.000	**r=0.434**, p≤0.000
3	«Недоверие/Ожидание жестокого обращения»	**r=0.402**, p≤0.000	**r=0.435**, p≤0.000	**r=0.441**, p≤0.000
4	«Социальная отчужденность»	r=0.202, p≤0.001	**r=0.392**, p≤0.000	r=0.277, p≤0.000
5	«Дефективность/ Стыдливость»	**r=0.330**, p≤0.000	**r=0.377**, p≤0.000	r=0.189, p≤0.002
6	«Неуспешность»	**r=0.343**, p≤0.000	**r=0.330**, p≤0.000	r=0.197, p≤0.001
7	«Зависимость/ Беспомощность»	**r=0.325**, p≤0.000	**r=0.322**, p≤0.000	r=0.257, p≤0.000
8	«Уязвимость»	**r=0.311**, p≤0.000	**r=0.428**, p≤0.000	r=0.292, p≤0.000
9	«Запутанность/ Неразвитая идентичность»	**r=0.308**, p≤0.000	**r=0.378**, p≤0.000	r=0.271, p≤0.000
10	«Покорность»	**r=0.350**, p≤0.000	**r=0.475**, p≤0.000	**r=0.329**, p≤0.000
11	«Самопожертвование»	**r=0.342**, p≤0.000	**r=0.348**, p≤0.000	**r=0.441**, p≤0.000
12	«Подавленность эмоций»	r=0.247, p≤0.000	**r=0.365**, p≤0.000	r=0.263, p≤0.000
13	«Жёсткие Стандарты/ Придирчивость»	**r=0.335**, p≤0.000	**r=0.308**, p≤0.000	**r=0.365**, p≤0.000
14	«Привилегированность / Грандиозность»	r=0.245, p≤0.000	r=0.203, p≤0.001	**r=0.323**, p≤0.000
15	«Недостаточность самоконтроля»	r=0.298, p≤0.000	**r=0.367**, p≤0.000	**r=0.363**, p≤0.000
16	«Поиск одобрения»	r=0.285, p≤0.000	**r=0.409**, p≤0.000	**r=0.430**, p≤0.000
17	«Негативизм/ Пессимизм»	**r=0.400**, p≤0.000	**r=0.455**, p≤0.000	**r=0.427**, p≤0.000
18	«Пунитивность»	**r=0.315**, p≤0.000	r=0.298, p≤0.000	**r=0.312**, p≤0.000
Домены ранних дезадаптивных схем				
1	Домен I «Нарушение связи и	**r=0.418**,	**r=0.504**,	**r=0.422**,

	отвержение»	p≤0.000	p≤0.000	p≤0.000
2	Домен II «Нарушение автономии и эффективности»	**r=0.411**, p≤0.000	**r=0.475**, p≤0.000	**r=0.317**, p≤0.000
3	Домен III «Нарушение границ»	**r=0.314**, p≤0.000	**r=0.347**, p≤0.000	**r=0.387**, p≤0.000
4	Домен IV «Направленность/ ориентация на других»	**r=0.415**, p≤0.000	**r=0.545**, p≤0.000	**r=0.530**, p≤0.000
5	Домен V «Сверхбдительность и подавление эмоций»	**r=0.427**, p≤0.000	**r=0.481**, p≤0.000	**r=0.453**, p≤0.000

Таблица П.9.2. Результаты статистического анализа взаимосвязи компонент типа «жертвенная любовь» и ранних дезадаптивных схем: показатели, определенные с применением коэффициента корреляции Спирмена

№	РДС	ЖЛ, «Мысли»	ЖЛ, «Чувства»	ЖЛ, «Поведение»
1	«Эмоциональная депривированность»	r=0.096, p≤0.118	r=0.191, p≤0.002	r=0.214, p≤0.000
2	«Покинутость/ Нестабильность»	r=0.103, p≤0.096	r=0.139, p≤0.024	**r=0.303**, p≤0.000
3	«Недоверие/Ожидание жестокого обращения»	r=0.124, p≤0.045	r=0.234, p≤0.000	r=0.272, p≤0.000
4	«Социальная отчужденность»	r=-0.038, p≤0.534	r=0.154, p≤0.012	r=0.208, p≤0.000
5	«Дефективность/ Стыдливость»	r=0.074, p≤0.229	r=0.143, p≤0.020	r=0.128, p≤0.038
6	«Неуспешность»	r=0.135, p≤0.027	r=0.061, p≤0.319	r=0.167, p≤0.006
7	«Зависимость/ Беспомощность»	r=0.078, p≤0.207	r=0.098, p≤0.110	r=0.145, p≤0.018
8	«Уязвимость»	r=0.072, p≤0.244	r=0.100, p≤0.105	r=0.190, p≤0.002
9	«Запутанность/ Неразвитая идентичность»	r=0.110, p≤0.073	r=0.077, p≤0.213	r=0.292, p≤0.000
10	«Покорность»	r=0.113, p≤0.065	r=0.120, p≤0.052	**r=0.360**, p≤0.000
11	«Самопожертвование»	r=0.156, p≤0.011	r=0.073, p≤0.236	**r=0.349**, p≤0.000
12	«Подавленность эмоций»	r=0.080, p≤0.196	**r=0.307**, p≤0.000	r=0.223, p≤0.000
13	«Жёсткие Стандарты/ Придирчивость»	r=0.093, p≤0.132	r=0.130, p≤0.035	**r=0.319**, p≤0.000
14	«Привилегированность / Грандиозность»	r=0.069, p≤0.263	r=-0.064, p≤0.304	r=0.120, p≤0.052
15	«Недостаточность самоконтроля»	r=-0.004, p≤0.944	r=0.069, p≤0.262	r=0.164, p≤0.008
16	«Поиск одобрения»	r=-0.006, p≤0.927	r=0.019, p≤0.758	r=0.232, p≤0.000
17	«Негативизм/ Пессимизм»	r=0.133,	r=0.162,	r=0.299,

		p≤0.030	p≤0.008	p≤0.000
18	«Пунитивность»	r=0.120, p≤0.051	r=0.185, p≤0.003	r=0.252, p≤0.000
Домены ранних дезадаптивных схем				
1	Домен I «Нарушение связи и отвержение»	r=0.091, p≤0.141	r=0.238, p≤0.000	r=0.287, p≤0.000
2	Домен II «Нарушение автономии и эффективности»	r=0.143, p≤0.020	r=0.105, p≤0.088	r=0.256, p≤0.000
3	Домен III «Нарушение границ»	r=0.037, p≤0.550	r=-0.010, p≤0.868	r=0.151, p≤0.014
4	Домен IV «Направленность/ ориентация на других»	r=0.091, p≤0.141	r=0.102, p≤0.097	**r=0.395**, p≤0.000
5	Домен V «Сверхбдительность и подавление эмоций»	r=0.141, p≤0.022	r=0.259, p≤0.000	**r=0.358**, p≤0.000

Таблица П.9.3. Результаты статистического анализа взаимосвязи компонент типа «жертва как наказание других» и ранних дезадаптивных схем: показатели, определенные с применением коэффициента корреляции Спирмена

№	РДС	ЖНД, «Мысли»	ЖНД, «Чувства»	ЖНД, «Поведение»
1	«Эмоциональная депривированность»	r=0.073, p≤0.236	r=0.022, p≤0.723	r=0.113, p≤0.068
2	«Покинутость/ Нестабильность»	**r=0.372**, p≤0.000	r=0.261, p≤0.000	r=0.283, p≤0.000
3	«Недоверие/Ожидание жестокого обращения»	**r=0.309**, p≤0.000	r=0.210, p≤0.001	r=0.279, p≤0.000
4	«Социальная отчужденность»	r=0.170, p≤0.006	r=0.082, p≤0.183	r=0.103, p≤0.094
5	«Дефективность/ Стыдливость»	r=0.222, p≤0.000	r=0.124, p≤0.045	r=0.044, p≤0.474
6	«Неуспешность»	r=0.177, p≤0.004	r=0.044, p≤0.471	r=-0.017, p≤0.781
7	«Зависимость/ Беспомощность»	r=0.235, p≤0.000	r=0.082, p≤0.185	r=0.117, p≤0.058
8	«Уязвимость»	r=0.228, p≤0.000	r=0.263, p≤0.000	r=0.179, p≤0.003
9	«Запутанность/ Неразвитая идентичность»	r=0.198, p≤0.001	r=0.146, p≤0.017	r=0.092, p≤0.136
10	«Покорность»	r=0.244, p≤0.000	r=0.185, p≤0.003	r=0.104, p≤0.090
11	«Самопожертвование»	r=0.206, p≤0.001	r=0.244, p≤0.000	r=0.233, p≤0.000
12	«Подавленность эмоций»	r=0.154, p≤0.012	r=0.089, p≤0.148	r=0.075, p≤0.226
13	«Жёсткие Стандарты/ Придирчивость»	r=0.184, p≤0.003	r=0.205, p≤0.001	r=0.176, p≤0.004
14	«Привилегированность / Грандиозность»	r=0.260, p≤0.000	**r=0.305**, p≤0.000	r=0.248, p≤0.000

15	«Недостаточность самоконтроля»	**r=0.327**, p≤0.000	r=0.2384, p≤0.000	r=0.215, p≤0.000
16	«Поиск одобрения»	**r=0.389**, p≤0.000	**r=0.417**, p≤0.000	r=0.292, p≤0.000
17	«Негативизм/ Пессимизм»	r=0.297, p≤0.000	r=0.213, p≤0.001	r=0.199, p≤0.001
18	«Пунитивность»	r=0.082, p≤0.186	r=0.081, p≤0.191	r=0.080, p≤0.196
Домены ранних дезадаптивных схем				
1	Домен I «Нарушение связи и отвержение»	**r=0.307**, p≤0.000	r=0.180, p≤0.003	r=0.257, p≤0.000
2	Домен II «Нарушение автономии и эффективности»	r=0.271, p≤0.000	r=0.180, p≤0.003	r=0.124, p≤0.043
3	Домен III «Нарушение границ»	**r=0.338**, p≤0.000	**r=0.319**, p≤0.000	r=0.272, p≤0.000
4	Домен IV «Направленность/ ориентация на других»	**r=0.389**, p≤0.000	**r=0.402**, p≤0.000	**r=0.316**, p≤0.000
5	Домен V «Сверхбдительность и подавление эмоций»	r=0.245, p≤0.000	r=0.204, p≤0.001	r=0.187, p≤0.002

Таблица П.9.4. Смешанный тип жертвенности и ранние дезадаптивные схемы, домены ранних дезадаптивных схем, базисные убеждения, составляющие чувство безопасности, межличностная интолерантность к неопределенности: показатели, определенные с применением t-критерия Стьюдента

Переменная	Сравниваемые группы	t-критерий Стьюдента	Уровень значимости
РДС «Самопожертвование»	СТЖ -	-5,524	**0,000**
	СТЖ +		
РДС «Жёсткие Стандарты/ Придирчивость»	СТЖ -	-4,180	**0,000**
	СТЖ +		
РДС «Поиск одобрения»	СТЖ -	-6,744	**0,000**
	СТЖ +		
Базисное убеждение о доброжелательности окружающего мира	СТЖ -	4,151	**0,000**
	СТЖ +		
Базисное убеждение об удаче	СТЖ -	2,046	**0,045**
	СТЖ +		
МИТН	СТЖ -	-4,919	**0,000**
	СТЖ +		
Домен IV «Направленность/ ориентация на других»	СТЖ -	-7,266	**0,000**
	СТЖ +		
Домен V «Сверхбдительность и подавление эмоций»	СТЖ -	-4,918	**0,000**
	СТЖ +		

Таблица П.9.5. Смешанный тип жертвенности и ранние дезадаптивные схемы и домены ранних дезадаптивных схем: показатели, определенные с применением U-критерия Манна-Уитни

Переменная	Сравниваемые группы	Средний ранг	U-критерий Манна-Уитни	Уровень значимости
РДС «Покинутость/ Нестабильность»	СТЖ -	121,21	3299,5	**0,000**
	СТЖ +	176,40		
РДС «Недоверие/ Ожидание жестокого обращения»	СТЖ -	119,32	2902	**0,000**
	СТЖ +	183,76		
РДС «Социальная отчужденность»	СТЖ -	125,80	4263,5	**0,005**
	СТЖ +	158,55		
РДС «Зависимость/ Беспомощность»	СТЖ -	128,18	4680,5	**0,042**
	СТЖ +	151,82		
РДС «Уязвимость»	СТЖ -	124,93	3994	**0,001**
	СТЖ +	164,54		
РДС «Покорность»	СТЖ -	125,02	4013,5	**0,001**
	СТЖ +	164,18		
РДС «Подавленность эмоций»	СТЖ -	128,04	4651	**0,037**
	СТЖ +	152,37		
РДС «Привилегированность / Грандиозность»	СТЖ -	120,44	3137,5	**0,000**
	СТЖ +	179,40		
РДС «Недостаточность самоконтроля»	СТЖ -	123,86	3856	**0,000**
	СТЖ +	166,09		
РДС «Негативизм/ Пессимизм»	СТЖ -	122,38	3544	**0,000**
	СТЖ +	171,87		
РДС «Пунитивность»	СТЖ -	125,91	4287	**0,006**
	СТЖ +	158,11		
Домен I «Нарушение связи и отвержение»	СТЖ -	121,98	3372,5	**0,000**
	СТЖ +	176,05		
Домен II «Нарушение автономии и эффективности»	СТЖ -	127,14	4460	**0,014**
	СТЖ +	155,91		
Домен III «Нарушение границ»	СТЖ -	120,98	3160,5	**0,000**
	СТЖ +	179,97		

Таблица П.9.6. Результаты статистического анализа взаимосвязи компонент типа «жертвенность как наказание себя» и ранних дезадаптивных схем: показатели, определенные с применением коэффициента корреляции Спирмена

№	**РДС**	**ЖНС, «Мысли»**	**ЖНС, «Чувства»**	**ЖНС, «Поведение»**
1	«Эмоциональная депривированность»	r=0.206, p≤0.001	r=0.181, p≤0.003	r=0.041, p≤0.508
2	«Покинутость/ Нестабильность»	r=0.122, p≤0.047	**r=0.442**, p≤0.000	r=0.176, p≤0.004
3	«Недоверие/Ожидание жестокого	r=0.209,	**r=0.324**,	r=0.202,

	обращения»	p≤0.001	p≤0.000	p≤0.001
4	«Социальная отчужденность»	r=0.123, p≤0.047	**r=0.345**, p≤0.000	r=0.130, p≤0.035
5	«Дефективность/ Стыдливость»	r=0.227, p≤0.000	**r=0.335**, p≤0.000	r=0.109, p≤0.077
6	«Неуспешность»	r=0.262, p≤0.000	**r=0.404**, p≤0.000	r=0.140, p≤0.022
7	«Зависимость/ Беспомощность»	r=0.230, p≤0.000	**r=0.375**, p≤0.000	r=0.152, p≤0.013
8	«Уязвимость»	r=0.128, p≤0.037	**r=0.389**, p≤0.000	r=0.124, p≤0.043
9	«Запутанность/ Неразвитая идентичность»	r=0.165, p≤0.007	**r=0.446**, p≤0.000	r=0.099, p≤0.107
10	«Покорность»	r=0.243, p≤0.000	**r=0.460**, p≤0.000	r=0.065, p≤0.290
11	«Самопожертвование»	r=0.212, p≤0.000	r=0.276, p≤0.000	r=0.281, p≤0.000
12	«Подавленность эмоций»	r=0.174, p≤0.005	r=0.255, p≤0.000	r=0.113, p≤0.065
13	«Жёсткие Стандарты/ Придирчивость»	r=0.151, p≤0.014	r=0.228, p≤0.000	r=0.212, p≤0.001
14	«Привилегированность / Грандиозность»	r=0.034, p≤0.586	r=0.095, p≤0.123	r=0.179, p≤0.003
15	«Недостаточность самоконтроля»	r=0.207, p≤0.001	**r=0.368**, p≤0.000	r=0.226, p≤0.000
16	«Поиск одобрения»	r=0.075, p≤0.222	**r=0.302**, p≤0.000	r=0.254, p≤0.000
17	«Негативизм/ Пессимизм»	r=0.164, p≤0.008	**r=0.452**, p≤0.000	r=0.207, p≤0.001
18	«Пунитивность»	r=0.269, p≤0.000	**r=0.312**, p≤0.000	r=0.223, p≤0.000
Домены ранних дезадаптивных схем				
1	Домен I «Нарушение связи и отвержение»	r=0.220, p≤0.000	**r=0.429**, p≤0.000	r=0.178, p≤0.004
2	Домен II «Нарушение автономии и эффективности»	r=0.241, p≤0.000	**r=0.525**, p≤0.000	r=0.145, p≤0.018
3	Домен III «Нарушение границ»	r=0.145, p≤0.018	r=0.295, p≤0.000	r=0.222, p≤0.000
4	Домен IV «Направленность/ ориентация на других»	r=0.205, p≤0.001	**r=0.447**, p≤0.000	r=0.265, p≤0.000
5	Домен V «Сверхбдительность и подавление эмоций»	r=0.239, p≤0.000	**r=0.418**, p≤0.000	r=0.246, p≤0.000

Таблица П.9.7. Результаты статистического анализа взаимосвязи компонент типа «тип ролевой жертвы» и ранних дезадаптивных схем: показатели, определенные с применением коэффициента корреляции Спирмена

№	РДС	ТРЖ, «Мысли»	ТРЖ, «Чувства»	ТРЖ, «Поведение»
1	«Эмоциональная депривированность»	r=0.239, p≤0.000	r=0.289, p≤0.000	r=0.180, p≤0.003
2	«Покинутость/ Нестабильность»	r=0.304, p≤0.000	**r=0.306**, p≤0.000	**r=0.398**, p≤0.000
3	«Недоверие/Ожидание жестокого обращения»	r=0.271, p≤0.000	**r=0.357**, p≤0.000	**r=0.347**, p≤0.000
4	«Социальная отчужденность»	r=0.219, p≤0.000	**r=0.365**, p≤0.000	r=0.273, p≤0.000
5	«Дефективность/ Стыдливость»	r=0.182, p≤0.003	**r=0.328**, p≤0.000	r=0.186, p≤0.002
6	«Неуспешность»	r=0.151, p≤0.014	r=0.279, p≤0.000	r=0.196, p≤0.001
7	«Зависимость/ Беспомощность»	r=0.159, p≤0.010	r=0.244, p≤0.000	r=0.252, p≤0.000
8	«Уязвимость»	r=0.172, p≤0.005	**r=0.331**, p≤0.000	r=0.269, p≤0.000
9	«Запутанность/ Неразвитая идентичность»	r=0.194, p≤0.002	r=0.250, p≤0.000	r=0.213, p≤0.000
10	«Покорность»	r=0.200, p≤0.001	**r=0.392**, p≤0.000	r=0.297, p≤0.000
11	«Самопожертвование»	r=0.214, p≤0.000	r=0.254, p≤0.000	r=0.206, p≤0.001
12	«Подавленность эмоций»	r=0.157, p≤0.011	**r=0.314**, p≤0.000	r=0.251, p≤0.000
13	«Жёсткие Стандарты/ Придирчивость»	**r=0.322**, p≤0.000	r=0.198, p≤0.001	r=0.195, p≤0.001
14	«Привилегированность / Грандиозность»	r=0.218, p≤0.000	r=0.181, p≤0.003	**r=0.307**, p≤0.000
15	«Недостаточность самоконтроля»	r=0.153, p≤0.013	r=0.240, p≤0.000	**r=0.324**, p≤0.000
16	«Поиск одобрения»	r=0.216, p≤0.000	r=0.271, p≤0.000	**r=0.358**, p≤0.000
17	«Негативизм/ Пессимизм»	r=0.254, p≤0.000	r=0.285, p≤0.000	**r=0.406**, p≤0.000
18	«Пунитивность»	r=0.231, p≤0.000	r=0.150, p≤0.015	r=0.200, p≤0.001
Домены ранних дезадаптивных схем				
1	Домен I «Нарушение связи и отвержение»	**r=0.323**, p≤0.000	**r=0.425**, p≤0.000	**r=0.371**, p≤0.000
2	Домен II «Нарушение автономии и эффективности»	r=0.202, p≤0.001	**r=0.359**, p≤0.000	r=0.282, p≤0.000
3	Домен III «Нарушение границ»	r=0.207, p≤0.001	r=0.253, p≤0.000	**r=0.356**, p≤0.000
4	Домен IV «Направленность/	r=0.287,	**r=0.389**,	**r=0.383**,

	ориентация на других»	p≤0.000	p≤0.000	p≤0.000
5	Домен V «Сверхбдительность и подавление эмоций»	**r=0.327**, p≤0.000	**r=0.319**, p≤0.000	**r=0.346**, p≤0.000

Таблица П.9.8. Результаты статистического анализа взаимосвязи компонент жертвенной позиции личности и базисных убеждений личности: показатели, определенные с применением коэффициента корреляции Спирмена

№	БУ	ОСЖ, «Мысли»	ОСЖ, «Чувства»	ОСЖ, «Поведение»
1	БУ о доброжелательности окружающего мира	r=-0.262, p≤0.000	r=-0.276, p≤0.000	r=-0.293, p≤0.000
2	БУ о справедливости окружающего мира	r=-0.086, p≤0.166	r=-0.144, p≤0.019	r=-0.035, p≤0.572
3	БУ о ценности и значимости собственного Я	**r=-0.342**, p≤0.000	**r=-0.394**, p≤0.000	r=-0.207, p≤0.001
4	БУ об удаче	**r=-0.344**, p≤0.000	r=-0.276, p≤0.000	r=-0.285, p≤0.000
5	БУ о контроле	r=-0.107, p≤0.084	r=-0.273, p≤0.000	r=-0.090, p≤0.144

Таблица П.9.9. Результаты статистического анализа взаимосвязи компонент типа «жертвенная любовь» и базисных убеждений личности: показатели, определенные с применением коэффициента корреляции Спирмена

№	БУ	ЖЛ, «Мысли»	ЖЛ, «Чувства»	ЖЛ, «Поведение»
1	БУ о доброжелательности окружающего мира	r=-0.087, p≤0.158	r=-0.195, p≤0.001	r=-0.214, p≤0.000
2	БУ о справедливости окружающего мира	r=-0.051, p≤0.409	r=-0.093, p≤0.133	r=-0.039, p≤0.524
3	БУ о ценности и значимости собственного Я	r=-0.109, p≤0.078	r=-0.224, p≤0.000	r=-0.221, p≤0.000
4	БУ об удаче	r=-0.227, p≤0.000	r=-0.125, p≤0.042	**r=-0.305**, p≤0.000
5	БУ о контроле	r=-0.129, p≤0.037	r=-0.152, p≤0.014	r=-0.117, p≤0.057

Таблица П.9.10. Результаты статистического анализа взаимосвязи компонент типа «жертва как наказание других» и базисных убеждений личности: показатели, определенные с применением коэффициента корреляции Спирмена

№	БУ	ЖНД, «Мысли»	ЖНД, «Чувства»	ЖНД, «Поведение»
1	БУ о доброжелательности окружающего мира	r=-0.184, p≤0.003	r=-0.227, p≤0.000	r=-0.174, p≤0.005
2	БУ о справедливости окружающего	r=-0.172,	r=-0.129,	r=0.005,

	мира	p≤0.005	p≤0.036	p≤0.937
3	БУ о ценности и значимости собственного Я	r=-0.169, p≤0.006	r=-0.051, p≤0.408	r=-0.030, p≤0.623
4	БУ об удаче	r=-0.075, p≤0.226	r=-0.095, p≤0.122	r=-0.086, p≤0.164
5	БУ о контроле	r=-0.113, p≤0.066	r=-0.080, p≤0.194	r=-0.005, p≤0.934

Таблица П.9.11. Результаты статистического анализа взаимосвязи компонент типа «жертвенность как наказание себя» и базисных убеждений личности: показатели, определенные с применением коэффициента корреляции Спирмена

№	БУ	ЖНС, «Мысли»	ЖНС, «Чувства»	ЖНС, «Поведение»
1	БУ о доброжелательности окружающего мира	r=-0.068, p≤0.270	r=-0.116, p≤0.060	r=-0.129, p≤0.036
2	БУ о справедливости окружающего мира	r=0.102, p≤0.098	r=-0.053, p≤0.390	r=0.065, p≤0.296
3	БУ о ценности и значимости собственного Я	r=-0.292, p≤0.000	**r=-0.443**, p≤0.000	r=-0.105, p≤0.089
4	БУ об удаче	r=-0.098, p≤0.114	r=-0.289, p≤0.000	r=-0.156, p≤0.011
5	БУ о контроле	r=0.030, p≤0.623	**r=-0.300**, p≤0.000	r=0.047, p≤0.445

Таблица П.9.12. Результаты статистического анализа взаимосвязи компонент «типа ролевой жертвы» и базисных убеждений личности: показатели, определенные с применением коэффициента корреляции Спирмена

№	БУ	ТРЖ, «Мысли»	ТРЖ, «Чувства»	ТРЖ, «Поведение»
1	БУ о доброжелательности окружающего мира	r=-0.260, p≤0.000	r=-0.234, p≤0.000	r=-0.250, p≤0.000
2	БУ о справедливости окружающего мира	r=-0.116, p≤0.061	r=-0.146, p≤0.018	r=-0.110, p≤0.076
3	БУ о ценности и значимости собственного Я	r=-0.178, p≤0.004	r=-0.257, p≤0.000	r=-0.140, p≤0.023
4	БУ об удаче	**r=-0.321**, p≤0.000	r=-0.205, p≤0.001	r=-0.158, p≤0.010
5	БУ о контроле	r=-0.011, p≤0.863	r=-0.145, p≤0.018	r=-0.147, p≤0.017

Таблица П.9.13. Результаты статистического анализа взаимосвязи компонент жертвенной позиции личности и параметра «межличностная интолерантность к неопределенности»: показатели, определенные с применением коэффициента корреляции Спирмена

№	Компонента жертвенной позиции личности	МИТН
«Общая степень жертвенности»		
1	«Общая степень жертвенности», когнитивная компонента («мысли»)	r=0.211, p≤0.001
2	«Общая степень жертвенности», эмоциональная компонента («чувства»)	**r=0.410**, p≤0.000
3	«Общая степень жертвенности», поведенческая компонента («поведение»)	**r=0.371**, p≤0.000
Тип «жертвенная любовь»		
4	«Жертвенная любовь», когнитивная компонента («мысли»)	r=-0.027, p≤0.664
5	«Жертвенная любовь», эмоциональная компонента («чувства»)	r=0.153, p≤0.013
6	«Жертвенная любовь», поведенческая компонента («поведение»)	r=-0.198, p≤0.001
Тип «жертва как наказание других»		
7	«Жертва как наказание других», когнитивная компонента («мысли»)	r=0.277, p≤0.000
8	«Жертва как наказание других», эмоциональная компонента («чувства»)	r=0.270, p≤0.000
9	«Жертва как наказание других», поведенческая компонента («поведение»)	r=0.224, p≤0.000
Тип «жертвенность как наказание себя»		
10	«Жертвенность как наказание себя», когнитивная компонента («мысли»)	r=0.100, p≤0.107
11	«Жертвенность как наказание себя», эмоциональная компонента («чувства»)	**r=0.357**, p≤0.000
12	«Жертвенность как наказание себя», поведенческая компонента («поведение»)	r=0.178, p≤0.004
Тип «тип ролевой жертвы»		
13	«Тип ролевой жертвы», когнитивная компонента («мысли»)	r=0.152, p≤0.014
14	«Тип ролевой жертвы», эмоциональная компонента («чувства»)	r=0.242, p≤0.000
15	«Тип ролевой жертвы», поведенческая компонента («поведение»)	**r=0.357**, p≤0.000

Таблица П.9.14. Результаты статистического анализа взаимосвязи компонент жертвенной позиции личности и параметра «актуальная ригидность»: показатели, определенные с применением коэффициента корреляции Спирмена

№	Компонента жертвенной позиции личности	Актуальная ригидность
«Общая степень жертвенности»		
1	«Общая степень жертвенности», когнитивная компонента («мысли»)	r=0.161, p≤0.009
2	«Общая степень жертвенности», эмоциональная компонента («чувства»)	**r=0.306**, p≤0.000
3	«Общая степень жертвенности», поведенческая компонента («поведение»)	**r=0.318**, p≤0.000
Тип «жертвенная любовь»		
4	«Жертвенная любовь», когнитивная компонента («мысли»)	r=-0.034, p≤0.585
5	«Жертвенная любовь», эмоциональная компонента («чувства»)	r=0.213, p≤0.001
6	«Жертвенная любовь», поведенческая компонента («поведение»)	r=-0.235, p≤0.000
Тип «жертва как наказание других»		
7	«Жертва как наказание других», когнитивная компонента («мысли»)	r=0.217, p≤0.000
8	«Жертва как наказание других», эмоциональная компонента («чувства»)	r=0.111, p≤0.073
9	«Жертва как наказание других», поведенческая компонента («поведение»)	r=0.195, p≤0.002
Тип «жертвенность как наказание себя»		
10	«Жертвенность как наказание себя», когнитивная компонента («мысли»)	r=0.008, p≤0.901
11	«Жертвенность как наказание себя», эмоциональная компонента («чувства»)	r=0.274, p≤0.000
12	«Жертвенность как наказание себя», поведенческая компонента («поведение»)	r=0.132, p≤0.032
Тип «тип ролевой жертвы»		
13	«Тип ролевой жертвы», когнитивная компонента («мысли»)	r=0.132, p≤0.033
14	«Тип ролевой жертвы», эмоциональная компонента («чувства»)	r=0.149, p≤0.016
15	«Тип ролевой жертвы», поведенческая компонента («поведение»)	r=-0.278, p≤0.000

Приложение 10. Результаты статистического анализа степеней жертвенности

П.10.1. Результаты сравнительного анализа выраженности переменных в группах респондентов с разной степенью жертвенности

Таблица П.10.1.1. Результаты сравнительного анализа выраженности переменных в группах респондентов с низкой и высокой степенями жертвенности

Переменная	Сравниваемые группы	Средний ранг	U-критерий Манна-Уитни	Уровень значимости
РДС «Эмоциональная депривированность»	Низкая	24,43	187,5	**0,000**
	Высокая	42,69		
РДС «Покинутость/ Нестабильность»	Низкая	21,95	93	**0,000**
	Высокая	46,63		
РДС «Недоверие/ Ожидание жестокого обращения»	Низкая	21,86	89,5	**0,000**
	Высокая	46,77		
РДС «Социальная отчужденность»	Низкая	23,55	154	**0,000**
	Высокая	44,08		
РДС «Дефективность/ Стыдливость»	Низкая	24,33	183,5	**0,000**
	Высокая	42,85		
РДС «Неуспешность»	Низкая	24,14	176,5	**0,000**
	Высокая	43,15		
РДС «Зависимость/ Беспомощность»	Низкая	23,05	135	**0,000**
	Высокая	44,88		
РДС «Уязвимость»	Низкая	24,24	180	**0,000**
	Высокая	43,00		
РДС «Запутанность/ Неразвитая идентичность»	Низкая	24,11	175	**0,000**
	Высокая	43,21		
РДС «Покорность»	Низкая	21,49	75,5	**0,000**
	Высокая	47,35		
РДС «Самопожертвование»	Низкая	21,86	89,5	**0,000**
	Высокая	46,77		
РДС «Подавленность эмоций»	Низкая	22,34	108	**0,000**
	Высокая	46,00		
РДС «Жёсткие Стандарты/ Придирчивость»	Низкая	22,36	108,5	**0,000**
	Высокая	45,98		
РДС «Привилегированность/ Грандиозность»	Низкая	25,32	221	**0,001**
	Высокая	41,29		
РДС «Недостаточность самоконтроля»	Низкая	22,55	116	**0,000**
	Высокая	45,67		

РДС «Поиск одобрения»	Низкая	23,12	137,5	**0,000**
	Высокая	44,77		
РДС «Негативизм/ Пессимизм»	Низкая	21,36	70,5	**0,000**
	Высокая	47,56		
РДС «Пунитивность»	Низкая	23,80	163,5	**0,000**
	Высокая	43,69		
Домен I «Нарушение связи и отвержение»	Низкая	21,80	87,5	**0,000**
	Высокая	46,85		
Домен II «Нарушение автономии и эффективности»	Низкая	22,72	122,5	**0,000**
	Высокая	45,40		
Домен III «Нарушение границ»	Низкая	23,21	141	**0,000**
	Высокая	44,63		
Домен IV «Направленность/ ориентация на других»	Низкая	20,09	22,5	**0,000**
	Высокая	49,56		
Домен V «Сверхбдительность и подавление эмоций»	Низкая	20,84	51	**0,000**
	Высокая	48,38		
БУ о доброжелательности окружающего мира	Низкая	38,74	181	**0,000**
	Высокая	20,04		
БУ о ценности и значимости собственного Я	Низкая	40,03	132	**0,000**
	Высокая	18,00		
БУ об удаче	Низкая	39,32	159	**0,000**
	Высокая	19,13		
БУ о контроле	Низкая	35,91	288,5	**0,015**
	Высокая	24,52		
МИТН	Низкая	21,43	90	**0,000**
	Высокая	45,75		
АК	Низкая	22,27	121	**0,000**
	Высокая	44,46		

Таблица П.10.1.2. Результаты сравнительного анализа выраженности переменных в группах респондентов с низкой и средней степенями жертвенности: показатели, определенные с применением U-критерия Манна-Уитни

Переменная	Сравниваемые группы	Средний ранг	U-критерий Манна-Уитни	Уровень значимости
РДС «Эмоциональная депривированность»	Низкая	95,79	2899	**0,015**
	Средняя	125,15		

РДС «Покинутость/ Нестабильность»	Низкая	66,28	1777,5	**0,000**
	Средняя	130,70		
РДС «Недоверие/ Ожидание жестокого обращения»	Низкая	68,82	1874	**0,000**
	Средняя	130,22		
РДС «Социальная отчужденность»	Низкая	95,74	2897	**0,016**
	Средняя	125,16		
РДС «Дефективность/ Стыдливость»	Низкая	89,04	2642,5	**0,002**
	Средняя	126,42		
РДС «Неуспешность»	Низкая	87,64	2589,5	**0,001**
	Средняя	127,24		
РДС «Зависимость/ Беспомощность»	Низкая	84,11	2455	**0,000**
	Средняя	127,91		
РДС «Уязвимость»	Низкая	90,26	2689	**0,003**
	Средняя	126,75		
РДС «Запутанность/ Неразвитая идентичность»	Низкая	74,12	2075,5	**0,000**
	Средняя	129,78		
РДС «Покорность»	Низкая	71,22	1965,5	**0,000**
	Средняя	130,32		
РДС «Подавленность эмоций»	Низкая	83,43	2429,5	**0,000**
	Средняя	128,03		
РДС «Привилегированность/ Грандиозность»	Низкая	89,99	2678,5	**0,003**
	Средняя	126,24		
РДС «Недостаточность самоконтроля»	Низкая	85,70	2515	**0,001**
	Средняя	127,05		
РДС «Поиск одобрения»	Низкая	73,98	2059	**0,000**
	Средняя	129,31		
РДС «Негативизм/ Пессимизм»	Низкая	69,11	1895	**0,000**
	Средняя	130,17		
РДС «Пунитивность»	Низкая	80,82	2330	**0,000**
	Средняя	127,97		
БУ о ценности и значимости собственного Я	Низкая	167,80	2040,5	**0,000**
	Средняя	111,60		

Таблица П.10.1.3. Результаты сравнительного анализа выраженности переменных в группах респондентов с низкой и средней степенями жертвенности: показатели, определенные с применением t-критерия Стьюдента

Переменная	Сравниваемые возрастные группы	t-критерий Стьюдента	Уровень значимости
РДС «Самопожертвование»	Низкая	-4,672	**0,000**
	Средняя		
РДС «Жёсткие Стандарты/ Придирчивость»	Низкая	-4,393	**0,000**
	Средняя		
Домен I «Нарушение связи и отвержение»	Низкая	-6,036	**0,000**
	Средняя		
Домен II «Нарушение автономии и эффективности»	Низкая	-4,286	**0,000**
	Средняя		
Домен III «Нарушение границ»	Низкая	-3,400	**0,001**
	Средняя		
Домен IV «Направленность/ ориентация на других»	Низкая	-8,131	**0,000**
	Средняя		
Домен V «Сверхбдительность и подавление эмоций»	Низкая	-5,622	**0,000**
	Средняя		
БУ о доброжелательности окружающего мира	Низкая	2,153	**0,032**
	Средняя		
БУ об удаче	Низкая	4,910	**0,000**
	Средняя		
МИТН	Низкая	-3,056	**0,002**
	Средняя		
АК	Низкая	-4,331	**0,000**
	Средняя		

Таблица П.10.1.4. Результаты сравнительного анализа выраженности переменных в группах респондентов со средней и высокой степенями жертвенности

Переменная	Сравниваемые группы	Средний ранг	U-критерий Манна-Уитни	Уровень значимости
РДС «Эмоциональная депривированность»	Средняя	108,56	1436	**0,001**
	Высокая	155,08		
РДС «Покинутость/ Нестабильность»	Средняя	106,93	1097,5	**0,000**
	Высокая	168,77		
РДС «Недоверие/ Ожидание жестокого	Средняя	107,18	1148	**0,000**
	Высокая	166,67		

обращения»				
РДС «Социальная отчужденность»	Средняя	107,04	1118,5	**0,000**
	Высокая	167,90		
РДС «Дефективность/ Стыдливость»	Средняя	108,56	1425,5	**0,001**
	Высокая	155,10		
РДС «Неуспешность»	Средняя	109,35	1492,5	**0,002**
	Высокая	153,31		
РДС «Зависимость/ Беспомощность»	Средняя	108,26	1271	**0,000**
	Высокая	162,54		
РДС «Уязвимость»	Средняя	109,01	1423	**0,001**
	Высокая	156,21		
РДС «Запутанность/ Неразвитая идентичность»	Средняя	110,38	1700,5	**0,015**
	Высокая	144,65		
РДС «Покорность»	Средняя	107,60	1136,5	**0,000**
	Высокая	168,15		
РДС «Самопожертвование»	Средняя	108,63	1345,5	**0,000**
	Высокая	159,44		
РДС «Подавленность эмоций»	Средняя	108,24	1267,5	**0,000**
	Высокая	162,69		
РДС «Жёсткие Стандарты/ Придирчивость»	Средняя	108,85	1390	**0,001**
	Высокая	157,58		
РДС «Привилегированность/ Грандиозность»	Средняя	109,62	1641	**0,009**
	Высокая	146,13		
РДС «Недостаточность самоконтроля»	Средняя	107,13	1137,5	**0,000**
	Высокая	167,10		
РДС «Поиск одобрения»	Средняя	109,46	1608,5	**0,007**
	Высокая	147,48		
РДС «Негативизм/ Пессимизм»	Средняя	107,98	1309,5	**0,000**
	Высокая	159,94		
РДС «Пунитивность»	Средняя	109,16	1547,5	**0,004**
	Высокая	150,02		
Домен I «Нарушение связи и отвержение»	Средняя	106,48	910	**0,000**
	Высокая	177,58		
Домен II «Нарушение автономии и эффективности»	Средняя	108,15	1249	**0,000**
	Высокая	163,46		
Домен III «Нарушение границ»	Средняя	108,10	1239	**0,000**
	Высокая	163,88		
Домен IV	Средняя	106,77	969	**0,000**

«Направленность/ ориентация на других»	Высокая	175,13		
Домен V «Сверхбдительность и подавление эмоций»	Средняя	106,83	981	**0,000**
	Высокая	174,63		
БУ о доброжелательности окружающего мира	Средняя	119,42	1227,5	**0,000**
	Высокая	63,65		
БУ о ценности и значимости собственного Я	Средняя	117,52	1612,5	**0,007**
	Высокая	79,69		
БУ об удаче	Средняя	117,38	1641	**0,010**
	Высокая	80,88		
МИТН	Средняя	106,42	994	**0,000**
	Высокая	173,08		
АК	Средняя	108,38	1390	**0,001**
	Высокая	156,58		

П.10.2. Результаты анализа взаимосвязей между степенью жертвенности и ранними дезадаптивными схемами, доменами ранних дезадаптивных схем, базисными убеждениями личности, составляющими чувство безопасности, межличностной интолерантностью к неопределенности и актуальной ригидностью

Таблица П.10.2.1. Результаты статистического анализа взаимосвязи средней степени жертвенности и ранних дезадаптивных схем, доменов ранних дезадаптивных схем, базисных убеждений личности, составляющих чувство безопасности, межличностной интолерантности к неопределенности: показатели, определенные с применением коэффициента корреляции Спирмена

Переменная	Средняя степень жертвенности
РДС «Эмоциональная депривированность»	r=0,193, p≤0.006
РДС «Покинутость/ Нестабильность»	r=0,416, p≤0.000
РДС «Недоверие/Ожидание жестокого обращения»	**r=0,441**, p≤0.000
РДС «Социальная отчужденность»	r=0,290, p≤0.000
РДС «Дефективность/ Стыдливость»	r=0,260, p≤0.000
РДС «Неуспешность»	r=0,253, p≤0.000
РДС «Зависимость/ Беспомощность»	r=0,214, p≤0.000
РДС «Уязвимость»	**r=0,401**, p≤0.000
РДС «Запутанность/ Неразвитая идентичность»	r=0,275, p≤0.000
РДС «Покорность»	**r=0,338**, p≤0.000
РДС «Самопожертвование»	**r=0,351**, p≤0.000
РДС «Подавленность эмоций»	r=0,211, p≤0.002
РДС «Жёсткие Стандарты/ Придирчивость»	r=0,283, p≤0.000

РДС «Привилегированность / Грандиозность»	r=0,243, p≤0.001
РДС «Недостаточность самоконтроля»	**r=0,325**, p≤0.000
РДС «Поиск одобрения»	**r=0,432**, p≤0.000
РДС «Негативизм/ Пессимизм»	**r=0,433**, p≤0.000
РДС «Пунитивность»	r=0,286, p≤0.000
Домен I «Нарушение связи и отвержение»	**r=0,472**, p≤0.000
Домен II «Нарушение автономии и эффективности»	**r=0,383**, p≤0.000
Домен III «Нарушение границ»	**r=0,358**, p≤0.000
Домен IV «Направленность/ ориентация на других»	**r=0,509**, p≤0.000
Домен V «Сверхбдительность и подавление эмоций»	**r=0,440**, p≤0.000
БУ о доброжелательности окружающего мира	r=-0,248, p≤0.000
БУ о ценности и значимости собственного Я	r=-0,221, p≤0.002
БУ об удаче	r=-0,185, p≤0.008
МИТН	**r=0,320**, p≤0.000

Таблица П.10.2.2. Результаты статистического анализа взаимосвязи средней степени жертвенности и ранних дезадаптивных схем, доменов ранних дезадаптивных схем, базисных убеждений личности, составляющих чувство безопасности: показатели, определенные с применением коэффициента корреляции Спирмена

Переменная	**Высокая степень жертвенности**
РДС «Дефективность/ Стыдливость»	**r=0,445**, p≤0.029
РДС «Привилегированность / Грандиозность»	**r=0,582**, p≤0.003
Домен I «Нарушение связи и отвержение»	**r=0,507**, p≤0.011
Домен III «Нарушение границ»	**r=0,416**, p≤0.043
БУ о справедливости окружающего мира	**r=-0,475**, p≤0.019

Приложение 11. Результаты статистического анализа выраженности показателей типов и компонент жертвенной позиции личности, ранних дезадаптивных схем, доменов ранних дезадаптивных схем, параметров чувства безопасности, межличностной интолерантности к неопределенности и актуальной ригидности у специальной категории респондентов

П.11.1. Результаты сравнительного анализа выраженности переменных в группе мужчин из специальной категории респондентов и общей группе всех других респондентов выборки

Обозначения в таблице:

- Респонденты_ОК – группа респонденток-женщин и респондентов-мужчин из общей категории респондентов
- Мужчины_СК – группы респондентов-мужчин из специальной категории

Таблица П.11.1.1. Результаты сравнительного анализа выраженности переменных в группе мужчин из специальной категории респондентов и общей группе всех других респондентов выборки

Переменная	Сравниваемые группы	Средний ранг	U-критерий Манна-Уитни	Уровень значимости
«Общая степень жертвенности»	Респонденты_ОК	131,81	1218	**0,020**
	Мужчины_СК	179,80		
«Общая степень жертвенности», когнитивная компонента	Респонденты_ОК	130,60	910,5	**0,001**
	Мужчины_СК	200,30		
«Жертвенная любовь»	Респонденты_ОК	132,00	1264,5	**0,028**
	Мужчины_СК	176,70		
«Жертвенная любовь», когнитивная компонента	Респонденты_ОК	132,27	1332,5	**0,036**
	Мужчины_СК	172,17		
«Жертвенность как наказание себя»	Респонденты_ОК	131,86	1229	**0,021**
	Мужчины_СК	179,07		
«Жертвенность как наказание себя», поведенческая компонента	Респонденты_ОК	132,04	1274	**0,025**
	Мужчины_СК	176,07		
«Тип ролевой жертвы»	Респонденты_ОК	132,14	1299,5	**0,036**
	Мужчины_СК	174,37		
«Тип ролевой жертвы», когнитивный компонент	Респонденты_ОК	130,25	822	**0,000**
	Мужчины_СК	206,20		
БУ о справедливости окружающего мира	Респонденты_ОК	129,85	1206,5	**0,021**
	Мужчины_СК	176,57		
БУ о контроле	Респонденты_ОК	129,72	1174,5	**0,016**

	Мужчины_СК	178,70		
РДС «Эмоциональная депривированность»	Респонденты_ОК	129,42	1100	**0,007**
	Мужчины_СК	183,67		
РДС «Дефективность/ Стыдливость»	Респонденты_ОК	130,22	1301	**0,044**
	Мужчины_СК	170,27		
РДС «Подавленность эмоций»	Респонденты_ОК	130,28	1195,5	**0,018**
	Мужчины_СК	178,30		
РДС «Пунитивность»	Респонденты_ОК	130,22	1301	**0,048**
	Мужчины_СК	170,27		
Домен I «Нарушение связи и отвержение»	Респонденты_ОК	130,59	1273,5	**0,037**
	Мужчины_СК	173,10		

П.11.2. Результаты сравнительного анализа выраженности переменных в группе мужчин из специальной категории респондентов и группе респондентов-мужчин из общей выборки респондентов

Обозначения в таблице:

- Мужчины_ОК – группа респондентов-мужчин из общей выборки респондентов
- Мужчины_СК – группы респондентов-мужчин из специальной категории

Таблица П.11.2.1. Результаты сравнительного анализа выраженности переменных в группе мужчин из специальной категории респондентов и группе респондентов-мужчин из общей выборки респондентов

Переменная	Сравниваемые группы	Средний ранг	U-критерий Манна-Уитни	Уровень значимости
«Общая степень жертвенности»	Мужчины_ОК	50,49	449	**0,038**
	Мужчины_СК	68,07		
«Общая степень жертвенности», когнитивная компонента	Мужчины_ОК	49,98	403,5	**0,012**
	Мужчины_СК	71,10		
«Тип ролевой жертвы»	Мужчины_ОК	50,67	465,5	**0,050**
	Мужчины_СК	66,97		
«Тип ролевой жертвы», когнитивная компонента	Мужчины_ОК	50,32	434	**0,024**
	Мужчины_СК	69,07		
«Тип ролевой жертвы», эмоциональная компонента	Мужчины_ОК	49,57	366,5	**0,002**
	Мужчины_СК	73,57		
БУ о справедливости окружающего мира	Мужчины_ОК	48,63	363	**0,005**
	Мужчины_СК	71,80		

Приложение 12. Программа интервенций

Групповая сессия №1. Начало работы в малой группе

Цели сессии:

- начать процесс формирования группы: знакомство, выработка правил, начало группового сплочения;

- сформировать картину предстоящей работы: цели программы, сбор ожиданий, формулирование участниками собственного индивидуального запроса на предстоящую работу в малой группе;

- начать процесс развития навыков использования воображения и осознанности для работы с собственным эмоциональным состоянием и эмоциональными потребностями.

Необходимые материалы: план сессии, тексты упражнений «Визит в магазинчик мороженого» и «Пузырь безопасности группы», раздаточные материалы с описанием двух вариантов упражнения «Пузырь безопасности» [188, с. 68-69] для выполнения домашнего задания.

Ход сессии:

Приветствие. Знакомство. Участникам и участницам предлагается назвать свое имя (предпочитаемую форму обращения) и немного рассказать о себе (то, что было бы комфортно рассказать на текущий момент).

Представление формата предстоящей работы: цели программы и сеттинг.

Совместное вырабатывание и принятие правил участия:

- психологическая безопасность (основополагающий принцип всех остальных правил и взаимодействий в группе, а также обязательство ведущей сохранять безопасность группового пространства. Использование всеми участниками и участницами включенной камеры и наушников во время групповых сессий. Недопустимость присутствия на групповых сессиях в состоянии измененного сознания из-за воздействия психоактивных веществ);
- конфиденциальность (сохраняем конфиденциальность личных историй, рассказанных в рамках групповых сессий, при этом можем распространять полученные теоретические знания и делиться способами развить умения, о которых идет речь на групповых сессиях);
- добровольность (добровольно вовлекаемся в любые предлагаемые активности, сохраняем за собой право отказаться от участия в том или ином упражнении, в ответе на тот или иной вопрос или от групповых встреч в целом);
- активность (учитывая предыдущий принцип, стремимся также активно участвовать в происходящем, помня о том, что говорение и экспериментирование с большей вероятностью помогут произвести предпочитаемые изменения);

- уважительность друг к другу (не нападаем друг на друга и не используем никаких видов насилия, спрашиваем друг у друга, если хотим откликнуться друг другу на сказанное или что-то порекомендовать) и к сеттингу (соблюдаем договоренности, предупреждаем друг друга об изменениях минимум за сутки);
- забота о себе (важно обеспечивать себе удобное пространство на время групповых сессий. Важно замечать, если возникают интенсивные эмоциональные реакции во время или между групповыми встречами, сообщать об этом ведущей и предпринимать конструктивные и безопасные действия для самоподдержки).

Базовые идеи, на которых основана программа групповых встреч: концепция эмоциональных потребностей и конструктивных и неконструктивных способов их удовлетворения или неудовлетворения.

Формулирование собственной индивидуальной цели/запроса участия в программе через короткое упражнение, направленное на осознание текущего состояния и воображение желаемого итогового результата групповых встреч. Опорный текст упражнения: «Сейчас я предложу вам прикрыть глаза, если это для вас комфортно, или же направить ваш взгляд на любой нейтральный предмет в вашем окружении и расфокусировать его. Предлагаю вам сделать несколько медленных глубоких вдохов и выдохов. По мере того, как вы совершаете эти вдохи и выдохи, наблюдайте за тем, как себя чувствует ваше тело, какие мысли проносятся в голове и какие эмоции и переживания эти мысли вызывают. Попробуйте наблюдать за этими многочисленными процессами, сохраняя при этом спокойную внимательность. Теперь я предложу вам подумать о том, чего вам бы хотелось получить на этой групповой встрече и тех групповых встречах, которые еще предстоят. Подумайте о том, как бы вам хотелось себя чувствовать, про что говорить, о чем подумать, чем поделиться с другими участниками и участницами, что хотелось бы изменить. Попробуйте мысленно заглянуть в будущее, представить себе нашу последнюю групповую встречу: с каким итогом вам хотелось бы завершить эту работу? Как бы вы хотели себя тогда чувствовать? Теперь я предложу вам сделать еще несколько вдохов и выдохов, открыть глаза и вернуться в наше общее пространство. Хочу попросить вас поделиться теми идеями, ожиданиями и пожеланиями, которые у вас родились в ходе этого короткого размышления». Затем производится обсуждение индивидуальных целей участников и участниц и способов их реализации в рамках совместной психологической работы.

Упражнение «Визит в магазин мороженого» [188, сс. 65-66]. Цели: создание позитивного опыта визуализации у участников и участниц, а также активизация режима Счастливого Ребенка. До начала упражнения группе задается вопрос о том, как участники и участницы относятся к упражнениям на воображение и визуализациям. Кратко обсуждаются ответы группы и имеющийся индивидуальный опыт, затем ведущий/ведущая нормализует разный опыт и предлагает пробовать такие упражнения, не прилагая чрезмерных усилий, не ожидая какого-то определенного результата и воспринимая любой получаемый опыт как ценный источник информации. Опорный текст упражнения (адаптированный для группы): «Я хочу рассказать вам историю, и мне хочется, чтобы вы просто закрыли глаза (или посмотрели вниз) и обращали внимание на

любые чувства, которые вы будете испытывать, когда слушаете. Сегодня в моем почтовом ящике обнаружилась открытка из моего любимого магазинчика мороженого, в которой говорилось, что я выиграла конкурс и получила приз от магазина мороженого. В ней также говорилось, что я могу взять с собой группу, и мы можем выбрать и съесть абсолютно любые виды мороженого, которые захотим. Поэтому я приглашаю вас всех! Итак, мы добираемся до магазина, и владелец приветствует нас с энтузиазмом и говорит, что мы можем начинать, проходить вперед и угощаться. Мы заходим внутрь магазинчика и видим такое, что челюсть падает от удивления! Все стеллажи, все полки заставлены лотками с мороженым – ванильным, шоколадным, фисташковым. Там есть мороженое с зеленым чаем, фруктовый лед… Совершенно разные виды мороженого: и шариками, и в стаканчиках, и в рожках. Вы поворачиваетесь и видите, что рядом находятся топинги всевозможных вкусов – ягодные, шоколадные… Самых разных вкусов, разных цветов, там есть фрукты, орешки, кусочки шоколада, которые можно добавить в свое мороженое. И вы можете взять столько, сколько вам хочется, всего, чего захочется, вы знаете, что вас ничего не ограничивает. Насладитесь вкусами… У всех ли хватило времени, чтобы выбрать свое мороженое?.. Теперь откройте глаза и возвращайтесь в группу. Что вы выбрали?». Последующее обсуждение упражнения: содержание визуализации каждого участника/участницы, ощущения и чувства, возникшие во время и в результате упражнения, а также возможности упражнения в контексте удовлетворения эмоциональных потребностей и активизации ресурсного режима (режим Счастливого Ребенка).

Упражнение «Пузырь безопасности группы» [188, с. 67]. Цели: развитие сплоченности и ощущения безопасности в группе, развитие личного чувства безопасности. Опорный текст упражнения (адаптированный для группы): «Закройте глаза или посмотрите вниз, сделайте несколько глубоких, медленных вдохов и просто почувствуйте, как любое напряжение покидает ваше тело и разум. Представьте, что мы окружены огромным прозрачным пузырем, достаточно большим, чтобы все мы могли удобно разместиться внутри и заполнить пространство членами группы. Это красивый пузырь всех цветов радуги. Вы замечаете, что у него даже есть замечательный аромат. Это волшебный пузырь, который может защитить нас от всего, что находится за его пределами. Никакие нездоровые родительские голоса или критики не могут пройти сквозь его стены. Его нельзя разорвать – никто не может войти, но вы можете входить и выходить из него, если вам нужно, или взять его с собой, когда вы уходите. Принесите в пузырь любые комфортные предметы, которые вам нравятся. Вы можете взять в пузырь все, что захотите, и это успокоит вас и поможет вам чувствовать себя сильными и уверенными. Никто не может принести туда что-то, что можно было бы использовать во вред. Пузырь символизирует безопасный кокон, который у вас есть здесь в пространстве группы, я не позволю вам пострадать здесь. Вы будете защищены и ценны, вы будете здесь в безопасности. Просто примите тепло, безопасность и связь внутри пузыря. Сосредоточьтесь на этих чувствах в течение нескольких минут и продолжайте дышать глубоко и медленно. Когда мы вернемся к тому, чтобы открыть глаза, пузырь будет защищать нас. Если вы почувствуете потребность в собственном пузыре, представьте, что у вас есть меньший пузырь, который находится вокруг вас. Этот пузырь вы даже сможете взять с собой». Последующее обсуждение упражнения: содержание визуализации каждого

участника/участницы, ощущения и чувства, возникшие во время и в результате упражнения, возможности самостоятельного использования упражнения.

Домашнее задание: попрактиковать разные варианты упражнения «Пузырь безопасности» [188, с. 68-69] (описания хода упражнения в обоих вариантах направляются участникам и участницам по завершении групповой встречи) и выбрать наиболее подходящий для себя. Опционально (по желанию): начать ведение дневниковых записей и записывать туда мысли, переживания и наблюдения, которые будут возникать на протяжении всего цикла групповых встреч.

Завершающий рефлексивный круг: подведение участниками и участницами личных итогов занятия.

Групповая сессия №2. Психообразование: схемы

Цели сессии:

- продолжить развитие навыков использования воображения и осознанности для работы с собственным эмоциональным состоянием и эмоциональными потребностями;
- продолжить процесс сплочения малой группы;
- психообразование: познакомить участников и участниц с базовыми эмоциональными потребностями и концепцией ранних дезадаптивных схем;
- создать условия для рефлексии собственных индивидуальных результатов психодиагностики ранних дезадаптивных схем.

Необходимые материалы: план сессии, несколько слайдов презентации PowerPoint с перечислением 5-ти базовых эмоциональных потребностей и 18 ранних дезадаптивных схем, сгруппированных по 5-ти доменам.

Ход сессии:

Приветствие. Упражнение «Минута осознанности»: вступительное упражнение, направленное на развитие осознанности текущих переживаний, а также воспоминание о том, что происходило с момента последней встречи до настоящего времени, о домашнем задании. Опорный текст упражнения: «Сейчас я предложу вам прикрыть глаза или посмотреть вниз. Предлагаю вам сделать несколько медленных глубоких вдохов и выдохов. По мере того, как вы совершаете эти вдохи и выдохи, наблюдайте за тем, как себя чувствует ваше тело, какие мысли проносятся в голове и какие эмоции и переживания эти мысли вызывают. Наблюдайте за этими многочисленными процессами, сохраняя при этом спокойную внимательность. Подумайте о том, как завершилась для вас наша предыдущая встреча, о чем вы размышляли и что чувствовали после встречи. Подумайте о том, что происходило в последующие дни: как содержание прошлой сессии вспоминалось, какие новые мысли, чувства, воспоминания возникали. Как вам было выполнять домашнее задание, что это был за опыт для вас. Понаблюдайте за вашими переживаниями и ожиданиями, которые есть прямо сейчас. Теперь я предложу вам поделиться тем, как прошло для вас это время». Рефлексивный круг: отклик участников и участниц о прошедшей неделе (мысли, переживания, наблюдения, выполнение домашнего задания).

Обсуждение сплочения и связи с группой между встречами: рекомендация каждому участнику и участнице выбрать для себя ленту или мягкую ткань (или иной приятный на ощупь предмет) как символ связи с группой. Обсуждение возможности получать опосредованную эмоциональную поддержку между групповыми встречами, взаимодействуя с предметом (вариация использования «Прогрессивного переходного объекта» [188, с. 63]).

Психообразование: знакомство участников с базовыми эмоциональными потребностями и концепцией ранних дезадаптивных схем.

Обсуждение индивидуальных психодиагностических результатов:

- Как теперь вами воспринимаются ваши индивидуальные результаты психологической диагностики ранних дезадаптивных схем?
- Что вы думаете о полученных результатах? Стали ли какие-то результаты понятнее?
- Есть ли у вас предположения, почему ваши результаты именно такие: связывается ли это для вас с идеей о базовых эмоциональных потребностях?
- Какая базовая эмоциональная потребность для вас сейчас актуальнее всего? Как это проявляется?

Домашнее задание: осознанное наблюдение за своими эмоциональными потребностями, наблюдение за проявлениями собственных ранних дезадаптивных схем, практика упражнения «Пузырь безопасности», подбор для себя переходного объекта (символ связи с группой).

Завершающий рефлексивный круг: подведение участниками и участницами личных итогов занятия.

Групповая сессия №3. Психообразование: режимы

Цели сессии:

- продолжить развитие навыков использования воображения и осознанности для работы с собственным эмоциональным состоянием и эмоциональными потребностями;

- психообразование: познакомить участников и участниц с концепцией режимов;

- создать условия для первичной рефлексии собственных наиболее часто проявляющихся режимов.

Необходимые материалы: план сессии, несколько слайдов презентации PowerPoint с перечислением типов схема-режимов, раздаточный материал, включающий в себя психообразовательную информацию о базовых эмоциональных потребностях, ранних дезадаптивных схемах и схема-режимах [188, сс.71-77].

Ход сессии:

Приветствие. Упражнение «Минута осознанности»: вступительное упражнение, направленное на осознанность текущих переживаний, воспоминание о том, что происходило с момента последней встречи, о домашнем задании. Рефлексивный круг: отклик о прошедшей неделе (мысли, переживания, наблюдения, выполнение домашнего задания).

Психообразование: знакомство участников и участниц с концепцией режимов.

Первичное обсуждение наиболее часто проявляющихся режимов участников/участниц:

- Какие режимы показались вам знакомыми?
- Какие режимы чаще всего у вас проявляются? Как вы это определяете?
- Как вы думаете, почему именно эти режимы проявляются чаще других? Как вы думаете, как это связано с вашими эмоциональными потребностями?

Обсуждение целей групповых встреч в контексте режимов: какие режимы мы развиваем, а влияние каких режимов стремимся изменить.

Упражнение «Безопасное место» (на основе упражнения «Пузырь безопасности»: визуализация, представление себя в безопасном месте). Последующее обсуждение упражнения: содержание визуализации каждого участника/участницы, ощущения и чувства, возникшие во время и в результате упражнения, возможности самостоятельного использования упражнения.

Домашнее задание: осознанное наблюдение за своими эмоциональными потребностями, наблюдение за проявлениями своих ранних дезадаптивных схем и режимов, практика упражнения «Пузырь безопасности»/ «Безопасное место» (выбрав для себя наиболее подходящее упражнение/вариант упражнения или чередуя их по желанию).

Завершающий рефлексивный круг: подведение участниками и участницами личных итогов занятия. По завершении встречи участникам и участницам отправляется опорный раздаточный материал, включающий в себя психообразовательную информацию о базовых эмоциональных потребностях, ранних дезадаптивных схемах и схема-режимах [188, сс.71-77].

Групповая сессия №4. Детские режимы (часть 1)

Цели сессии:

- продолжить развитие навыков использования воображения и осознанности для работы с собственным эмоциональным состоянием и эмоциональными потребностями;

- развивать осознанность в отношении собственных детских режимов и их связи с аспектами жертвенной позиции личности;

- расширять знания и навыки в области конструктивного и безопасного удовлетворения базовых эмоциональных потребностей;

- активизировать личностные ресурсы (выявление и развитие способов переключения в режим Счастливого Ребенка).

Необходимые материалы: план сессии, раздаточные рабочие листы для исследования детских режимов [119, сс. 30-31, сс. 41-42, с. 47], которые направляются накануне групповой сессии.

Ход сессии:

Приветствие. Упражнение «Минута осознанности»: вступительное упражнение, направленное на осознанность текущих переживаний, воспоминание о том, что происходило с момента последней встречи, о домашнем задании. Рефлексивный круг:

отклик о прошедшей неделе (мысли, переживания, наблюдения, выполнение домашнего задания).

Совместное исследование собственных детских режимов на основе рабочих листов (отправляются участникам и участницам накануне групповой встречи) по анализу режима Уязвимого Ребенка, режима Рассерженного/Импульсивного Ребенка, режима Счастливого Ребенка. Вопросы для исследования каждого режима:

1) Имя для режима

2) Как я могу понять, что нахожусь в этом режиме?

а) Что является триггерами для этого режима?

б) Какие чувства возникают?

в) Какие мысли появляются?

г) Какие воспоминания ассоциируются с режимом или всплывают, когда я в нем?

д) Какие возникают телесные ощущения?

е) Как я веду себя, когда нахожусь в этом режиме?

3) Перехожу ли я из одного режима в другой режим? Если да, то в какой именно?

4) Каковы мои настоящие потребности в этом режиме?

5) Помогает ли мое поведение удовлетворить эти нужды (например, потребность в близких отношениях)? [119, сс. 30-31, сс. 41-42, с. 47].

Анализ возможностей конструктивного и безопасного удовлетворения эмоциональных потребностей.

Связь детских режимов и типов проявления жертвенной позиции личности (обсуждение):

- Как теперь вами воспринимаются ваши индивидуальные результаты психологической диагностики проявлений жертвенности?
- Что вы думаете о полученных результатах? Стали ли какие-то результаты понятнее?
- Есть ли у вас предположения, почему ваши результаты именно такие: связывается ли это для вас с идеей о базовых эмоциональных потребностях и детских режимах?
- Когда вы проявляете жертвенное поведение, какой детский режим (или режимы) актуализируется(ются)? Как вы думаете, какая эмоциональная потребность стоит за этими проявлениями? Как можно было бы удовлетворить ее иначе?

Домашнее задание: осознанное наблюдение за проявлениями собственных детских режимов, продолжение работы по заполнению рабочих листов по исследованию детских режимов, практика упражнения «Пузырь безопасности»/ «Безопасное место» (на выбор или чередование), практика переключения в режим Счастливого Ребенка.

Завершающий рефлексивный круг: подведение участниками и участницами личных итогов занятия.

Групповая сессия №5. Детские режимы (часть 2)

Цели сессии:

- продолжить развитие навыков использования воображения и осознанности для работы с собственным эмоциональным состоянием и эмоциональными потребностями;

- развивать осознанность в отношении собственных детских режимов и их связи с аспектами жертвенной позиции личности;

- расширять знания и навыки в области конструктивного и безопасного удовлетворения базовых эмоциональных потребностей;

- активизировать личностные ресурсы (выявление и развитие способов переключения в режим Счастливого Ребенка).

Необходимые материалы: план сессии, тексты упражнений «Воображаемая встреча с «маленьким собой»» и «Соприкосновение со своим режимом Счастливого Ребенка».

Ход сессии:

Приветствие. Упражнение «Минута осознанности»: вступительное упражнение, направленное на осознанность текущих переживаний, воспоминание о том, что происходило с момента последней встречи, о домашнем задании. Рефлексивный круг: отклик о прошедшей неделе (мысли, переживания, наблюдения, выполнение домашнего задания).

Упражнение «Воображаемая встреча с «маленьким собой»» [119, с. 122-123]. Опорный текст упражнения: «Сейчас я предложу вам устроиться удобно и расслабиться. Закройте глаза или посмотрите вниз, сделайте несколько медленных глубоких вдохов и выдохов. Представьте себе, что вы идете по дорожке где-то за городом. По обеим сторонам дорожки тянутся зеленые лужайки. Сияет солнце, веет легкий ветерок. Тропа, по которой вы двигаетесь, вьется вокруг холма так, что вы не можете видеть далеко вперед. Почувствуйте, как вы идете, ощутите на лице летнее тепло и дуновение ветра. Задержитесь на этих ощущениях, пока полностью не успокоитесь и не расслабитесь. Теперь представьте, что впереди на тропе вы видите ребенка лет шести-семи, который движется вам навстречу из-за холма. Вы медленно продолжаете путь, и ребенок приближается. Теперь вы видите, что ребенок – это вы, «вы маленький». Он подходит все ближе и ближе. Хорошенько рассмотрите его, пока вы подходите друг к другу. Вот вы встретились – не спеша поприветствуйте его. Возможно, вам захочется его обнять или погладить по голове. Но может быть, сначала вы захотите держаться поодаль. Постарайтесь вообразить эту сцену во всех подробностях. Как выглядите «вы маленький»? Какие чувства вы испытали при встрече? Не хотите ли вы что-то сказать «себе маленькому»? Или вам просто хочется вместе посидеть на травке? Побудьте несколько минут вместе, а затем, когда почувствуете, что пора, попрощайтесь с вашим внутренним ребенком. Может быть, вы хотите что-то дать ему на прощанье? Теперь посмотрите, как этот ребенок – «вы маленький» – медленно уходит. Завершайте упражнение в своем ритме, ощущая свое тело, чувствуя, как оно соприкасается с креслом, как ноги соприкасаются с полом. Медленно откройте глаза и вернитесь обратно в пространство группы». Последующее обсуждение упражнения: содержание визуализации каждого участника/участницы, ощущения и чувства, возникшие во время и в результате упражнения, связь упражнения и имеющихся эмоциональных потребностей.

По следам упражнения: обсуждение и углубление понимания связи аспектов детских режимов и параметров жертвенной позиции личности. Анализ возможностей конструктивного и безопасного удовлетворения эмоциональных потребностей.

Упражнение «Соприкосновение со своим режимом Счастливого Ребенка» [119, с. 147-148]. Опорный сценарий упражнения: расположиться удобно, сосредоточиться на дыхании, расслабиться. Подумать о том времени, когдабыли счастливы (это могут быть как воспоминания из детства, так и воспоминания о недавнем прошлом). Постараться заново пережить пришедшую на ум историю, задействуя все органы чувств (телесные ощущения, вкусы, запахи, зрительные и слуховые образы). После путешествия в приятное воспоминание подумать о том, что могло бы доставить радость и удовольствие в текущей жизни (что приносит радость, что развлекает). После выполнения визуализации следует обсуждение упражнения: обсуждение способов, которые помогают участникам/участницам переключаться в режим Счастливого ребенка.

Домашнее задание: наблюдение за собственными детскими режимами с акцентом на понимании неудовлетворенных эмоциональных потребностях и поиск способов конструктивно их удовлетворить, практика упражнения «Пузырь безопасности»/ «Безопасное место», практика переключения в режим Счастливого Ребенка.

Завершающий рефлексивный круг: подведение участниками и участницами личных итогов занятия.

Групповая сессия №6. Родительские режимы

Цели сессии:

- продолжить развитие навыков использования воображения и осознанности для работы с собственным эмоциональным состоянием и эмоциональными потребностями;
- развивать осознанность в отношении собственных родительских режимов и их связи с аспектами жертвенной позиции личности;
- расширять знания и навыки в области конструктивного и безопасного удовлетворения базовых эмоциональных потребностей.

Необходимые материалы: план сессии, раздаточные рабочие листы для исследования родительских режимов [119, сс. 61-62, сс. 68-69, сс. 73-74], которые направляются накануне групповой сессии.

Ход сессии:

Приветствие. Упражнение «Минута осознанности»: вступительное упражнение, направленное на осознанность текущих переживаний, воспоминание о том, что происходило с момента последней встречи, о домашнем задании. Рефлексивный круг: отклик о прошедшей неделе (мысли, переживания, наблюдения, выполнение домашнего задания).

Совместное исследование собственных родительских режимов на основе рабочих листов (отправляются участникам и участницам накануне групповой встречи) по анализу режима Требовательного Родителя, режима Внушающего Вину Родителя, режима

Карающего Родителя. Вопросы для исследования каждого режима те же, что и при исследовании детских режимов [119, сс. 61-62, сс. 68-69, сс. 73-74].

Анализ возможностей конструктивного и безопасного удовлетворения эмоциональных потребностей.

Связь родительских режимов и типов проявления жертвенной позиции личности (обсуждение):

- Что вы думаете о полученных результатах психологической диагностики проявлений жертвенности? Стали ли какие-то результаты понятнее?
- Есть ли у вас предположения, почему ваши результаты именно такие: связывается ли это для вас с идеей о родительских режимах?
- Когда вы проявляете жертвенное поведение, какой родительский режим (или режимы) актуализируется(ются)? Как вы думаете, какая эмоциональная потребность стоит за этими проявлениями? Как можно было бы удовлетворить ее иначе?

Домашнее задание: осознанное наблюдение за проявлениями собственных родительских режимов, продолжение работы по заполнению рабочих листов по исследованию родительских режимов, практика упражнения «Пузырь безопасности»/ «Безопасное место» (особенно рекомендуется, т. к. работа с родительскими режимами может вызывать ощущение небезопасности в связи с исследованием режима Карающего Родителя).

Завершающий рефлексивный круг: подведение участниками и участницами личных итогов занятия.

Групповая сессия №7. Копинговые режимы

Цели сессии:

- продолжить развитие навыков использования воображения и осознанности для работы с собственным эмоциональным состоянием и эмоциональными потребностями;

- развивать осознанность в отношении собственных копинговых режимов и их связи с аспектами жертвенной позиции личности;

- расширять знания и навыки в области конструктивного и безопасного удовлетворения базовых эмоциональных потребностей.

Необходимые материалы: план сессии, раздаточные рабочие листы для исследования копинговых режимов [на основе 119], которые направляются накануне групповой сессии.

Ход сессии:

Приветствие. Упражнение «Минута осознанности»: вступительное упражнение, направленное на осознанность текущих переживаний, воспоминание о том, что происходило с момента последней встречи, о домашнем задании. Рефлексивный круг: отклик о прошедшей неделе (мысли, переживания, наблюдения, выполнение домашнего задания).

Совместное исследование собственных копинговых режимов на основе рабочего листа (отправляется участникам и участницам накануне групповой встречи) по анализу копинговых режимов капитуляции, избегания и гиперкомпенсации. Вопросы для исследования каждого режима:

1) где и как проявляется режим;

2) плюсы режимы;

3) минусы режима;

4) план изменения (из режима Здорового Взрослого) [на основе 119].

Анализ возможностей конструктивного и безопасного удовлетворения эмоциональных потребностей.

Связь аспектов копинговых режимов и параметров жертвенной позиции личности (обсуждение):

- Что вы думаете о полученных результатах психологической диагностики проявлений жертвенности? Стали ли какие-то результаты понятнее?
- Есть ли у вас предположения, почему ваши результаты именно такие: связывается ли это для вас с идеей о копинговых режимах?
- Когда вы проявляете жертвенное поведение, какой копинговый режим (или режимы) актуализируется(ются)? Как вы думаете, какая эмоциональная потребность стоит за этими проявлениями? Как можно было бы удовлетворить ее иначе?
- Какой вы могли бы наметить себе и сделать один маленький шаг по изменению поведения/жертвенного поведения, вызванного действием копингового режима?

Домашнее задание: осознанное наблюдение за проявлениями собственных копинговых режимов, продолжение работы по заполнению рабочих листов по исследованию копинговых режимов, поведенческий эксперимент – внедрение одного маленького шага по изменению поведения, вызванного действием копингового режима.

Завершающий рефлексивный круг: подведение участниками и участницами личных итогов занятия.

Групповая сессия №8. Здоровый Взрослый (часть 1)

Цели сессии:

- продолжить развитие навыков использования воображения и осознанности для работы с собственным эмоциональным состоянием и эмоциональными потребностями;

- развивать осознанность в отношении собственного режима Здорового Взрослого и навыков актуализации данного режима;

- расширять знания и навыки в области конструктивного и безопасного удовлетворения базовых эмоциональных потребностей.

Необходимые материалы: план сессии, раздаточный рабочий лист для исследования режима Здорового Взрослого [119, сс. 113-114], который направляется накануне групповой сессии.

Ход сессии:

Приветствие. Упражнение «Минута осознанности»: вступительное упражнение, направленное на осознанность текущих переживаний, воспоминание о том, что происходило с момента последней встречи, о домашнем задании. Рефлексивный круг: отклик о прошедшей неделе (мысли, переживания, наблюдения, выполнение домашнего задания).

Совместное исследование собственного режима Здорового Взрослого на основе рабочего листа (отправляется участникам и участницам накануне групповой встречи) по анализу данного режима. Первые два вопроса для исследования режима те же, что и при исследовании детских и родительских режимов, последующие вопросы специфичны для исследования именно режима Здорового Взрослого:

3) Удовлетворяются ли мои базовые потребности, когда я нахожусь в режиме Здорового Взрослого?

4) Как этот режим влияет на ощущение безопасности?

а) Какая деятельность и какие ситуации связаны у меня с режимом Здорового Взрослого?

б) Есть ли в моем окружении люди, помогающие мне задействовать режим Здорового Взрослого?

в) Как я ощущаю себя в режиме Здорового Взрослого? [119, сс. 113-114].

Отличие режима Здорового Взрослого от других режимов.

Совместный поиск решений из режима Здорового Взрослого. Участникам и участницам предлагается вспомнить одну ситуацию из текущей жизни, которая вызывает негативные эмоциональные переживания интенсивностью 3-4 балла по десятибалльной шкале и которую хотелось бы изменить. Подумать, а затем обсудить с группой эту ситуацию и совместно отыскать возможные конструктивные решения из режима Здорового Взрослого.

Домашнее задание: осознанное наблюдение за проявлениями собственного режима Здорового Взрослого, продолжение работы по заполнению рабочих листов по исследованию этого режима, поведенческий эксперимент - внедрение одного маленького шага по изменению поведения (для ситуации, которую обсуждали совместно в группе).

Завершающий рефлексивный круг: подведение участниками и участницами личных итогов занятия.

Групповая сессия №9. Здоровый Взрослый (часть 2)

Цели сессии:

- продолжить развитие навыков использования воображения и осознанности для работы с собственным эмоциональным состоянием и эмоциональными потребностями;
- развивать осознанность в отношении собственного режима Здорового Взрослого и навыки актуализации данного режима;
- расширять знания и навыки в области конструктивного и безопасного удовлетворения базовых эмоциональных потребностей;
- продолжить активизацию личностных ресурсов (выявление и развитие способов переключения в режимы Счастливого Ребенка и Здорового Взрослого).

Необходимые материалы: план сессии, раздаточный материал, включающий в себя психообразовательную информацию о режиме Здорового Взрослого [на основе 188], который отправляется группе после сессии.

Ход сессии:

Приветствие. Упражнение «Минута осознанности»: вступительное упражнение, направленное на осознанность текущих переживаний, воспоминание о том, что происходило с момента последней встречи, о домашнем задании. Рефлексивный круг: отклик о прошедшей неделе (мысли, переживания, наблюдения, результаты выполнения домашнего задания).

Связь режима Здорового Взрослого и параметров жертвенной позиции личности. Анализ возможностей конструктивного и безопасного удовлетворения эмоциональных потребностей.

Продолжение совместной работы над поиском решений для жизненных ситуаций из режима Здорового Взрослого. Продолжение совместной работы над рабочим листом по исследованию режима Здорового Взрослого.

Обсуждение создания ресурсного списка как метода актуализации режимов Счастливого Ребенка и Здорового Взрослого.

Домашнее задание: осознанное наблюдение за проявлениями собственного режима Здорового Взрослого, продолжение работы по заполнению рабочих листов по исследованию этого режима, поведенческий эксперимент – внедрение одного маленького шага по изменению поведения (для ситуации, которую обсуждали совместно в малой группе).

Завершающий рефлексивный круг: подведение участниками и участницами личных итогов занятия. По завершении встречи участникам и участницам отправляется опорный раздаточный материал, включающий в себя психообразовательную информацию о режиме Здорового Взрослого [на основе 188].

Групповая сессия №10. Завершающая встреча

Цели сессии:

- продолжить развитие навыков использования воображения и осознанности для работы с собственным эмоциональным состоянием и эмоциональными потребностями;
- развивать осознанность в отношении собственного режима Здорового Взрослого и Счастливого ребенка и навыки актуализации данных режимов;
- продолжить активизацию личностных ресурсов (выявление и развитие способов переключения в режимы Счастливого Ребенка и Здорового Взрослого);
- подвести итоги курса групповых встреч;
- завершить работу малой группы.

Необходимые материалы: план сессии, текст упражнения «Осознанность в отношении Здорового Взрослого и Счастливого Ребенка» [111, сс. 177-178].

Ход сессии:

Приветствие. Упражнение «Минута осознанности»: вступительное упражнение, направленное на осознанность текущих переживаний, воспоминание о том, что происходило с момента последней встречи, о домашнем задании. Рефлексивный круг: отклик о прошедшей неделе (мысли, переживания, наблюдения, выполнение домашнего задания).

Упражнение «Осознанность в отношении Здорового Взрослого и Счастливого Ребенка» [111, сс. 177-178]. Цели: актуализировать оба режима, установить связь с обоими режимами и зафиксировать телесные проявления обоих режимов. Опорный текст упражнения: «Сейчас я предложу вам прикрыть глаза или посмотреть вниз. Предлагаю вам сделать несколько медленных глубоких вдохов и выдохов. Сконцентрируйтесь на той части тела, где вы сильнее всего ощущаете дыхание. Обратите внимание, как поднимается и опускается живот на вдохе и выдохе, или прочувствуйте, как воздух проходит и выходит через ноздри. Внимательно наблюдайте за тем, где именно в теле дыхание воспринимается отчетливее всего, продолжая фокусироваться на вдохах и выдохах. Теперь представьте себя в образе Здорового Взрослого. Поразмышляйте о том, каким образом Здоровый Взрослый может обеспечить вам комфорт и защиту, демонстрируя при этом спокойствие и доброжелательность; о том, как он бережно и мягко отнесется к вашей самокритике, осуждению себя и гневному настрою. Также вы можете подумать о том, как Здоровый Взрослый может помочь вам выстроить границы, проявив при этом заботу и понимание. Если вы начинаете отвлекаться от образа Здорового Взрослого, похвалите себя за то, что вы настолько осознаны, что смогли это заметить. Помните о том, что все отвлекаются; то, что вы это поняли, дает вам возможность еще глубже осознать присутствие своего Здорового Взрослого. Фокусируйтесь на дыхании и заземляйтесь с его помощью. Обращайте внимание на каждый вдох и выдох, отметьте естественность этого процесса. Теперь представьте себя в образе Счастливого Ребенка. Почувствуйте, как вам надежно и спокойно в роли ребенка. Обратите внимание на уверенность в себе, присущую Счастливому Ребенку. Его окружают заботливые люди. Он свободен и естественен в своих проявлениях. Вернитесь к дыханию как к объекту своего внимания. Осознавая каждый вдох и выдох, спросите себя, что нужно Здоровому Взрослому и Счастливому Ребенку для того, чтобы проявляться и в дальнейшем, быть более вовлеченным и осознанным. Подумайте о том, что поможет Здоровому Взрослому и Счастливому Ребенку активироваться в будущем». Последующее обсуждение упражнения и обоих режимов: содержание визуализации каждого участника/участницы, ощущения и чувства, возникшие во время и в результате упражнения, возможности использования полученного опыта для расширения своих возможностей переключения в эти режимы.

Рефлексия тем и моментов, которые обсуждались в группе на протяжении цикла встреч. Обсуждение автономии, развития Здорового Взрослого и концепции «дней отчаяния» [120], а также ресурсного списка как способа с ними справляться.

Завершение работы малой группы: подведение личных итогов участников и участниц, формулирование индивидуальных результатов участия в работе малой группы, связь результата и первоначальной цели.

По завершении встречи участникам и участницам предлагается пройти повторное тестирование (заполнение психодиагностических опросников).

Приложение 13. Результаты статистического анализа параметров жертвенной позиции личности, ранних дезадаптивных схем, параметров чувства безопасности, межличностной интолерантности к неопределенности и актуальной ригидности у контрольной и экспериментальной групп респондентов

П.13.1. Сравнение изучаемых переменных у контрольной и экспериментальной групп до осуществления программы психологических интервенций

Таблица П.13.1.1. Результаты сравнения изучаемых переменных у контрольной и экспериментальной групп до осуществления программы психологических интервенций

Переменная	Сравниваемые группы	Средний ранг	U-критерий Манна-Уитни	Уровень значимости
«Общая степень жертвенности»	КГ_до	8,93	14	**0,015**
	ЭГ_до	16,17		
«Жертвенность как наказание себя»	КГ_до	8,93	14	**0,014**
	ЭГ_до	16,17		
«Тип ролевой жертвы»	КГ_до	9,27	19	**0,036**
	ЭГ_до	15,33		
РДС «Уязвимость»	КГ_до	9,00	15	**0,019**
	ЭГ_до	16,00		
	ЭГ_до	12,83		
РДС «Негативизм/ Пессимизм»	КГ_до	8,73	11	**0,008**
	ЭГ_до	16,67		

П.13.2. Сравнение изучаемых переменных до и после осуществления программы психологических интервенций в контрольной группе респондентов

Таблица П.13.2.1. Результаты сравнения изучаемых переменных до и после осуществления программы психологических интервенций в контрольной группе респондентов

Переменная	Сравниваемые группы	Среднее (М)	Т Уилкоксона	Уровень значимости
РДС «Покинутость/ Нестабильность»	КГ_до	14,20	-2,649	**0,008**
	КГ_после	11,13		

П.13.3. Дополнительное исследование изменений в контрольной группе респондентов до и после осуществления программы психологических интервенций

Обозначения в таблице:

- ПП0 – респонденты КГ, которые не получали психологическую помощь
- ПП1 – респонденты КГ, которые получили психологическую помощь в указанных объемах
- СП0 – респонденты КГ, которые не использовали методы самопомощи
- СП1 – респонденты КГ, которые использовали методы самопомощи
- ЖИ0 – респонденты КГ, которые сообщили об отсутствии серьезных жизненных изменений/потрясений между первым и вторым заполнением исследовательских опросников
- ЖИ1 – респонденты КГ, которые сообщили о том, что серьезные жизненные изменения/потрясения скорее имели место между первым и вторым заполнением исследовательских опросников

Таблица П.13.3.1. Результаты сравнения изучаемых переменных до и после осуществления программы психологических интервенций в контрольной группе респондентов

Переменная	Сравниваемые группы	Средний ранг	U-критерий Манна-Уитни	Уровень значимости
РДС «Покинутость/ Нестабильность»	ПП0	8,00	13	1,000
	ПП1	8,00		
РДС «Покинутость/ Нестабильность»	СП0	7,50	24	0,721
	СП1	8,33		
РДС «Покинутость/ Нестабильность»	ЖИ0	8,17	20	0,601
	ЖИ1	7,00		

П.13.4. Сравнение изучаемых переменных до и после осуществления программы психологических интервенций в экспериментальной группе респондентов

Таблица П.13.4.1. Результаты сравнения изучаемых переменных до и после осуществления программы психологических интервенций в экспериментальной группе респондентов

Переменная	Сравниваемые группы	Среднее (М)	Т Уилкоксона	Уровень значимости
«Общая степень жертвенности»	ЭГ_до	16,00	-2,226	**0,026**
	ЭГ_после	13,67		
«Жертвенная любовь»	ЭГ_до	5,00	-2,121	**0,034**
	ЭГ_после	4,00		
«Жертвенность как наказание себя»	ЭГ_до	4,67	-2,232	**0,026**
	ЭГ_после	3,00		
МИТН	ЭГ_до	35,67	-1,997	**0,046**
	ЭГ_после	30,67		
РДС «Негативизм/ Пессимизм»	ЭГ_до	19,33	-2,032	**0,042**
	ЭГ_после	16,67		

П.13.5. Сравнение изучаемых переменных у контрольной и экспериментальной групп после осуществления программы психологических интервенций

Таблица П.13.5.1. Результаты сравнения изучаемых переменных у контрольной и экспериментальной групп после осуществления программы психологических интервенций

Переменная	Сравниваемые группы	Средний ранг	U-критерий Манна-Уитни	Уровень значимости
МИТН	КГ_после	12,73	19	**0,043**
	ЭГ_после	6,67		
РДС «Уязвимость»	КГ_после	8,97	14,5	**0,017**
	ЭГ_после	16,08		

СПИСОК ПУБЛИКАЦИЙ ПО ТЕМЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

1. АНЦИБОР, Л., КОВРОВА, А. Жертвенная позиция личности: взаимосвязь с доменами ранних дезадаптивных схем у взрослых. În: *Psihologie, revista ştiinţifico-practică*. 2023, nr. 2 (43), pp. 32-44. ISSN E 2537-6276, ISSN P 1857-2502
2. КОВРОВА, А. Жертвенная позиция личности, ранние дезадаптивные схемы и другие личностные особенности у разных категорий респондентов. În: Materialele Conf. şt. naţionale a doctoranzilor dedicată aniversării a 75-a a USM "Metodologii contemporane de cercetare şi evaluare", Chişinău, 22-23 aprilie 2021. Vol.: Ştiinţe Sociale şi ale Educaţiei. Ch.: CEP USM, 2022. pp. 82-87. ISBN 978-9975-159-18-0
3. КОВРОВА, А. Направленность программ психокоррекции жертвенной позиции личности у взрослых. În: Materialele Conf. şt. cu participare intern. "Integrare prin cercetare şi inovare", Chişinău 10-11 noiembrie 2020. Ch.: CEP USM, 2020. Vol.: Ştiinţe sociale. pp. 109-112. ISBN 978-9975-152-54-9
4. КОВРОВА, А. Обзор исследований возрастных и гендерных особенностей феномена «жертвы». În: *Международный научно-исследовательский журнал*. 2019, nr. 9 (87), part. 2, pp. 76-79. ISSN 2303-9868
5. КОВРОВА, А. Особенности жертвенной позиции личности у мужчин. În: Materialele Conf. şt. cu participare intern. "Integrare prin cercetare şi inovare", Chişinău, 7-8 noiembrie 2019. Ch.: CEP USM, 2019. Vol. 1: Ştiinţe sociale. pp. 230-234. ISBN 978-9975-149-50-1
6. КОВРОВА, А. Подходы к исследованию феномена «жертва» в психологии. În: Materialele Conf. şt. cu participare intern. "Integrare prin cercetare şi inovare", Chişinău, 8-9 noiembrie 2018. Ch.: CEP USM, 2018. pp. 324-327. ISBN 978-9975-142-46-5
7. КОВРОВА, А. Сценарное поведение «жертвы». În: Materialele Conf. practico-ştiinţifice cu participare intern. "Practica psihologică modernă", Chişinău, 28-30 septembrie 2018. Chişinău: S.n., 2018 (Tipogr.UPS „Ion Creangă"). pp. 102-108. ISBN 978-9975-46-383-6
8. КОВРОВА, А. Феномен «Жертва» как фактор риска развития эмоционального выгорания у специалистов помогающих профессий. În: Materialele Conf. ştiinţifico-practice cu participarea intern. a Asociaţiei Balint din Moldova "Profilaxia sindromului Burnout în sistemul medical prin dezvoltarea rezilienţei emoţionale", Chişinău, 10.05.2018-13.05.2018. Chişinău: S.n., 2018 (Tipogr. "Tipocart Print"). pp. 65-75. ISBN 978-9975-133-95-1

9. КОВРОВА, А. Феномен «жертвы»: точки пересечения концептуальных подходов. In: Proceedings of the International Scientific and Practical Conference “Social and Economic Aspects of Education in Modern Society”, Warsaw, 17 April, 2018. *International Journal of Innovative Technologies in Social Science*. 2018, nr. 3 (7), vol. 3, pp. 14-16. ISSN 2544-9338
10. КОВРОВА, А. Этические аспекты психологической работы с феноменом «жертва». În: *Studia Universitatis Moldaviae, seria Ştiinţe ale Educaţiei*. 2018, nr. 5 (115), pp. 186-189. ISSN 1857-2103
11. КОВРОВА, А., АНЦИБОР, Л. Личностные особенности различных типов проявления жертвенности. În: *Studia Universitatis Moldaviae, seria Ştiinţe ale Educaţiei*. 2020, nr. 5 (135), pp. 157-160. ISSN 1857-2103
12. КОВРОВА, А., АНЦИБОР, Л. Проблема исследования личности «жертвы» в психологии. In: Proceedings of the International Conference of Applied Psychology “Current Affairs and Perspectives in Psychological Research”, Chisinau, 29-30 November, 2018. *Studia Universitatis Moldaviae, seria Ştiinţe ale Educaţiei*. 2018, nr. 9 (119), pp. 23-26. ISSN 1857-2103
13. КОВРОВА, А., АНЦИБОР, Л. Ранние дезадаптивные схемы и чувство безопасности у взрослых. In: Proceedings of the 2nd International Conference of Applied Psychology “Current Affairs and Perspectives in Psychological Research”, Chisinau, 29-30 November, 2022. Ch.: CEP USM, 2022. pp. 181-186. ISBN 978-9975-159-99-9

ДЕКЛАРАЦИЯ ОБ ОТВЕТСТВЕННОСТИ

Нижеподписавшаяся, Коврова Анастасия, заявляю под личную ответственность, что материалы, представленные в диссертации на соискание ученой степени доктора психологии, являются результатом личных научных исследований и разработок.

Осознаю, что в противном случае буду нести ответственность в соответствии с действующим законодательством.

Коврова Анастасия 

Дата 20.06.2025

DECLARAȚIA PRIVIND ASUMAREA RĂSPUNDERII

Subsemnata, Covrova Anastasia, declar pe răspundere personală că materialele prezentate în teza de doctor sunt rezultatul propriilor cercetări și realizări științifice.

Conștientizez că, în caz contrar, urmează să suport consecințele în conformitate cu legislația în vigoare.

Covrova Anastasia 

Data 20.06.2025

CURRICULUM VITAE

Informații personale
Nume, prenume: Anastasia Covrova
Data nașterii: 02/03/1990

Date de contact
anastasia.covrova@gmail.com

Experiența profesională

2022-prezent – Consultant Național în programe pentru educația abilităților de viață în ÎPT, UNFPA Moldova
2022 – UNV, Psychosocial Support Officer, UNFPA Moldova
2021-prezent – Psiholog, Designer instrucțional în practica privată
2021 – Consultant Național, Centrul pentru Politici și Analize în Sănătate (Center PAS)
2021 – Expert, Fundația de Binefacere Caritas Moldova
2018-2019 – Psiholog în practica privată
2018-2019 – Psiholog, Asociația Împotriva Violenței în Familie "Casa Mărioarei"
2017-2018 – Psiholog, Expert, Asociația Obștească "Inițiativa Pozitivă"
2016 – Facilitator, Asociația Obștească "Viața Nouă"
2014-2016 – Psiholog, Trainer, Asociația Obștească "Mamele pentru Viață"
2012 – Psiholog-voluntar, FFMS "Angelus Moldova"

Educație și formare profesională

Studii de doctorat la Specialitatea 511.01 - Psihologie Generală
Universitatea de Stat din Moldova
01/11/2017
Master în Științe Sociale, Specializarea - Psihologie clinică
Universitatea de Stat din Moldova
2011 – 2013
Licențiat în Științe Sociale, Specialitatea - Psihologie
Universitatea de Stat din Moldova
2008 – 2011

Aptitudini şi competenţe personale

Competențe lingvistice
Limbă(i) maternă(e): rusă
Altă limbă (Alte limbi):
- limba română – B2
- limba engleză – B2

Competențe digitale
Microsoft Office (Word, Excel, Power Point, Publisher), Internet&Social Media, ZOOM, Google Meet, SPSS Statistics.

Permis de conducere: categoria B

Informații suplimentare

Participări la seminare, training-uri, formări

2019-2023 – Formare în psihoterapie catatim-imaginativă - simboldrama (seminarele A1, A2, B1, B2 - 120 de ore de formare; seminarele T1-T5 (120 de ore de formare); supervizare individuală și de grup – 83 de ore, terapie personal individuală și de grup – 186 de ore; seminar "Трансформация из «жертвы» и «выжившего» - символдрама в лечении посттравматических стрессовых расстройств (ПТСР)" (2020, 20 de ore de formare))

2019-2021 – Analiza tranzacțională: TA 101 Course, TA 202 Course (European Association for Transactional Analysis), 210 de ore de formare.

2019-2020 – Supervizare de grup (multimodală) (30 de ore)

2018-2019 – Curs de bază în lucrul cu victimele violenței în familie și abuzului sexual – Module I-III (Coaliția Națională "Viața fără Violență în Familie", 72 de ore de formare)

2018-2019 – Curs terapie personală (105 de ore)

2018 – Atelier de instruire "Abordarea si gestionarea cazurilor de violență în bază de gen" (Asociația "Casa Mărioarei", RCTV "Memoria", Asociația "Promo-LEX")

2017 – Formare "Familie și violență. Lucru cu victimele violenței" (Institutul de Gestalt și Psihodramă din Moscova, 75 de ore de formare)

2016 – Curs "ICDP Facilitator" (International child development programme (ICDP), Association of child and family psychologists of Ukraine chair)

2016 – Seminar internațional "Consiliere privind aspectelor dependenței" (The Stefan Batory Foundation, Warsaw, Poland)

2015 – Training "Psihologia pierderii și traumei" (Institulul de Psihoterapie de Grup și de Familie, 40 de ore de formare)

Participări la conferințe științifice naționale și internaționale

2022 – 2nd International Conference of Applied Psychology "Current Affairs and Perspectives in Psychological Research", Chisinau, 29-30 November, 2022.

2021 – Conferința ştiințifică naţională a doctoranzilor dedicată aniversării a 75-a a USM "Metodologii contemporane de cercetare şi evaluare", Chişinău, 22-23 aprilie 2021.

2020 – Conferința ştiințifică cu participare internațională "Integrare prin cercetare şi inovare", Chişinău 10-11 noiembrie 2020.

2019 – Conferința ştiințifică cu participare internațională "Integrare prin cercetare şi inovare", Chişinău, 7-8 noiembrie 2019.

2019 – Conferința ştiințifică "Provocări și oportunități în psihotraumă", Chișinău, 2 august 2019.

2018 – International Conference of Applied Psychology "Current Affairs and Perspectives in Psychological Research", Chisinau, 29-30 November, 2018.

2018 – Conferința ştiințifică cu participare internațională "Integrare prin cercetare şi inovare", Chişinău, 8-9 noiembrie 2018.

2018 – Conferința ştiințifică internațională "Formarea inițială și continuă a psihologilor în domeniul protecției copilului față de violență", Chișinău, 26 octombrie, 2018.

2018 – Conferința practico-științifică cu participare internațională "Practica psihologică modernă", Chișinău, 28-30 septembrie 2018.