CZU: 159.942:615.851 **DOI:** https://doi.org/10.5281/zenodo.7357559

РАННИЕ ДЕЗАДАПТИВНЫЕ СХЕМЫ И ЧУВСТВО БЕЗОПАСНОСТИ У ВЗРОСЛЫХ

Анастасия КОВРОВА, Людмила АНЦИБОР
Республика Молдова

В статье представлены результаты экспериментального исследования взаимосвязей между ранними дезадаптивными схемами и базовыми убеждениями, формирующими чувство безопасности. В эксперименте приняли участие 262 взрослых. Были выявлены значительные отрицательные корреляции между каждой ранней неадаптивной схемой и одним или несколькими основными убеждениями, формирующими чувство безопасности.

Ключевые слова: *ранние дезадаптивные схемы, чувство безопасности, базовые убеждения, психологическая травма.*

EARLY MALADAPTIVE SCHEMAS AND SENSE OF SAFETY IN ADULTS

The article contains the results of experimental research of the correlations between early maladaptive schemas and the basic assumptions that form the sense of safety. 262 adults participated in the experiment. Significant negative correlations were identified between each early maladaptive schema and one or more basic assumptions that form the sense of safety.

Keywords: *early maladaptive schemas, sense of safety, basic assumptions, psychological trauma.*

Аспекты влияния различного типа негативного опыта на психологическое состояние и функционирование взрослых людей продолжает изучаться с целью выявления и профилактики факторов риска, а также определения мишеней и условий психологических, психокоррекционных и психотерапевтических интервенций для преодоления неблагоприятных последствий.

К одному из вариантов негативного опыта, последствия которого могут оказывать влияние на психоэмоциональное состояние взрослых людей, относится неблагоприятный опыт онтогенетического развития. В этом контексте имеет значение фактор неудовлетворения базовых эмоциональных потребностей индивида в процессе взросления [1]. В рамках схем-терапии выделяются пять базовых универсальных эмоциональных потребностей, нарушение удовлетворения которых приводит к формированию ранних дезадаптивных *схем* – во многом дисфункциональных устойчивых многокомпонентных паттернов,

влияющих на отношения человека с самим собой и с другими людьми:

1) *Потребность в безопасной привязанности с другими людьми*. Нарушение удовлетворения данной потребности приводит к формированию пяти ранних дезадаптивных схем домена «Нарушение связи и отвержение»: «Покинутость/Нестабильность» (ab), «Эмоциональная депривированность» (ed), «Недоверие/ Ожидание жестокого обращения» (ma), «Дефективность/ Стыдливость» (ds), «Социальная отчужденность» (si);
2) *Потребность в автономии, компетентности и чувстве идентичности*. Нарушение удовлетворения данной потребности приводит к формированию четырех ранних дезадаптивных схем домена «Нарушение автономии и эффективности»: «Зависимость/ Беспомощность» (di), «Уязвимость» (vh), «Запутанность/Неразвитая идентичность» (em), «Неуспешность» (fl);
3) *Потребность в реалистичных границах и самоконтроле*. Нарушение удовлетворения данной потребности приводит к формированию двух ранних дезадаптивных схем домена «Нарушение границ»: «Привилегированность/ Грандиозность» (eg), «Недостаточность самоконтроля» (is);
4) *Потребность в свободном выражении своих реальных потребностей и эмоций.* Нарушение удовлетворения данной потребности приводит к формированию трех ранних дезадаптивных схем домена «Направленность/ориентация на других»: «Покорность» (sb), «Самопожертвование» (ss), «Поиск одобрения» (as);
5) *Потребность в спонтанности и игре.* Нарушение удовлетворения данной потребности приводит к формированию четырех ранних дезадаптивных схем домена «Сверхбдительность и подавление эмоций»: «Негативизм/ Пессимизм» (np), «Подавленность эмоций» (ei), «Пунитивность» (pu), «Жесткие стандарты/Придирчивость» (us) [1, 2].

Нарушения удовлетворения базовых эмоциональных потребностей могут быть как связаны, так и не связаны с психотравмирующим опытом [1]. При этом психотравмирующий опыт также способен менять картину мира человека, вызывая изменения в его базисных убеждениях о мире и самом себе, нарушая его чувство безопасности [3].

В рамках эмпирического исследования были изучены особенности взаимосвязей между показателями выраженности ранних дезадаптивных схем и базисных убеждений личности, составляющих чувство безопасности у взрослых людей.

Процедура и методы исследования.

В исследовании приняли участие 262 респондента в возрасте 18-57 лет (средний возраст составил 27,87, SD=8,703) с разными социально-демографическими характеристиками, включая 160 женщин и 102 мужчины. В рамках процедуры респондентам предлагалось изучить и подписать информированное согласие на участие в исследовании, затем заполнить психодиагностические опросники. Были использованы следующие психодиагностические инструменты:

1) Опросник ранних дезадаптивных схем (автор: Дж. Янг, в адаптации П.М. Касьяника и Е.В. Романовой), содержащий 90 утверждений и позволяющий диагностировать выраженность 18 ранних дезадаптивных схем [2];
2) Шкала базисных убеждений (автор: Р.Янов-Бульман, в модификации М.А. Падун и А.В. Котельниковой), содержащая 37 утверждений и позволяющая диагностировать выраженность 5 базисных убеждений, составляющих чувство безопасности: базисное убеждение о доброжелательности окружающего мира (БУ №1), базисное убеждение о справедливости окружающего мира (БУ №2), базисное убеждение о ценности и значимости собственного Я (БУ №3), базисное убеждение об удаче (БУ №4), базисное убеждение о контроле (БУ №5) [3].

Полученные показатели были также проанализированы в программе IBM SPSS Statistics 20 с помощью статистико-математических методов, основные из которых – коэффициенты корреляции Пирсона и Спирмена.

Результаты и обсуждение.

Результаты анализа полученных данных отражены в Таблице 1, которая содержит значимые коэффициенты корреляции между переменными.

Можно отметить, что все ранние дезадаптивные схемы из домена «Нарушение связи и отвержение» имеют отрицательные корреляции различной силы со всеми базисными убеждениями, составляющими чувство безопасности. Данный результат может косвенно указывать на психотравматическую природу ранних дезадаптивных схем этого домена.

Базисное убеждение о доброжелательности окружающего мира имеет отрицательные корреляции различной силы со всеми ранними дезадаптивными схемами, при этом в домене «Нарушение автономии и эффективности» все взаимосвязи являются слабыми.

Все корреляции между базисным убеждением о справедливости окружающего мира и ранними дезадаптивными схемами являются слабыми и данное убеждение имеет меньшее количество таких значимых корреляций, чем другие базисные убеждения.

Таблица 1. Значимые показатели корреляций между ранними дезадаптивными схемами и базисными убеждениями, составляющими чувство безопасности

Переменная	Домен «Нарушение связи и отвержение»					Домен «Нарушение автономии и эффективности»				Домен «Нарушение границ»		Домен «Направленность / ориентация на других»			Домен «Сверхбдительность и подавление эмоций»			
	ab	ed	ma	ds	si	di	vh	em	fl	eg	is	sb	ss	as	np	ei	pu	us
БУ №1	-.280, p≤0.01	**-.448**, p≤0.01	**-.580**, p≤0.01	**-.342**, p≤0.01	**-.421**, p≤0.01	-.217, p≤0.01	-.275, p≤0.01	-.156, p≤0.05	-.252, p≤0.01	**-.334**, p≤0.01	**-.304**, p≤0.01	**-.304**, p≤0.01	-.188, p≤0.01	**-.308**, p≤0.01	**-.385**, p≤0.01	**-.398**, p≤0.01	-.189, p≤0.01	**-.308**, p≤0.01
БУ №2	-.148, p≤0.05	-.226, p≤0.01	-.242, p≤0.01	-.225, p≤0.01	-.206, p≤0.01	-.174, p≤0.01	-.202, p≤0.01	-	-.168, p≤0.01	-.164, p≤0.01	-.146, p≤0.05	-.199, p≤0.01	-	-	-.242, p≤0.01	-.139, p≤0.05	-	-
БУ №3	**-.320**, p≤0.01	**-.397**, p≤0.01	**-.333**, p≤0.01	**-.593**, p≤0.01	**-.407**, p≤0.01	**-.488**, p≤0.01	**-.335**, p≤0.01	**-.353**, p≤0.01	**-.556**, p≤0.01	-	**-.311**, p≤0.01	**-.470**, p≤0.01	-.205, p≤0.01	-	**-.390**, p≤0.01	**-.478**, p≤0.01	**-.372**, p≤0.01	-
БУ №4	-.293, p≤0.01	**-.402**, p≤0.01	**-.398**, p≤0.01	**-.395**, p≤0.01	**-.325**, p≤0.01	**-.315**, p≤0.01	**-.340**, p≤0.01	-.253, p≤0.01	**-.402**, p≤0.01	-.175, p≤0.01	-.245, p≤0.01	**-.362**, p≤0.01	-.240, p≤0.01	-	**-.385**, p≤0.01	**-.307**, p≤0.01	-.275, p≤0.01	-.185, p≤0.01
БУ №5	-.245, p≤0.01	-.180, p≤0.01	-.127, p≤0.05	-.270, p≤0.01	-.183, p≤0.01	**-.304**, p≤0.01	-.257, p≤0.01	-.288, p≤0.01	**-.332**, p≤0.01	-	-.173, p≤0.01	**-.319**, p≤0.01	-.125, p≤0.05	-	-.258, p≤0.01	-.135, p≤0.05	-.130, p≤0.05	-

Почти все корреляции между базисным убеждением о ценности и значимости собственного Я и ранними дезадаптивными схемами имеют умеренную силу, тогда как большая часть корреляций между ранними дезадаптивными схемами и базисным убеждением о контроле являются слабыми.

Самые сильные отрицательные корреляции отмечаются между базисным убеждением о ценности и значимости собственного Я и ранней дезадаптивной схемой «Дефективность/Стыдливость»; а также между базисным убеждением о доброжелательности окружающего мира и ранней дезадаптивной схемой «Недоверие/Ожидание жестокого обращения».

Ограничения исследования.

Диагностика ранних дезадаптивных схем производится в рамках самооценки данных схем респондентами, при этом часть возможно имеющихся у респондентов ранних дезадаптивных схем может быть непроявленной или находиться под воздействием режимов избегания или гиперкомпенсации [1]. Также при количественном исследовании точность данных, связанная с особенностями понимания и рефлексии собственных убеждений у респондентов, может несколько снижаться (в этом случае дополнительным методом исследования могло бы служить интервью по результатам заполнения психодиагностических опросников). Третье ограничение связано с тем, что выявленные взаимосвязи не дают оснований для вынесения суждений о причинно-следственных связях между переменными.

Выводы. По итогам проведенного исследования и анализа результатов можно сделать вывод о наличии разной силы отрицательных взаимосвязей между ранними дезадаптивными схемами и теми или иными базисными убеждениями, составляющими здоровое чувство безопасности. Требуются дальнейшие исследования, чтобы выявить причинно-следственные связи в данной области.

Литература:

1. ЯНГ, Д., КЛОСКО, Д., ВАЙСХААР, М. *Схема-терапия. Практическое руководство*. СПб.: ООО "Диалектика", 2020. ISBN 978-5-907203-40-2.
2. КАСЬЯНИК, П.М. *Диагностика ранних дезадаптивных схем*. СПб.: Изд-во Политехн. Ун-та, 2016. ISBN 978-5-7422-5619-9.
3. ПАДУН, М.А., КОТЕЛЬНИКОВА, А.В. *Психическая травма и картина мира. Теория, эмпирия, практика*. Москва: Институт психологии РАН, 2012. ISBN 978-5-9270-0231-3.

Данные об авторах:

Анастасия КОВРОВА, докторант, Докторской Школы Социальных и Педагогических Наук, Факультет Психологии, Педагогики, Социологии и Социальной Работы, Молдавский Государственный Университет, Кишинэу, Республика Молдова

E-mail: anastasia.covrova@gmail.com

ORCID: 0000-0002-9181-2308

***Людмила* АНЦИБОР,** доктор хабилитат психологических наук, доктор биологических наук, доцент, Департамент Психологии, Факультет Психологии, Педагогики, Социологии и Социальной Работы, Молдавский Государственный Университет, Кишинэу, Республика Молдова.

E-mail: mantibor@mail.ru

ORCID: 0000-0003-0623-9234