

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Ярославский государственный педагогический университет  
им. К. Д. Ушинского»

*На правах рукописи*

**КОРОЛЁВА Алёна Анатольевна**

**ВЛИЯНИЕ СЕМЕЙНОЙ ИСТОРИИ НА СУБЪЕКТИВНУЮ СЕМАНТИКУ  
КРИЗИСНЫХ ПЕРЕЖИВАНИЙ ЖЕНЩИНЫ В ПЕРИОД  
КРИЗИСА СЕРЕДИНЫ ЖИЗНИ**

Специальность: 19.00.05 – социальная психология

**ДИССЕРТАЦИЯ**

на соискание ученой степени кандидата психологических наук

Научный руководитель:  
доктор психологических наук, профессор  
Жедунова Людмила Григорьевна

Ярославль 2019

## СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ .....	4
ГЛАВА 1. СЕРЕДИНА ЖИЗНИ КАК ТРАНСФОРМАЦИОННЫЙ ЭТАП ЖИЗНЕННОГО ПУТИ ЛИЧНОСТИ.....	13
1.1. Анализ теоретических подходов к исследованию кризисов и критических периодов в отечественной и зарубежной психологии .....	13
1.2. Середина жизни как критический период в развитии человека .....	18
1.3. Психологическая трансформация личности в период кризиса середины жизни .....	27
1.4. Психосемантический подход в исследовании индивидуального сознания. Психология индивидуальной семантики и психосемантики.....	37
ВЫВОДЫ ПО ПЕРВОЙ ГЛАВЕ .....	42
ГЛАВА 2. ОСНОВНЫЕ ПОДХОДЫ К ИССЛЕДОВАНИЮ СЕМЕЙНОЙ ИСТОРИИ В ЗАРУБЕЖНОЙ И ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ .....	45
2.1. Основные подходы к проблеме семейной истории в зарубежной психологии .....	46
2.2. Основные подходы к проблеме семейной истории в отечественной психологии .....	57
ВЫВОДЫ ПО ВТОРОЙ ГЛАВЕ.....	66
ГЛАВА 3. ДИЗАЙН ИССЛЕДОВАНИЯ .....	68
3.1. Программа исследования.....	68
3.2. Характеристика методов эмпирического исследования .....	72
ВЫВОДЫ ПО ТРЕТЬЕЙ ГЛАВЕ.....	85
ГЛАВА 4. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ СЕМЕЙНОЙ ИСТОРИИ НА СУБЪЕКТИВНУЮ СЕМАТИКУ КРИЗИСНЫХ ПЕРЕЖИВАНИЙ .....	86
4.1. Исследование кризисных переживаний женщины в трансформационный жизненный период .....	86
4.1.1. Анализ наиболее значимых изменений в период кризиса середины жизни .....	86

4.1.2. Феноменологическое исследование женских кризисных переживаний в период кризиса середины жизни .....	91
4.1.3. Исследование субъективной семантики кризисных переживаний женщины.....	102
4.1.4. Взаимосвязь субъективной семантики кризисных переживаний и самоотношения женщины в период кризиса середины жизни.....	115
4.2. Исследование влияния семейной истории на субъективную семантику кризисных переживаний женщины.....	121
4.2.1. Анализ параметров семейной истории.....	123
4.2.2. Исследование параметров семейной истории, лежащих в основе дифференциации кризисных переживаний .....	128
4.2.3. Структурографический анализ параметров семейной истории у женщин с разной субъективной семантикой кризисных переживаний .....	138
4.2.4. Исследование влияния факторов семейной истории на субъективную семантику кризисных переживаний.....	149
ВЫВОДЫ ПО ЧЕТВЕРТОЙ ГЛАВЕ.....	156
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	159
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	162
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	189

## ВВЕДЕНИЕ

Жизненный путь личности не представляет собой плавного поступательно-го движения: на смену стабильным периодам приходят кризисные – столкнувшись с ними, человек получает бесценный опыт, определяющий вектор его дальнейшего развития. Этим обусловлена сохраняющая свою актуальность в психологической науке тема кризисов и критических периодов.

Долгое время кризис притягивает внимание представителей различных областей знания (медицины, социологии, психологии и др.), что обуславливает междисциплинарный характер данной категории. В рамках психологической науки кризис является предметом исследования в области клинической психологии (как болезненный этап развития; тяжелое переходное состояние, в основе которого лежит травма, стресс); психологии развития (как закономерный этап развития личности); общей психологии (как процесс порождения целостного психического образа) и др. Развитие научной мысли в рамках проблемы кризисов и критических периодов позволило значительно расширить научное понимание данного феномена. На сегодняшний день выявлены факторы, выступающие в качестве пусковых механизмов возникновения кризиса (Р. А. Ахмеров, А. А. Баканова, Ф. Е. Василюк, В. В. Козлов и др.); подробно описаны основные проявления кризиса, включая психологические, физиологические и поведенческие аспекты (Л. И. Анцыферова, А. А. Бодалев, Ф. Е. Василюк, Р. Лазарус, В. Г. Ромек, Е. А. Солдатова и др.), а также этапы разворачивания кризиса (В. А. Бодров, Л. Г. Жедунова, J. Campbell, G. Jacobson). В настоящее время все больше внимания уделяется вопросам детерминации кризиса. В частности, современные исследования позволяют расширить представление не только о механизмах, лежащих в основе индивидуальных способов переживания кризисных ситуаций (Л. А. Пузырева), но и о роли более общих, универсальных механизмов, отвечающих за адаптационные процессы в кризисной ситуации и обусловленные фактом включения человека в определенную социокультурную общность (Л. Г. Жедунова). Последние особо подчеркивают роль коллективного опыта как

одного из стабилизирующих факторов в кризисной ситуации. Однако, несмотря на упоминание роли группового опыта в процессе переживания кризиса, социально-психологическая детерминация кризисных переживаний в современной науке представлена в меньшей степени и требует более глубокого изучения.

Развитие научной мысли в данной предметной области, связанное с рассмотрением онтогенеза как целостного непрерывного процесса развития человека, привело к расширению представлений о жизненных кризисах как в практической, так и в академической психологии. В связи с этим многие исследователи обратили внимание на кризисы взрослых людей, в частности, на один из наиболее трансформационных кризисов – кризис середины жизни (Б. Г. Ананьев, Л. И. Анцыферова, Б. С. Братусь, В. Ф. Моргун, В. И. Слободчиков, Н. Ю. Ткачева и др.).

Ключевым моментом для понимания трансформационной природы данного кризиса стали идеи о том, что в этот период человек осуществляет своеобразный «разворот» к внутреннему пространству субъективной реальности (Б. Ньюгартен, У. Крэйн, М. Стайн, Р. П. Ефимкина и др.). Это значит, что ценность самопознания и самопонимания, а также связанных с этими процессами переживаний на данном жизненном этапе становится приоритетной. Опираясь на общепринятое в психологической науке понятие, под переживанием мы понимаем «особое, субъективное, пристрастное отражение, причем отражение не окружающего предметного мира самого по себе, а мира, взятого в отношении к субъекту, с точки зрения представленных им (миром) возможностей удовлетворения актуальных мотивов и потребностей субъекта» [50, с. 6]. В терминологии Ф. Е. Василюка речь в данном случае идет о «переживании-созерцании», отражающем в сознании субъективное отношение к вызвавшему его фактору.

В настоящее время проблема кризисных переживаний исследуется достаточно глубоко, при этом акцент делается на эмоционально тягостных переживаниях, таких как чувство неполноценности, инертности, депрессии, неудовлетворенности, подавленности и др. Рост числа исследований, посвященных кризисным переживаниям, продиктован не только необходимостью расширения акаде-

мических знаний в данной области, но и потребностями практикующих психологов. Учитывая современные реалии, связанные с увеличением запроса на оказание психологической помощи со стороны женщин, а также принимая во внимание отягощенность женских кризисных переживаний появлением возрастных физиологических изменений, часто приводящих к социально - психологической дезадаптации женщины (О.А. Овсяник, 2012), прослеживается целесообразность изучения именно женских кризисных переживаний. Новые эмпирические данные позволяют значительно расширить понимание субъективной картины женских переживаний, что важно при выборе соответствующего способа психологической помощи. При этом сама категория переживания является весьма сложной для исследования. Основная трудность связана с большой вероятностью искажения и ограниченности данных при использовании опросных методов исследования. В связи с этим возрастает необходимость исследования кризисных переживаний с использованием сочетания количественных и качественных методов, позволяющих раскрыть многообразие переживаний, сохраняя при этом их личностный смысл.

Принимая во внимание актуальность проблемы женских кризисных переживаний, мы считаем, что данный вопрос может быть в полной мере решен с учетом не только знания индивидуально-психологических детерминант, представленных в настоящее время достаточно широко, но и социально-психологических, таких как семья и род. Осознание роли социально-психологических факторов в женских кризисных переживаниях позволит, с одной стороны, расширить понимание контекста кризисных переживаний, с другой – разработать целевые коррекционные мероприятия, направленные на расширение способов совладания с кризисной ситуацией.

Учитывая это, мы полагаем, что исследование кризисных переживаний в социально-психологическом аспекте требует, в первую очередь, расширения методологического аппарата исследования. В связи с этим нами был апробирован метод геносоциограммы, отражающий социально-психологические закономерности развития и социализации женщины как своеобразного элемента родовой ис-

тории и позволяющий выявить внутриродовые, трансгенерационные факторы, лежащие в основе индивидуальной картины женских кризисных переживаний.

Таким образом, настоящее исследование направлено на решение проблемы детерминации кризисных переживаний, в частности, на выявление социально-психологических факторов (факторов семейной истории), отражающих глубинные механизмы развития и функционирования семьи в нескольких поколениях и обуславливающих субъективную семантику кризисных переживаний. Высокая теоретическая значимость проблемы на фоне ее недостаточной разработанности определяет актуальность диссертационного исследования, а также обуславливает постановку его цели и задач.

**Цель работы:** выявить влияние семейной истории на субъективную семантику кризисных переживаний женщины в период кризиса середины жизни.

**Задачи исследования:**

1. Проанализировать научные подходы к проблеме кризиса середины жизни.
2. Проанализировать основные теоретические подходы к исследованию семейной истории в отечественной и зарубежной психологии.
3. Исследовать субъективную семантику кризисных переживаний женщины в период кризиса середины жизни.
4. Исследовать семейную историю как фактор, влияющий на субъективную семантику кризисных переживаний.

**Объект** диссертационного исследования – кризисные переживания.

**Предмет исследования** – влияние семейной истории на субъективную семантику кризисных переживаний.

**Гипотеза исследования:**

1. Прошлый семейный опыт, находящий свое отражение в семейной истории каждого отдельного рода, оказывает влияние на субъективную семантику кризисных переживаний, обуславливая их многообразие и уникальность.

2. В основе кризисных переживаний, возникающих в середине жизни, лежит осознание нарушения динамического равновесия (баланса) в жизненном пространстве личности.

### **Методологические и теоретические основы исследования**

Методологической базой исследования выступают теоретические основы социальной психологии и психотерапии семьи (Ю. Е. Алешина, М. Боуэн, А. Я. Варга, Л. Я. Гозман, В. Н. Дружинин, О. А. Карабанова, С. Минухин, В. Сатир, В. В. Столин, Э. Г. Эйдемиллер); фундаментальные исследования личности и ее жизненного пути (К. А. Абульханова-Славская, А. Ф. Лазурский, Ф. Е. Василюк, В. П. Зинченко); психосемантический подход к исследованию индивидуального сознания, разрабатываемый в работах В. Ф. Петренко, А. Г. Шмелева, Е. Ю. Артемьевой; исследования феноменологии переживания кризиса середины жизни (Л. Г. Жедунова, Д. Левинсон, Б. Ливехуд, Г. Шихи); положения трансгенерационного подхода (Ф. Дальто, Н. Абрахам, И. Бузормени-Надь, А. А. Шутценбергер).

### **Методы исследования:**

1. Теоретические методы: анализ и изучение теоретических и практических исследований феномена кризиса середины жизни, а также семейной истории в отечественной и зарубежной психологии.

2. Психодиагностические методы исследования, соответствующие цели и задачам исследования.

Для исследования кризисных переживаний мы использовали следующие методы: метод исследовательского интервью; метафору как метод психологического исследования; метод семантического дифференциала; методику исследования самооотношения С. Р. Пантिलеева (МИС).

Изучение семейной истории осуществлялось с помощью следующих методов: метода геносоциограммы; метода полуструктурированного интервью.

Обработка результатов осуществлялась с помощью программы Statistica 6.0. Для статистической обработки данных, полученных в результате исследования, использовались следующие методы: корреляционный анализ с использованием



рангового коэффициента корреляции Спирмена, сравнительный анализ при помощи U-критерия Манна – Уитни, факторный анализ, структурографический анализ, множественный регрессионный анализ (МРА).

### **Эмпирическая база исследования**

В исследовании принимали участие 146 женщин в возрасте от 38 до 45 лет.

**Достоверность и надежность данных**, полученных в ходе исследования, обеспечена теоретическим анализом проблемы, непротиворечивостью и адекватностью методов исследования целям и задачам работы, сочетанием количественного и качественного методов исследования, применением методов математической статистики для обработки эмпирических данных.

### **Научная новизна исследования**

Впервые эмпирически выделены и описаны семантические пространства кризисных переживаний женщины в трансформационный жизненный период. Выявлено, что базовые переживания группируются в четыре семантических пространства.

Установлено, что кризисные переживания взаимосвязаны с уровнем самоотношения женщины. Выявленные и описанные взаимосвязи между показателями самоотношения и кризисными переживаниями позволяют понять смысл переживаний по отношению к собственному «Я», а также дают более расширенное представление о самоощущении женщины в трансформационный жизненный период.

Выделены параметры семейной истории, лежащие в основе дифференциации кризисных переживаний. К ним относятся значимые женские фигуры (мама, бабушка, тетя, сестра), особенности межпоколенных отношений между женщинами рода (эмоциональная близости или дистанция между женщинами рода), характер границ расширенной семьи, стабильность родовых ценностей, а также принятие / непринятие данных ценностей потомками.

Установлено, что семантика кризисных переживаний женщины обусловлена особым семейно-родовым опытом. Данный опыт представлен в структуре семейной истории в виде совокупности ведущих параметров, отражающих закономерности функционирования и развития семьи в нескольких поколениях. Выяв-

лены различия структурной организации параметров семейной истории у женщин с разной субъективной семантикой кризисных переживаний (по уровню согласованности и по ведущим параметрам).

### **Теоретическая значимость исследования**

Теоретическая значимость исследования определяется вкладом в углубление и расширение представлений о детерминации кризисных переживаний социально-психологическими факторами.

Результаты исследования позволяют представить и описать семейную историю как социально-психологический фактор, оказывающий влияние на субъективную семантику кризисных переживаний женщины.

Полученные данные описывают закономерности функционирования и развития семьи в нескольких поколениях, которые лежат в основе адаптации женщины к кризисной ситуации и отражают глубинные механизмы социализации женщины на разных возрастных этапах.

### **Практическая значимость работы**

Результаты проведенного исследования могут быть использованы

– в практике индивидуального и семейного психологического консультирования с целью более глубокого понимания жизненного контекста клиента. Анализ семейной истории дает возможность привлекать ресурсы рода для преодоления кризисных переживаний, а также позволяет выстроить эффективные стратегии консультативной помощи клиенту в кризисный период;

– в образовании, при разработке программ учебных занятий для студентов и магистрантов, обучающихся по направлениям «Психология» и «Психологическое консультирование в образовании». В частности, в рамках курсов «Основы психологического консультирования» и «Консультирование на разных возрастных этапах»;

– при повышении квалификации практических психологов, работающих в центрах психологического консультирования.

**Положения, выносимые на защиту:**

1. В основе переживаний, возникающих у женщины в период середины жизни, лежит осознание нарушения динамического равновесия в жизненном пространстве личности. Показателем подобного нарушения является изменение удельного веса (субъективной значимости) отдельных жизненных сфер. Актуализация и динамика переживаний имеет место вне зависимости от того, насколько развернут кризис середины жизни как таковой. В феноменологической представленности переживания актуализируются в рамках наиболее значимых для женщины жизненных сфер: «Ценности», «Здоровье», «Жизненный тонус», «Внешность», «Отношения с близкими людьми», «Отношения с коллегами», «Эмоции», «Отношения с мужчинами».

2. Кризисные переживания группируются в несколько семантических пространств, отражающих их многообразие и уникальность: «Опустошенность – Наполненность», «Активизирующие чувства – Астенизирующие чувства», «Закрытость (Опора на стабильность) – Открытость новому опыту (Готовность к переменам)» и «Позитивное предвосхищение (Надежда на внешнего спасителя)».

3. В основе дифференциации кризисных переживаний лежит прошлый семейный опыт, находящий свое отражение в семейной истории каждого отдельного рода. Отдельные параметры семейной истории в рамках выделенных семантических пространств переживаний играют различную смыслообразующую роль. Таким образом, анализ и интерпретация кризисных переживаний предполагает учет более широкого семейного контекста, в котором представлен опыт нескольких поколений.

4. Субъективная семантика кризисных переживаний женщины обусловлена особым семейно-родовым опытом. Данный опыт представлен в структуре семейной истории в виде совокупности ведущих параметров (факторов), отражающих закономерности функционирования и развития семьи в нескольких поколениях. Среди них – «Женская доминирующая позиция», «Невозможность опереться на семейный ресурс», «Конфликтная связь с родом», «Закрытость границ семьи».

5. Особую роль для женщины в кризисный период играют параметры семейной истории, характеризующие женскую линию в роду. Значимые женские фигуры (мама, бабушка, тетя, сестра), их судьбы (одинокость, бездетность, вдовство), а также характер отношений между женщинами рода, выраженный в определенной степени эмоциональной близости, выступают в качестве ориентира для женщины, погруженной в кризисные переживания. Следование принятым в роду моделям поведения избавляет от ощущения потери опоры, обуславливая соответствующую (индивидуальную) картину кризисных переживаний.

#### **Апробация и внедрение результатов исследования**

Результаты исследования были представлены на различных научно-практических конференциях: научно-практической конференции «Чтения Ушинского» (Ярославль, 2011), V Международной научно-практической конференции «Вызовы эпохи в аспекте психологической и психотерапевтической науки и практики» (Казань, 2011), X Всероссийской научно-практической конференции «Дружининские чтения» (Сочи, 2011), Всероссийской молодежной научной психологической конференции «Много голосов – один мир» (психология в зеркале междисциплинарного подхода) (Ярославль, 2012), III Международной научно-практической конференции «Психология стресса и совладающего поведения» (Кострома, 2013), IV Международной конференции «Психология стресса и совладающего поведения: ресурсы, здоровье, развитие» (Кострома, 2016), I Международной конференции по этике в психологическом консультировании и психотерапии (Москва, 2017).

## **ГЛАВА 1. СЕРЕДИНА ЖИЗНИ КАК ТРАНСФОРМАЦИОННЫЙ ЭТАП ЖИЗНЕННОГО ПУТИ ЛИЧНОСТИ**

### **1.1. Анализ теоретических подходов к исследованию кризисов и критических периодов в отечественной и зарубежной психологии**

Жизненный путь личности не представляет собой плавного поступательно-го движения. Развитие человека связано с неоднократным чередованием двух периодов: периода «покоя», стабильности и критического периода, сопряженного с существенными личностными изменениями, как внешними, так и внутренними. Ввиду своего весомого влияния на становление личности уже многие годы именно кризисные периоды притягивают внимание как отечественных, так и западных ученых.

По словам выдающегося философа-экзистенциалиста К. Ясперса [275], кризис является фундаментальной категорией человеческой жизни. Его фундаментальность обусловлена тем, что, будучи переломным моментом человеческого существования, он актуализирует сущностные характеристики личности. Иными словами, именно кризис приводит личность к глубинному переживанию тайны смысла жизни, осознанию своего жизненного пути, ценностей, отношения к себе и другим людям.

На сегодняшний день кризис является междисциплинарной категорией, притягивая внимание представителей разных областей знания (политологии, социологии, психологии, медицины и т. д.). Этот факт обуславливает некую полифонию значений самого понятия «кризис».

Впервые описание кризиса было предпринято в медицине. Хронологически первым процессом, в котором выделяется критический период, является процесс заболевания. Критический (или переломный) момент представляет собой тяжелое переходное состояние, характеризующееся неопределенностью и напряженно-

стью. Организм как бы «зависает» между жизнью и смертью. Разрешение кризиса в данном случае практически не зависит от внешних условий, в том числе и от действий врачей. Позитивный исход кризиса является результатом борьбы организма.

Следовательно, понимание кризиса как завершения или перелома в ходе некоторого процесса, имеющего характер борьбы, имеет медицинские корни [78].

Опираясь на материалы толковых словарей, И. В. Калинин осуществил глубокий анализ понятия «кризис». Несмотря на указываемую полифонию значений, автор выделил общие характеристики кризиса. Таким образом, «кризис» – это переходный период, внезапный, резкий, крутой перелом, затруднительное, тяжелое положение [93].

Анализируя основные подходы к пониманию кризисов личности, Л. Г. Жедунова приходит к выводу, что основанием для дифференциации подходов к пониманию кризиса может служить тот или иной базовый процесс развития, в рамках которого исследуется и описывается кризис. Подчеркивая междисциплинарный характер категории кризиса, автор указывает на то, что кризис имеет как общенаучное значение в теоретических исследованиях логики развития психологии как науки, так и конкретно научное – в отдельных ее отраслях [77].

В конкретно научном значении в психологии в настоящее время выделяют два типа кризисов [77]:

**1. Возрастно-нормативные кризисы** (кризис как закономерный эволюционный этап онтогенеза). Кризис как нормативное событие связан с представлением о нормативном ходе жизни. Следовательно, на разных этапах онтогенеза закономерным является возникновение новых потребностей и перестройка мотивационной сферы личности (И. С. Кон, 1978), вхождение в новую событийную общность (В. И. Слободчиков, Е. И. Исаев, 1995). Кризисы профессионального развития, которые отражают специфические закономерности различных этапов профессионального пути личности и сопровождаются переживанием противоречий профессионального развития (Э. Ф. Зеер; Э. Э. Сыманюк; 1997, Ю. П. Поваренков, 1999), также могут быть отнесены к нормативным кризисам.

**2. Кризис как поворотный пункт жизненного пути**, носящий скорее вероятностный, нежели закономерный характер. Подобный кризис не является обязательным, он всегда носит экстраординарный характер: личностный (Р. А. Ахмеров, 1994; С. А. Маничев 2001; Х. Ремшмидт, 1994; Е. Л. Солдатова, 2007, Л. А. Шайгерова, 2002 и др.), психодуховный (Р. Ассаджиоли, 1997, Т. Йоманс, 1997, С. и К. Гроф, 1995, В. Жикаренцев, 1997, В. В. Козлов, 1999 и др.), смысло-жизненный кризис (К. В. Карпинский, 2017).

В отечественной психологии категория кризиса длительное время разрабатывалась в контексте проблем развития и периодизации детства (П. П. Блонский, Л. С. Выготский, А. Н. Леонтьев и др.).

Большой вклад в проблему исследования кризисов внес Л. С. Выготский. Он ввел термин «возрастной кризис», который определил как целостное изменение личности ребенка, регулярно возникающее при смене стабильных периодов [58]. Возрастной кризис, по мнению Л. С. Выготского, обусловлен возникновением основных новообразований предшествующего стабильного периода, которые приводят к разрушению одной социальной ситуации развития и возникновению другой, адекватной новому психологическому облику ребенка. Механизм смены социальных ситуаций составляет психологическое содержание возрастного кризиса. По мнению Л. С. Выготского, кризис – это время качественных изменений, результатом которых является переход личности на новую, более высокую ступень развития [57]. «Кризисы» – переломные точки на кривой детского развития, отделяющие один возраст от другого» [57, с. 191]. Необходимость изучения кризисов и их определяющую роль в развитии человека автор описывает следующим образом: «Если бы кризисы не были открыты эмпирически ... их нужно было бы придумать теоретически. Раскрыть психологическую сущность кризиса, значит понять внутреннюю динамику развития» [57, с. 191].

Идеи Л. С. Выготского продолжает в своих трудах А. Н. Леонтьев. Однако автор разводит понятия «критический период» и «кризис». Критический период он рассматривает как неизбежный переход с одной стадии психического развития

на другую. В отношении кризисов А. Н. Леонтьев пишет: «В действительности кризисы отнюдь не являются неизбежными спутниками психического развития. Неизбежны не кризисы, а переломы, качественные сдвиги в развитии. Наоборот, кризис – это свидетельство не совершившегося своевременного перелома, сдвига» [134, с. 281].

Л. И. Божович разделяет точку зрения А. Н. Леонтьева на проблему кризиса. Она рассматривает кризис как негативную реакцию ребенка в переходный период развития и связывает его с фрустрированностью. Кризис, по мнению автора, возникает в результате неудовлетворения новых потребностей, которые появляются в конце каждого этапа развития вместе с личностными новообразованиями соответствующего возраста [31].

Таким образом, в рамках деятельностной парадигмы были заложены основы понимания кризисов и критических периодов в развитии личности.

В зарубежной психологии традиция изучения кризисов заложена в работах Ш. Бюлер, Э. Эриксона, Б. Ливехуда и др.

Наиболее известные и разделяемые многими исследователями взгляды на кризис представлены в работах Э. Эриксона. По его мнению, человек в ходе своего развития переживает ряд психосоциальных кризисов. Автор выделяет восемь стадий развития идентичности личности, на каждой из которых человеку предстоит сделать выбор между двумя альтернативными фазами решения возрастных и ситуативных задач развития. Характер выбора сказывается на всей последующей жизни в смысле ее успешности или неуспешности [266].

Часто концепция Э. Эриксона сопоставляется с принятыми в отечественной психологии концепциями Л. С. Выготского и Д. Б. Эльконина. Однако, по мнению К. Н. Поливановой, Э. Эриксон вкладывает в понятие кризиса совершенно иной смысл, нежели представители культурно-исторической концепции и теории деятельности. В понимании Э. Эриксона, кризис есть потенциальный выбор, который осуществляется в процессе жизни между благоприятным и неблагоприятным направлениями развития [265]. В работе «Идентичность: юность и кризис» автор дает следующее определение кризиса: «Кризис понимается как неизбежный



поворотный пункт, критический момент, после которого развитие повернет в ту или иную сторону...» [266, с. 25]. Следовательно, несмотря на то, что в силу своего историзма, принятия социальной обусловленности развития, стратификации жизни концепция Э. Эриксона перекликается с идеями отечественных психологов, ее существенным отличием является понимание кризиса как периода возможных длительных изменений, как определенной задачи развития и осуществляемого выбора [91].

Анализируя взгляды отечественных и зарубежных ученых на проблему кризисов и критических периодов в ходе онтогенетического развития человека, мы приходим к выводу о некой дифференциации позиций по поводу соотношения данных понятий в научном сообществе. Одни авторы отождествляют «кризис» и «критический период», считая «кризис» неизбежным следствием любого критического периода (Э. Эриксон и др.), другие, напротив, разводят их, выделяя существенные отличия (А. Н. Леонтьев, Л. И. Божович). Взгляды последних позволяют рассматривать «критический период» (как неизбежный переход от одной стадии развития к другой) вне зависимости от наличия «кризиса», который на определенных жизненных этапах носит вероятностный характер.

Дальнейшее развитие идей о кризисах и критических периодах жизненного пути личности связано с рассмотрением онтогенеза как целостного непрерывного процесса развития человека. Относительно недавно в отечественной научной литературе стали появляться работы, в которых логика развития отражается в течение всего онтогенеза (К. Н. Поливанова, В. И. Слободчиков) [77]. Это привело к тому, что представления о кризисах и критических периодах стали выходить за рамки возрастной и детской психологии. В настоящее время все больше исследователей обращают внимание на кризисы людей в период зрелости, в том числе в середине жизни. Несмотря на возросший интерес к вопросам кризисных периодов взрослых людей, ввиду своей многогранности и относительной малоизученности эта тема сих пор не потеряла своей актуальности.

## 1.2. Середина жизни как критический период в развитии человека

В числе первых к исследованию середины жизни как одного из критических жизненных периодов обратился К. Г. Юнг. Согласно воззрениям К. Г. Юнга, середина жизни человека, которая начинается в возрасте около 40 лет, характеризуется трансформацией психики. В этот период человек начинает ощущать, что цели и стремления, казавшиеся вечными и непреходящими, вдруг потеряли свое значение. По мнению К. Юнга, такое случается даже с людьми, добившимися немалого социального успеха, так как «достижения, вознаграждаемые обществом, приобретаются ценой урезания личности». Сама психика, по словам автора, «побуждает его обращаться внутрь себя и задуматься о смысле собственной жизни» [273, с. 437].

К. Юнг отмечает, что если человек в среднем возрасте продолжает «цепляться» за ориентиры и ценности первой половины жизни, он терпит самые большие неудачи. Таким образом, он упускает возможности дальнейшего развития своей личности. Однако в то же время К. Юнг полагает, что результатом обращения внутрь себя и осмысления жизни являются ощутимые перемены во внешней ситуации человека среднего возраста: он начинает воплощать в жизнь планы и мечты, остававшиеся долгое время забытыми, и даже совершает перемены в своей карьере [273].

Идеи К. Юнга о наличии кризиса в жизни взрослого человека подтверждают исследователи Чикагского университета. Б. Ньюгартен и ее коллеги в своем исследовании, проведенном в 60-е годы XX века, как и К. Юнг, делают вывод о переживании личностью кризиса середины жизни, связанного со «смещением энергии с ориентации на внешний мир в сторону внутреннего мира». Интроспекция, размышления о мире и о себе, самооценка постепенно приобретают все большее значение в среднем возрасте [310].

Идеи К. Юнга прослеживаются и в концепции Д. Левинсона. В 70-е годы XX века он провел обширное исследование, интерпретировав некоторые свои результаты в контексте теории К. Юнга. На основе опроса 40 мужчин в возрасте от 35 до 45 лет жизненный путь был разбит на три фазы или эры продолжительностью примерно 20-25 лет, разделенные переходными периодами, занимающими 4-5 лет. Стабильная фаза характеризуется особой структурой жизни, которую Д. Левинсон описывает как «социально-социокультурный мир в том виде, в каком он влияет на человека... Я, включающее в себя сложную систему желаний, конфликтов, тревог и способов их преодоления; участие человека в том, что его окружает» [289, с. 152].

В переходные периоды прежняя структура жизни подвергается сомнению, а потом и разрушается, а ее место занимает новая структура, характеризующая уже следующий этап жизни человека. К переходным он относит периоды от 18 до 20 лет, когда встает проблема достижения независимости от родителей. Около 30 лет возникает необходимость пересмотра своих жизненных схем. В 40-45 лет происходит очередное переосмысление жизненных ценностей, при этом обнаруживается, что юношеские мечты так и не осуществились. Данный период характеризуется переоценкой прошлого и корректировкой мечты. По данным Д. Левинсона, подавляющее большинство участников его исследования между 40 и 45 годами пережили кризис. В 80 % случаев подтверждается факт отрицательного эмоционального переживания данного возрастного этапа. По словам автора, структура жизни в возрасте до 40 лет обеспечивает приоритет развития сторонам личности, ориентированным на социальное приспособление и социальное достижение. Однако после 40 лет «пренебрегаемые части личности настойчиво ищут способы выразить себя и побуждают человека пересматривать свою жизнь» [120, с. 444]. Д. Левинсон выяснил, что середина жизни для женщин также отмечается ростом неудовлетворенности своими внешними ролями и желанием установить новые связи со своей внутренней сущностью [289].

Несмотря на то, что концепция Д. Левинсона подвергается критике, в связи с возможностью распространения полученных данных на другой пол и на другие

культуры, на наш взгляд она представляет существенный интерес, связанный с попыткой исследовать механизмы перехода от одной стадии развития к другой, а также с идеей о возможности возникновения кризисных переживаний в возрасте около 40 лет.

Популяризируя идеи Д. Левинсона, Г. Шихи в своих работах также рассматривает переходные периоды в жизни личности. В качестве предсказуемых кризисов зрелого возраста она выделяет периоды около 30 лет и 35-40 лет. Так, в 30 лет наблюдается стремление к профессиональному росту и вместе с тем желание что-то изменить в личной жизни, ранее сделанные выборы подвергаются сомнению. Этот период Г. Шихи называет «осознать свои тридцать». Далее в возрасте между 35 и 45 годами человек, дойдя до середины жизненного пути, начинает видеть, где он заканчивается, время для него начинает сокращаться. По мнению автора, кризисный характер данному периоду могут придать такие перемены, как угасание физических сил, утрата молодости, изменение привычных ролей. Положительный характер данного периода обусловлен главным образом переосмыслением ориентиров, по которым человек оценивал собственную личность в первой половине жизни, а также анализом собственных целей и переоценкой ресурсов [258].

Идеи о существовании личностных изменений в возрасте около 40 лет продолжает У. Крэйн. Автор делает акцент на том, что люди обращаются вовнутрь себя и переосмысливают свою жизнь заведомо раньше, чем такие внешние потери, как выход на пенсию или смерть супруга, которые могли бы стать пусковыми механизмами данных процессов. Исходя из этого, У. Крэйн приходит к выводу о том, что в данный период жизни у человека возникает потребность пересмотреть прожитую жизнь и заняться ранее нереализованными аспектами своей личности [120].

Наличие переходных этапов жизненного пути взрослого человека подчеркивает немецкий исследователь Д. Шмидт, отмечая, что переходные этапы «отделяют одну фазу жизни от другой и могут сопровождаться трудностями, конфлик-

тами и кризисами» [305, с. 387]. Однако более глубокого анализа данной проблематики автор не дает.

К проблеме кризиса в середине жизни обращается Б. Ливехуд. По мнению автора, кризис может нарушить ход жизни человека в зрелости. Ссылаясь на психолога М. Мерс, автор называет «время вокруг середины сороковых годов как фазу предрасположенности к кризису». Данный период жизни описывается по биологическим, психическим и духовным изменениям человека [142, с. 179-180].

П. Массен и его соавторы период жизни человека от 30 до 40 лет обозначают как кризис середины жизни и «десятилетие роковой черты». По мнению авторов, осознание расхождения между мечтами и жизненными целями человека и действительностью его существования составляют суть кризиса на данном возрастном этапе [157].

Стоит отметить, что некоторые зарубежные исследователи, в том числе Р. Кесслер, К. Рифф, Г. Крайг и др., констатируют, что люди, зная о том, что в 35-45 лет наступает кризис, склонны усугублять собственные проблемы, квалифицируя свои переживания как проявление кризиса, однако на самом деле не испытывают кризисных переживаний. Данное положение подчеркивает сомнения ряда исследователей в том, что кризис середины жизни переживает каждый человек [117, 293, 297].

В своей книге «Психология развития» Г. Крайг описывает подобные явления как «миф о кризисе середины жизни», рассматривая два варианта переживания личностью среднего возраста.

В первом случае перемены, связанные с наступлением середины жизни, заранее планируются, и потому человек оказывается способным справиться с ними. Во втором случае, при кризисном течении середины жизни происходит утрата иллюзий, возникает болезненная неспособность справиться с возможными проблемами, возникающими при вступлении во вторую половину жизни [117].

В рамках отечественной психологии вопрос о критических периодах в жизни человека первоначально разрабатывался в контексте проблем развития и периодизации детства (П. П. Блонский, Л. С. Выготский, А. Н. Леонтьев,

Л. И. Божович и др.). Особое внимание уделялось периодизации развития ребенка, выделению критических периодов в развитии, определению и содержанию кризиса, а также природе кризиса. Несмотря на то, что проблема кризисов зрелой личности оставалась долгое время в тени, в рамках культурно-исторической концепции и теории деятельности были заложены основы понимания влияния критических периодов и кризисов на развитие личности и ее жизненный путь, которые получили свое развитие в работах современных авторов.

Начиная с конца XX века в отечественной психологии поднимается вопрос о необходимости исследования критических периодов в развитии взрослого человека. Толчком этому послужили работы Б. Г. Ананьева по психологии взрослых, где впервые затрагивается проблема возможностей изучения человека в период зрелости [8].

Опираясь на идеи Б. Г. Ананьева, Л. И. Анцыферова доказывает необходимость исследования кризисов в развитии взрослого человека. Она отмечает: «Психическое и социальное развитие личности отнюдь не ограничивается какими-то определенными отрезками времени, теми или иными периодами. Оно осуществляется на всех этапах жизненного пути человека. С этой точки зрения период зрелости не может рассматриваться как конечное состояние, к которому направлено развитие и которым оно заканчивается» [10, с. 334-358].

В статье «Методологический эскиз к психологии взрослого» К. К. Байчинская показывает, что жизненный путь взрослого человека может быть понят как последовательность относительно стабильных и транзитных переходных этапов, исследование которых еще только начинается [18].

В. Ф. Моргун и Н. Ю. Ткачева, основываясь на положениях культурно-исторической концепции, предложили периодизацию развития взрослого человека. В качестве первого критического периода выделяется возраст около тридцати лет. В этом возрасте происходит переход, связанный с окончанием молодости и началом «расцвета», взрослого периода. Возникновение кризиса в данном возрасте обусловлено неблагополучным прохождением эпохи самоопределения. Другим возможным критическим периодом является возраст около 40 лет. В данном слу-

чае кризис определяется как возможность личностных сдвигов и возникает в том случае, если на предыдущем этапе человек не производил целенаправленную работу по самосовершенствованию [159].

В данной периодизации кризис середины жизни рассматривается как возможный вариант прохождения переходного периода и связан с самосовершенствованием личности, с переосмыслением жизни и необходимостью постановки новых жизненных целей.

Несколько иной взгляд на проблему кризисов периода взрослости предлагает Б. С. Братусь. Он признает важность данного феномена в жизни человека, однако связь кризисов с определенным возрастом считает условной. В понимании кризисов в развитии взрослого человека автор опирается на концепцию Д. Б. Эльконина. Он полагает, что в отдельно взятой деятельности человека, особенно личностно значимой, как результат ее движения, возможно возникновение внутреннего противоречия между ее мотивационно-потребностной и операционно-технической сторонами. По мнению автора, подобное противоречие и приводит к кризисам взрослых, которые возникают как сбой либо в звене «потребность – деятельность», когда потребность не может удовлетвориться прежним набором средств деятельности, либо в звене «деятельность – потребность», когда изменившиеся операционально-технические возможности перестают соответствовать прежним потребностям [36].

Именно Б. С. Братусь впервые в рамках отечественной психологии выдвинул гипотезу о существовании кризиса 40 лет и о его возможных проявлениях. При этом в основе кризиса 40 лет, по мнению автора, лежит поиск человеком новых ориентиров своей деятельности, а возникающее при этом состояние определяется им как «переходное мотивационно-потребностное состояние» [36].

Проанализировав большое число существующих периодизаций развития, М. В. Гамезо, В. С. Герасимова, Г. Г. Горелова, Л. М. Орлова сходятся во мнении о том, что в период взрослости человек переживает кризисное состояние примерно в 30 лет. Данный период понимается авторами как некий перелом в развитии, связанный главным образом с тем, что ранее сложившиеся представления челове-

ка о жизни не удовлетворяют его. Следовательно, происходит переоценка ценностей и критический пересмотр своего «Я». При этом авторы отмечают, что ощущение кризисного состояния может возникать на протяжении жизненного пути взрослого неоднократно, следовательно, кризис может наступить как раньше, так и позже. Из этого следует, что авторы рассматривают еще один возможный вариант переживания кризиса в возрасте около 40 лет, обозначаемый как кризис середины жизни [54].

Исследование природы кризиса в рамках проблемы периодизации жизненного пути личности продолжает В. И. Слободчиков. Автор делает акцент на саморазвитии человека и становлении его субъектом собственной жизни в процессе развития. В основе периодизации лежит пятиступенчатая модель становления субъектности: оживление, одушевление, персонализация, индивидуализация и универсализация. Нетрудно заметить, что на взрослый период жизни человека приходятся две последние ступени, характеризующиеся «расширением масштаба авторского творчества в развитии своей самости» [211, с. 193]. Собственно, развитие человека обусловлено вхождением его в событийные общности, каждая из которых характеризуется специфичным содержанием деятельности, ее предмета. Взрослость описывается двумя событийными общностями: воспроизводство, творчество в системе общественных деятельностей на ступени индивидуализации (от 17-21 года до 39-42 лет) и творчество в системе экзистенциальных ценностей (от 42-45 лет). Каждое вхождение в новую общность знаменуется кризисами рождения, которые обусловлены «логикой развития самого субъекта человеческих отношений, принципиальной сменой режима индивидуальной жизни» [210, с. 197]. Вступая в первую общность, субъект переживает кризис юности – разрыв идеала и реальности; вступление во вторую связано с кризисом взрослости (39-45 лет), то есть разрывом личностного и общечеловеческого смыслов жизни [210].

В рамках нашего исследования наибольший интерес представляет точка зрения автора, согласно которой достаточно четко выделяются границы интересующего нас жизненного периода, обозначенного как «кризис взрослости», – 39-45 лет. Однако обозначение его как потенциально нормативного, связанного с



переходом человека на высшую из возможных ступеней развития, не позволяет сделать вывод о том, что всем людям удастся достичь этих ступеней развития, следовательно, и пережить кризис.

В. И. Слободчиков считает, что «кризис взрослости» обозначается как кризис ценностей. Вступление на ступень универсализации развития ознаменует поиск новых ценностей, ради которых стоит жить. Успешная переоценка ценностей в данный период жизни лежит в основе формирования образа жизни в соответствии с новыми ценностями. Успешное разрешение кризиса среднего возраста, по мнению В. И. Слободчикова, включает в себя также нахождение пути дальнейшего самосовершенствования.

Таким образом, творческая деятельность наступает после переоценки ценностей в зрелые годы, которые приходятся на возраст от 44 до 60 лет. В этом возрасте у большинства людей наблюдается пик профессиональной и общественной карьеры. В. И. Слободчиков обозначает данный этап развития как вершину жизненного пути личности. Для человека, который преодолел кризис середины жизни, горизонт возможностей расширяется, повседневные проблемы остаются в тени, а на первый план выходят планирование и организация масштабной деятельности, делая жизнь человека более интересной и насыщенной [209, 210, 211].

Идеи автора согласуются с мнением большинства современных исследователей в данной области. Среди них В. А. Аверин, А. А. Деркач, Л. А. Головей, И. Ю. Кулагина, В. Н. Колуцкий, Е. Е. Сапогова, О. В. Хухлаева [125, 186, 194, 245].

Так, В. А. Аверин, А. А. Деркач, А. А. Реан и другие отечественные исследователи предлагают следующее определение феномена кризиса середины жизни: «Кризис середины жизни – психологический феномен, переживаемый людьми, достигшими возраста 40-45 лет, и заключающийся в критической оценке и переоценке того, что было достигнуто в жизни к этому времени» [186, с. 151]. Однако большинство авторов сходятся во мнении, что кризис середины жизни не является закономерным, и скорее – исключение, чем правило. Средний возраст – это некий переходный период, связанный с переопределением целей. Помочь человеку

преодолеть данный период более спокойно способно планирование перемен, связанных с изменением в сфере здоровья, семейных отношений и профессиональной деятельности [186].

Взгляды зарубежных и отечественных исследователей на проблему кризиса середины жизни обобщаются в статье С. В. Калитиной под названием «Психологический смысл кризиса середины жизни». В ней автор подчеркивает нормативный характер кризиса в период зрелости, несмотря на то, что он возникает заметно реже, чем в детстве, и обычно протекает более скрыто, без выраженных поведенческих изменений. Тем не менее «происходящие в это время процессы перестройки смысловых структур сознания и переориентации на новые жизненные задачи, ведущие к смене характера деятельности и взаимоотношений, оказывают глубокое влияние на дальнейший ход развития личности» [94, с. 7].

Анализируя работы зарубежных и отечественных авторов, мы пришли к выводу, что большое внимание уделяется изучению «переходного периода» жизненного пути, обозначаемого как период, отделяющий один этап жизненного пути от другого, характеризующийся изменением социальной ситуации и возникновением новых жизненных задач. Сама категория «кризиса» в большинстве концепций связана с возникновением сложностей при вступлении на новый жизненный этап и является следствием отягощенной формы перехода с одного жизненного этапа на другой. Наблюдается также рассогласование во взглядах исследователей на хронологические границы описываемого кризисного периода.

Несмотря на это, абсолютно все авторы сходятся во мнении, что середина жизни – это период качественных изменений личности. Нетрудно заметить, что и отечественные и зарубежные авторы связывают описание данного периода с такими процессами, как «переход», «изменение», «превращение», «перестройка» и т. д. Все эти процессы в той или иной степени раскрывают суть данного критического периода, но в то же время ни один из них не является в описательном плане для него абсолютным, в отличие от понятия «психологической трансформации», которое, ввиду своей многогранности и в некоторой степени метафоричности, все чаще используется в психологической литературе для описания кризисных периодов.

### **1.3. Психологическая трансформация личности в период кризиса середины жизни**

Термин «трансформация» полидисциплинарен, он используется многими науками (физика, экономика, биология, логика, лингвистика, математика, философия, психология и т. д.). Каждая наука обращается к этому термину для описания того или иного явления. К примеру, трансформация в лингвистике – это закономерное изменение основной языковой модели (ядерной структуры), приводящее к созданию вторичной языковой структуры (Соссюр, 1933), в биологии – изменение наследственных свойств клетки в результате проникновения в нее чужеродной ДНК.

В психологии идею трансформации несут в себе многие научные концепции. Анализируя известные теории личности, можно констатировать, что каждая из них, наряду со структурным аспектом, обладает трансформационным (динамика, развитие, рост и др.).

В отечественной психологии трансформация относительно недавно вышла из тени процессов развития. Одно из центральных значений трансформация имеет в культурно-деятельностной психологии, в рамках которой развитие психики рассматривается как переход опосредствующих структур, как межфункциональные трансформации психических систем [58]. Развитие психики осуществляется в ходе трансформации жизнедеятельности в гетерогенной среде, включения человека в расширяющие культурно-исторические отношения в мире.

В этимологическом плане слово «трансформация» образовано из двух латинских слов – «trans» и «forma». Термин «форма» – это латинский синоним греческого эйдоса, Логоса, сущности, понимаемой Платоном как праформа всяких вещей, а Аристотелем – как оппозиция материи, вместе с которой она (форма) составляет неразрывное структурное единство.

Второе слово «trans» в латинском языке означает 1) через, пере (перехожу); 2) сквозь (пронзаю насквозь); 3) за, за пределами. Учитывая это, мы приходим к выводу, что основной смысл слова «трансформация» – в превращении, преобра-

зовании, изменении чего-либо («transformis» – ‘превращенный’, ‘преображенный’, ‘измененный’).

Опираясь на данное понимание слова «трансформация», многие исследователи рассматривают его как синоним слова «изменение». Так, В. В. Козлов полагает, что трансформация в психологии и психотерапии истолковывается преимущественно как некое изменение личности. Автор подчеркивает, что кризисные периоды жизненного пути человека сопровождаются жизненной трансформацией. В основе этого процесса лежит психологический переход к более высокому уровню развития, который редко протекает плавно и безболезненно. Скорее он сопровождается периодами дезорганизации и полного отчаяния. Автор также отмечает, что в случае кризиса середины жизни подобный переход происходит спонтанно [107].

Более глубокое понимание термина «трансформация» представлено в работах М. Ш. Магомед-Эминова. Изучая историю развития представлений о психологической трансформации личности, М. Ш. Магомед-Эминов отмечает, что в психологии термин «трансформация» может быть понят как:

- один из динамических терминов (изменение, движение, становление, развитие, формирование, модификация и т. д.);
- родовой для всех других динамических терминов;
- термин постклассической психологии в том случае, когда авторы хотят заменить термин «развитие», избегая при обсуждении становления идентичности обращаться к концепции прогресса, поступательности [149].

При этом трансформация рассматривается как продуктивный процесс, в результате которого возникают некие новообразования. В данном случае исключаются как репродуктивные процессы воспроизведения, так и деструктивные, деформационные преобразования [149].

Учитывая взгляды современных исследователей, под психологической трансформацией мы *понимаем продуктивный процесс, изменение личности и ее основных структур, а также наиболее актуальных отношений, результатом которого является новообразование, свидетельствующее о переходе на новый этап развития.* С этой точки зрения нетрудно предположить, что транс-

формация личности в большей степени связана именно с критическими жизненными этапами и является их необходимым условием.

Многие авторы подчеркивают, что одним из наиболее трансформационных периодов, в то же время наименее изученным, является период кризиса середины жизни (К. Г. Юнг, М. Стайна и др.).

Раскрывая особенности трансформационного процесса в середине жизни, М. Стайн отмечает, что в середине жизни «фундаментальная целостность человека часто проходит проверку почти на грани излома... Одних кризис середины жизни ломает, других делает целостными. Из кризиса рождается более глубокая форма целостности...» [221, с. 4].

М. Стайн выделяет три стадии процесса трансформации в середине жизни. Первая стадия связана с безвозвратной утратой и требует расставания с прошлым – прошлыми мечтами, мифами, идеалами, иллюзиями. По словам автора, «их надо оплакать и похоронить». После этого наступает период «подвешенности», неуверенности: возникает множество вопросов, главным из которых является вопрос о своей прежней идентичности и понимании самого себя. Эту критическую стадию автор называет «ламинальностью». Данный период заканчивается не скоро, поэтому преждевременная попытка его завершить приводит к прекращению реализации творческого потенциала и затрудняет переход к следующему жизненному этапу. В этот период происходит формирование нового мира, рождается новая личность, а для этого необходимо время. Далее, на последующей стадии, личность приобретает более глубокие возможности для своего развития. Если цель первой половины жизни состоит в адаптации к культурной и окружающей среде, то цель второй половины жизни заключается в нахождении символического и экзистенциального смысла индивидуального сознания. Исходя из этого, автор подчеркивает, что «трансформация в середине жизни является ключевым моментом в переходе от первой половины жизни ко второй» [221, с. 5]. Каждый этап психологической трансформации личности сопровождается серьезными внутренними изменениями и требует более глубокого анализа и понимания.

Описывая процесс личностной трансформации в середине жизни, М. Стайн делает акцент на внутренних процессах переживания кризиса. Подобное понимание личностной трансформации позволяет сделать вывод о том, что данный про-

цесс происходит преимущественно во внутреннем плане личности, следовательно, трансформации подвержена, прежде всего, внутренняя субъективная реальность человека.

В настоящее время многими авторами предпринимаются попытки расширить и систематизировать представления о личностных изменениях, лежащих в основе внутренней трансформации личности в кризисный период.

Так, интегрируя идеи зарубежных и отечественных исследователей, Е. А. Ипполитова определяет феномен «кризиса середины жизни» как период в возрастном интервале от 35 до 45 лет, который характеризуется рядом трансформаций личности. По мнению автора, данный процесс трансформации включает в себя изменения в различных сферах и поведении личности, которые рассматриваются как симптомы кризиса середины жизни.

Так, в ценностно-смысловой сфере отмечается изменение мотивов, ценностей, целей, смысложизненных ориентаций; как характерная черта данного периода выделяется отсутствие смысла жизни. Аффективная сфера личности характеризуется депрессивными переживаниями, появлением чувства одиночества, высоким уровнем тревожности, неудовлетворенности жизнью и т. д. Когнитивная сфера в период переживания кризиса отягощена ригидностью мышления.

В то же время автор подчеркивает отсутствие целостного взгляда на рассматриваемую проблему кризиса середины жизни, что обуславливает необходимость обращения к методологии системного подхода (Л. С. Выготский, Б. Ф. Ломов, В. П. Кузьмин и др.), позволяющего рассмотреть данный феномен как системное изменение, в которое вовлечены ведущие структуры личности, то есть характеристики ценностно-смысловой, аффективной и когнитивной сфер [91].

Рассмотрим трансформацию данных сфер более подробно.

### **Трансформация ценностно-смысловой сферы**

Г. Г. Горелова считает, что регулирующую роль в преодолении кризисной ситуации зрелой личности играют смысложизненные ориентации. Автор отмечает, что устойчивая система смыслов и личностных ценностей является инструментом адаптации личности в условиях социальных, профессиональных и возраст-

тных изменений. Кризис середины жизни связан с переходом «к иной смысловой ориентации основных видов деятельности» [61].

Ряд авторов (В. А. Аверин, А. А. Деркач, А. А. Реан, М. В. Гомезо, В. С. Герасимова, Г. Г. Горелова, Л. М. Орлова и др.) в качестве одной из основных особенностей кризиса середины жизни рассматривают ощущение пустоты и бессмысленности жизни [54, 62, 186, 253]. Кризис проявляется в том, что «взрослый человек в середине своего жизненного пути мучительно пытается ответить на вопросы: как жить дальше? Для чего жить дальше? Зачем вообще жить дальше?» [62, с. 37].

Иными словами, на первый план выходят вопросы, связанные со смыслом жизни. Исходя из того, что категория смысла жизни в период кризиса является одной из основополагающих, необходимо остановиться на ней более подробно.

По мнению В. Франкла, стремление к поиску и реализации человеком смысла своей жизни является основным двигателем поведения и развития личности. Оно присуще всем людям и является врожденной мотивационной тенденцией. Отсутствие смысла порождает у человека состояние, которое В. Франкл назвал состоянием экзистенциального вакуума. В результате клинических наблюдений В. Франкл пришел к выводу, что человек стремится обрести смысл и ощущает фрустрацию или вакуум, если это стремление остается нереализованным [233]. Исходя из этого, нетрудно предположить, что ощущение экзистенциального вакуума является одним из симптомов возможного кризиса середины жизни.

В. Э. Чудновский проблему смысла жизни раскрывает с точки зрения немаловажного «биологического аспекта». Природные особенности, по мнению автора, не просто предпосылки, но «активные участники» процесса поиска человеком смысла жизни, влияние которых неоднозначно. Границы такого влияния подвижны и изменчивы. Существуют «пики», «всплески», когда роль биологического фактора в процессе становления смысла жизни существенно возрастает. Природные особенности в данном случае не только «ставят рамки» процессу поиска смысла жизни, но и содержат в себе возможности выхода за их пределы [250]. В период кризиса середины жизни биологический аспект, на наш взгляд, играет важную роль. Так, убывание физических сил, изменения во внешности являются

своего рода естественными катализаторами процесса переосмысления жизни, переориентации на новые модели отношения к себе и окружающему миру.

Большое значение для понимания утраты смысла жизни в кризисный период имеют взгляды Ф. Е. Василюка. По мнению автора, утрата человеком смысла является следствием противоречия во всей системе жизни, то есть в системе «сознание – бытие». Автор считает, что неспособность сознания принять бытие приводит к невозможности осмыслить и направлять его. При этом бытие, не имея возможности реализовывать устремления сознания, выходит из-под его контроля, развивая стихийные связи и зависимости, которые приводят к еще большему нарушению смыслового равновесия между сознанием и бытием [50].

К. В. Карпинский, изучая смысложизненный кризис, осуществил систематизацию подходов к пониманию кризиса смысла жизни. Данную проблему автор рассматривает в двух аспектах: персонологическом и возрастном.

Персонологический аспект подразумевает рассмотрение смысложизненного кризиса в контексте системного кризиса личностного бытия, порождающего «ядерные» структуры внутреннего мира личности, а также парализующего ее жизнедеятельность. В данном аспекте кризис не является нормативным и не имеет возрастной отнесенности [98].

Возрастной аспект проблемы кризиса смысла жизни разрабатывается в рамках теорий развития в контексте онтогенетической динамики личности. В данном аспекте кризис смысла жизни рассматривается как нормативный и соотносится преимущественно с возрастом середины жизни [77]. Исходя из этого, нетрудно предположить, что середина жизни сопровождается смысложизненным кризисом, характеризующимся трансформацией ценностно-смысловой сферы.

Еще один подход к пониманию трансформации ценностно-смысловой сферы личности в кризисный период мы наблюдаем в работах И. А. Калинина. Для описания механизма возникновения кризисного состояния автор вводит понятие «ценностной и смысловой невесомости». По мнению автора, в рамках жизненного кризиса как временного периода переживаний человека «происходит стремительный процесс «обнуления» (стремление к нулевой точке отсчета) какого-либо параметра мотивационной и/или целевой составляющей личностного смысла по отношению к конкретной ценности, являющейся для человека значимой» [93,



с. 108]. В ответ на экстраординарное жизненное событие возникает мотивационный или целевой вакуум. Резкость процесса обнуления приводит к потере «ценностной опоры», результатом чего является «смысловая невесомость». Преодоление кризисного состояния, как отмечает автор, невозможно до тех пор, пока не будет сформирована новая иерархия ценностей, выполняющая функции ценностной опоры. На наш взгляд, в основе данного механизма развертывания кризисного состояния лежит трансформация ценностно-смысловой сферы человека, связанная с процессом «обнуления» (утратой значимости прежних ценностей и смыслов), потери «ценностной опоры» и ощущением «смысловой невесомости».

Б. Ливехуд трансформацию ценностно-смысловой сферы видит в утрате некоторыми ценностями своей смыслообразующей функции в кризисные периоды жизни. Ограниченность ценностей, принятых человеком и связанных только с работой, карьерой или успехом, он рассматривает как причину кризисов в период зрелости. Поэтому возникает необходимость найти новые ценности, для которых стоит жить [142]. Таким образом, период кризиса середины жизни сопровождается изменениями психологического будущего, смысла и ценности жизни. При этом система личностных смыслов человека реорганизуется в соответствии с его новым видением своего места в жизни, новым пониманием своих целей.

### **Трансформация когнитивной сферы**

Ряд исследователей (В. А. Аверин, А. А. Деркач, А. А. Реан и др.) одним из основных новообразований среднего возраста рассматривают достижение человеком состояния мудрости, понимаемой как «экспертная система знаний о жизни, которая помогает ему преодолеть середину жизненного пути более спокойно» [186, с. 151-154]. Данное положение опирается на идеи немецкого ученого П. Балтеса, по мнению которого мудрый человек способен проявить гибкость мышления, позволяющую ему адаптироваться к меняющимся условиям [20].

Схожую точку зрения высказывают М. В. Гомезо, В. С. Герасимова, Г. Г. Горелова, Л. М. Орлова, подчеркивая, что если человек средних лет проявляет «умственную жесткость», то ему будет сложнее приспособливаться к изменяющимся условиям жизни [54].

В связи с этим О. Б. Дарвиш рассматривает ригидность как одну из главных проблем среднего возраста, подчеркивая, что данное качество препятствует переформулировке целей на более реалистичные [69].

Идеи О. Б. Дарвиша продолжает О. В. Хухлаева, утверждая, что ригидность мышления с возрастом чаще всего возрастает, это, в свою очередь, затрудняет переориентацию человека на новые жизненные задачи и, следовательно, способствует переживанию кризиса в среднем возрасте [245].

Г. Г. Горелова подчеркивает существенную роль гибкого, творческого мышления в период кризиса середины жизни. По ее мнению, именно стереотипность мышления человека зрелого возраста провоцирует более глубокое переживание критической ситуации [61, 62].

Стоит отметить, что представленные взгляды исследователей на проблему трансформации когнитивной сферы личности в период кризиса середины жизни подчеркивают наличие противоречия между особенностями мыслительных процессов в данном возрасте (преобладание ригидных установок) и отсутствием необходимых условий для преодоления кризисного периода (творческое мышление). Данное противоречие, на наш взгляд, создает внутреннюю динамику в процессе преодоления кризисной ситуации человеком, то есть внутреннюю необходимость поиска более гибкого способа взаимодействия с окружающей действительностью.

### **Трансформация аффективной сферы**

Трансформация вышеописанных сфер, имеющая большое значение в переживании кризиса середины жизни, сопровождается изменениями в аффективной сфере.

Многие зарубежные исследователи (К. Г. Юнг, Д. Левинсон, П. Массен, Г. Шихи и др.) отмечают, что в середине жизни оценка расхождения жизненных планов с действительностью, как правило, субъективно окрашивается в отрицательные тона и в большинстве случаев связана с эмоционально тягостными переживаниями: чувством неполноценности, инертности, депрессии [157, 258, 273, 289].

Схожие взгляды на трансформацию эмоциональной сферы личности в период кризиса середины жизни можно проследить в работах отечественных психо-

логов. Так, Р. М. Грановская связывает появление пессимистического настроения и неудовлетворенности жизнью с «расхождением между мечтами и целями, поставленными в молодости, и действительностью». По мнению автора, мечты часто имеют оттенок фантазии, нереальности, поэтому оценка собственных реальных достижений может оказаться окрашенной негативными эмоциями [64].

По мнению М. В. Гомезо, В. С. Герасимовой, Г. Г. Гореловой, Л. М. Орловой, кризисный период сопровождается депрессией, при которой человек субъективно испытывает мучительные эмоции и переживания – подавленность, тоску, отчаяние [54].

В качестве эмоциональных процессов, сопровождающих кризис середины жизни, О. В. Хухлаева выделяет стойкое снижение настроения, негативное восприятие актуальной ситуации, пессимизм, эмоциональную усталость. В ситуации кризиса проявляются снижение интереса, апатия, скука, выраженное субъективное чувство одиночества и высокая тревожность [244, 245].

По мнению Г. С. Абрамовой, чувство одиночества и тревоги в данном возрасте связано в основном с уходом детей из семьи [1].

Следовательно, трансформация аффективной (эмоциональной) сферы в период кризиса середины жизни связана со смещением полюса эмоционального состояния человека в негативную сторону. В данный период наблюдаются такие особенности эмоциональной сферы, как депрессия, неудовлетворенность жизнью, высокий уровень тревожности, выраженное чувство одиночества. При этом данное эмоциональное состояние обусловлено как объективными факторами жизни (уходом детей из семьи, изменениями во внешности и т. д.), так и субъективным переживанием несоответствия действительности и ранее намеченных целей.

Обобщая идеи отечественных и зарубежных ученых о трансформации личности в кризисный период, стоит отметить важность отраженного в сознании субъективного отношения человека к наблюдаемой трансформации, то есть его переживаний.

Проблема переживаний – одна из центральных в теориях классиков отечественной психологической школы. Так, Л. С. Выготский подчеркивал, что «переживание – есть единица, в которой в неразложимом виде представлены, с одной стороны, среда, то, что переживается, – переживание всего относится к чему-то

находящемуся вне человека, – с другой стороны, представлено то, как я переживаю это, то есть все особенности личности и все особенности среды представлены в переживании» [56, с. 114]. Иными словами, в переживании заключено единство личности и среды, что подчеркивает социально-культурную обусловленность описываемой категории.

Рассматривая переживания как особый аспект сознания, С. Л. Рубинштейн подчеркивает его единство с другим моментом – знанием. Именно единство переживания и знания составляют сознание индивида.

Наряду с переживанием, которое охватывает все непосредственно испытываемые субъектом психические состояния (к примеру, при переживании красочности мира), С. Л. Рубинштейн выделяет переживания, которые становятся событиями его внутренней жизни. При этом переживание, в широком смысле слова, – это своеобразное проявление индивидуальной жизни. В более узком понимании, данное проявление становится переживанием, когда приобретает личностный характер. Подобный личностный контекст выступает в сознании переживающего как связь целей и мотивов, определяющих смысл переживаемой ситуации. Следовательно, в переживании на первый план выступает не предметное содержание того, что отражается, а его значение для человека. Иными словами, «переживанием становится для человека то, что оказывается для него личностно значимым» [192, с. 11].

С. Л. Рубинштейн рассматривает переживание, прежде всего, как субъективную сторону реальной жизни человека, делая акцент на его включении в определенный объективный план, соотнесенный с личностью как с реальным субъектом. Учитывая это, любое переживание является переживанием чего-то определенного, что представлено во внешнем плане. Таким образом, внутренняя природа переживания, возникающего в кризисный период, выявляется в его отношении к внешнему изменению.

Принимая во внимание взгляды отечественных психологов, под переживанием мы понимаем «особое, субъективное отражение, причем отражение не окружающего предметного мира самого по себе, а мира, взятого в отношении к субъекту, с точки зрения представленных им (миром) возможностей удовлетворения актуальных мотивов и потребностей субъекта» [50, с. 6].

Способность сознания человека конструировать модели мира, порождая многомерное пространство субъективной реальности, позволяет говорить о том, что переживания каждого отдельного человека уникальны. В связи с этим кризисные переживания не могут быть описаны каким-либо общим набором слов, они индивидуальны, для каждого человека наполнены особым смыслом. В настоящее время проблема изучения смысловой организации индивидуального сознания является одной из центральных в психологическом сообществе. Основные идеи относительно индивидуальной системы значений и смыслов, обеспечивающие многообразие кризисных переживаний, отражены в рамках психосемантического подхода к исследованию субъективного опыта. Основные понятия и идеи, изложенные в рамках данного подхода, позволят сформулировать более четкие представления о системе индивидуальных значений, сквозь призму которой происходит восприятие субъектом мира, других людей, себя самого и собственных переживаний.

#### **1.4. Психосемантический подход в исследовании индивидуального сознания. Психология индивидуальной семантики и психосемантики**

В настоящее время психосемантический подход привлекает внимание многих научных деятелей. Личность испытуемого в рамках данного подхода рассматривается, прежде всего, как носитель определенной картины мира, как некоторый микрокосм индивидуальных значений и смыслов [178].

Концептуальную основу психосемантического подхода составила теория личностных смыслов А. Н. Леонтьева [135, 136, 137], в рамках которой индивидуальное сознание представлено в единстве трех составляющих:

– значение – «это ставшее достоянием моего сознания в более или менее своей полноте и многосторонности обобщенное отражение действительности, выработанное человечеством и зафиксированное в форме понятия, знания или даже

умения как обобщенного “образа действия”, нормы поведения и т. д.» [135, с. 190].

– личностный смысл – индивидуальное значение для субъекта, создающее «пристрастность человеческого сознания». Основными формами проявления личностного смысла являются неосознанные установки, эмоциональная окраска, трансформации психического образа. Представленность личностного смысла субъекту в языковой форме свидетельствует о его осознанности;

– чувственная ткань – чувственная данность мира в форме представлений, впечатлений, наглядных образов, которая является связующим звеном между субъектом и внешним миром.

Все три составляющие сознания выступают как единое функциональное целое. Значение надындивидуально, объективно, непсихологично и фиксируется в языке. Понятие значения предполагает то, что сознание является частью некоего культурного целого, в рамках которого оно развивается, где исторически сконцентрирован опыт общения, мировосприятия, деятельности. Л. С. Выготский писал о значении как молярной единице, позволяющей передавать социальный опыт от субъекта к субъекту и присваивать его [178].

Формой существования значения в индивидуальном сознании выступает система соотнесения и противопоставления слов в процессе их употребления и деятельности, а психологической структурой – система семантических компонентов. С точки зрения А. А. Леонтьева, психологической онтологией данной системы выступает система ассоциативных связей слов [131].

Однако очевиден тот факт, что индивидуальное сознание не может быть сведено к безличному знанию. Учитывая принадлежность знания живому субъекту, его включенность в систему деятельности субъекта, оно всегда пристрастно и значимо, то есть имеет смысл.

Таким образом, понятие смысла указывает на укорененность индивидуального сознания в бытии человека, в то время как понятие значения отражает его подключенность к общечеловеческому сознанию. Общая функция значения – сохранение и трансляция общественного опыта, обеспечение его воспроизводимости. Общая функция смысла – создание и структурирование жизненного пространства индивида [188].

Из этого следует: до того как социальные объекты актуализируются в сознании субъекта, они должны приобрести свое место в пространстве личностных смыслов, иными словами, должны быть усвоены и присвоены субъектом.

Взгляды А. Н. Леонтьева составили концептуальную основу психосемантического подхода. Однако становление данного подхода связано с развитием в отечественной психологии парадигмы моделирования семантических структур субъективного опыта. Данная парадигма объединила в себе две линии исследований – субъективную семантику, представленную школой Е. Ю. Артемьевой, и экспериментальную психосемантику, разрабатываемую В. Ф. Петренко, А. Г. Шмелевым и др. [35].

Обозначенные области психологии имеют существенные отличия, главным из которых является предмет исследования. Психология субъективной семантики исследует и реконструирует структуры субъективного опыта (системы значений и смыслов), на основе которого строится образ мира человека, рассматриваемый как составляющая сознания. Предмет психосемантики – моделирование систем значений как структур репрезентации опыта в сознании. Необходимым условием построения моделей психосемантики является заранее известное существование семантического пространства, организованное по типу разнообразных метрических пространств [200].

Несмотря на различный предмет исследования, по мнению В. П. Серкина, психология субъективной семантики и психосемантика имеют схожие задачи:

1. Связать исследуемое значение (стимул) с другими значениями, системами значений.
2. Выделить среди этих связей наиболее значимые.
3. Интерпретировать на основе выделенных связей отношение испытуемого к исследуемому знанию.
4. Обобщить полученные результаты, то есть предложить модель структуры субъективного опыта.

Отличие между двумя областями психологии наблюдается при решении последней задачи. В психологии субъективной семантики описывается образ мира с минимальным количеством ограничивающих допусков, в психосемантике

строятся операциональные аналоги промежуточной переменной с использованием опосредующих математических процедур.

В качестве модельной формы репрезентации содержания индивидуального сознания в психосемантических исследованиях выступают субъективные семантические пространства, представленные как задаваемое экспериментальными процедурами многомерное пространство описания стимула. Построение семантических пространств реализует, как правило, две основные задачи: создание операционного аналога категориальной структуры индивидуального сознания и реконструкцию семантического состава значений как единиц индивидуального сознания [179].

Таким образом, психосемантический подход к исследованию личности реализует парадигму «субъектного» подхода к пониманию другого. При этом в рамках данного подхода особый интерес для нас представляет возможность осуществления содержательной интерпретации выделяемых структур (факторов), позволяющей воссоздать способы осмысления и интерпретации мира, обусловленные следами индивидуального опыта субъекта.

Возвращаясь к вопросу о кризисных переживаниях, важно отметить, что субъективный опыт играет основополагающую роль в вопросе детерминации кризисных переживаний. Современные научные разработки в данной проблемной области позволили выявить зависимость кризисных переживаний от ведущего личностного конструкта (Л. А. Пузырева, 2006), который задает континуум интерпретации кризисных переживаний. В то же время, несмотря на существенный вклад в решение проблемы детерминации кризисных переживаний, остается вопрос о том, только ли субъективным опытом обусловлены кризисные переживания. Имеют ли место в вопросе детерминации кризисных переживаний более широкие социально-психологические факторы?

Подобные вопросы, несмотря на подчеркнутую значимость субъективного опыта в вопросе индивидуализации кризисных переживаний, позволяют сделать вывод о том, что существует особая необходимость исследования средовых факторов, в частности факторов прошлого опыта, относящихся к системе семейных, родовых отношений и находящих свое отражение в семейной истории каждого отдельного рода. Ввиду недостаточности эмпирических данных в данном вопросе



актуальное исследование посвящено изучению влияния семейной истории на субъективную семантику кризисных переживаний.

## ВЫВОДЫ ПО ПЕРВОЙ ГЛАВЕ

Подводя итоги изучению феномена кризиса середины жизни в системе представлений о кризисах личности, мы пришли к следующим выводам:

1. В настоящее время в научном сообществе наблюдается дифференциация взглядов ученых по поводу соотношений таких понятий, как «кризис» и «критический период». Одни авторы отождествляют понятия «кризис» и «критический период», считая кризис неизбежным следствием любого критического периода (Э. Эриксон и др.); другие, напротив, разводят их, выделяя существующие между ними отличия (А. Н. Леонтьев, Л. И. Божович). Взгляды последних позволяют рассматривать критический период (как неизбежный переход от одной стадии развития к другой) вне зависимости от наличия кризиса, который на определенных жизненных этапах носит вероятностный характер.

2. Развитие идей о кризисах и критических периодах связано с выходом представлений об этих феноменах за рамки возрастной и детской психологии, где они преимущественно возникли. В настоящее время все больше исследователей обращают внимание на кризисы людей в период зрелости, в том числе в середине жизни. Несмотря на возросший интерес к кризисному периоду, возникающему в середине жизни, данная тема до сих пор актуальна ввиду своей многогранности и относительной малоизученности.

3. В системе представлений о кризисах личности кризис середины жизни рассматривается и как возрастно-нормативный (являющийся обязательным для зрелой личности и имеющий временную локализацию), и как личностный (имеющий экстраординарный характер). В последнее время многие исследователи все чаще подчеркивают потенциально-нормативный характер описываемого периода, который связан с переходом человека на высшую из возможных ступеней развития. Таким образом, период кризиса середины жизни, характеризующийся определенными границами (38-45 лет), рассматривается как «переходный период». Данный период отделяет один жизненный этап от другого, а также сопровождается изменением социальной ситуации и возникновением новых жизненных задач. Категория «кризиса» связана с возникновением сложностей при вступле-

нии на новый жизненный этап и является следствием отягощенной формы перехода с одного жизненного этапа на другой.

4. Период кризиса середины жизни характеризуется качественными изменениями личности. Для более глубокого и многогранного описания подобных изменений в психологической литературе используют понятие «психологической трансформации». Под психологической трансформацией мы понимаем продуктивный процесс, некое изменение личности и ее основных структур, а также наиболее актуальных отношений, результатом которого является новообразование, свидетельствующее о переходе на новый этап развития.

5. Интерес к проблеме психологической трансформации в период кризиса середины жизни обуславливает увеличение исследований, которые ставят перед собой цель систематизировать наблюдаемые в середине жизни изменения. Таким образом, в настоящее время наиболее подробно описана трансформация ценностно-смысловой, аффективной и когнитивной сфер. Однако подобная систематизация носит более общий характер, рассматривается без учета жизненного контекста человека, практически не охватывая его психологическую трансформацию в контексте отношений с внешним социальным миром. Ввиду недостаточности изучения вопроса нам представляется актуальным изучение особенностей трансформации личности в период кризиса середины жизни.

6. В рамках проблемы психологической трансформации личности в кризисный период наиболее актуальным как с теоретической, так и с практической точек зрения остается вопрос о субъективном отношении человека к наблюдаемым изменениям и преобразованиям, то есть о его переживаниях. Под переживанием мы понимаем «особое, субъективное отражение, причем отражение не окружающего предметного мира самого по себе, а мира, взятого в отношении к субъекту, с точки зрения представленных им (миром) возможностей удовлетворения актуальных мотивов и потребностей субъекта» [50, с. 6].

7. Переживания, возникающие в данный период, отличаются многообразием и в то же время уникальностью. Несмотря на схожесть наблюдаемой трансформации в период кризиса середины жизни, переживания каждого отдельного человека индивидуальны. Подобная неоднозначность кризисных переживаний связана со способностью сознания человека к порождению многомерного про-

странства субъективной реальности, в рамках которого переживания рассматриваются сквозь призму индивидуальных значений и смыслов. Учитывая это, мы полагаем, что кризисные переживания имеют субъективную семантику, обуславливая многоплановость и неоднозначность проживания описываемого кризисного периода.

8. В настоящее время открытым остается вопрос о факторах, влияющих на субъективную семантику кризисных переживаний. Учитывая социально-культурную обусловленность описываемой категории, есть основания полагать, что большую роль в кризисных переживаниях играют средовые факторы, в частности факторы семейной истории. Вопрос о роли прошлого опыта в кризисных переживаниях до сих пор остается открытым. Ввиду недостаточности эмпирических данных по этому вопросу актуальное исследование посвящено изучению влияния семейной истории, в частности опыта прошлых поколений, на субъективную семантику кризисных переживаний.

## **ГЛАВА 2. ОСНОВНЫЕ ПОДХОДЫ К ИССЛЕДОВАНИЮ СЕМЕЙНОЙ ИСТОРИИ В ЗАРУБЕЖНОЙ И ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ**

Индивидуальный жизненный опыт каждого человека находится в непосредственном взаимодействии с опытом представителей предшествующих поколений. Этот опыт пронизан историческими событиями, значимыми для всех людей, живущих в тот или иной временной период. Такого рода взаимодействие свидетельствует не только о том, что каждый человек является своеобразным звеном в цепи поколений, но и о наличии некой межпоколенной связи между ними. Не случайно в своих трудах Анн Анселин Шутценбергер подчеркивает, что каждый из нас является частью общей для всех истории, и даже самые отдельные события гораздо ближе к отдельному человеку, чем можно себе представить [261].

Ключевым моментом для понимания влияния на человека факторов семейной истории стали исследования в области генетики и психогенетики, в частности используемое в рамках данных исследований понятие наследственности. Получив в дальнейшем более широкую трактовку, выходящую за рамки данных наук, описываемое понятие стало использоваться в психологической науке, где наследственность определяется как «свойство живых систем воспроизводить свою организацию или, иначе говоря, воссоздавать себе подобных в ряду поколений» [30, с. 291].

Роль генетических и психогенетических исследований для понимания факторов семейной истории раскрывает в своей работе С. Ю. Лавренчук. Автор отмечает междисциплинарный характер категории наследования, подчеркивая при этом, что в настоящее время проводится кросскультурный анализ факторов наследования, а также исследуется соотношение биологических и средовых факторов, которое является одной из основных проблем современных исследований.

Говоря о соотношении биологических и средовых факторов, можно отметить: многие авторы сходятся во мнении, что наследование генотипа потомками

объединяет их с родителями общими генами, которые оказывают влияние на развитие. Однако эпигенетические процессы не являются закрытыми, на них могут оказывать влияние факторы среды, а следовательно, «любые исторические случайности» [156, с. 581].

Отсюда мы делаем вывод о существовании как минимум двух механизмов наследования: генетических и негенетических, объединенных в форме традиций, норм, правил и т. д. Из этого следует, что семейная история, наравне с культурными нормами и традициями, относится к негенетическим факторам наследования, а также является одним из важнейших факторов, влияющих на формирование личности.

В настоящем исследовании под семейной историей мы понимаем «совокупность знаний о членах семьи старших поколений (их личностных особенностях и судьбе), особенностях отношений между членами рода (включая отношения между представителями одного и представителями разных поколений), а также семейных традициях, правилах, ритуалах, фиксированных в семейной памяти в частично мифологизированной форме» [180].

Традиционно в психологической науке семейная история изучалась в контексте исследований межпоколенных отношений и трансляции семейного опыта (Е. А. Михайлова, И. Ю. Хамитова, К. Бейкер, Е. А. Петрова, М. В. Сапоровская, Е. В. Куфтяк, М. А. Сизова). Различные научные подходы к пониманию того, как прошлое присутствует в настоящем, способствовали пониманию смысла семейной истории для человека, раскрыли основные механизмы передачи и влияния семейной истории как фактора формирования личности.

## **2.1. Основные подходы к проблеме семейной истории в зарубежной психологии**

Веками великих мыслителей интересовал вопрос о том, как прошлое присутствует в настоящем. Еще в древней мифологии мы видим этому подтвержде-

ние. Так, например, Платон в «Мифе Эрр Памфлиен» касается проблемы межпоколенной связи [190]. Он описывает, как души теряют память обо всем и забывают, что они видели до рождения. Это забывание предшествующих знаний позволяет жить здесь и теперь, создавая собственное личное будущее, в известной степени свободное от гнета прошлого.

В психологической науке вопрос о межпоколенной связи и наследовании не является новым. Следует отметить, что в зарубежной психологии эта проблематика развивалась главным образом в контексте клинической психологии и психотерапии. Идея о существовании специфической связи между разными поколениями зародилась и начала интенсивно изучаться в рамках психоаналитического подхода.

З. Фрейд в своих работах «Введение в психоанализ» (1917), «Новые лекции по психоанализу» и т. д. развивал идею о том, что индивидуальный опыт человека, как правило, носит отпечаток опыта, накопленного предшествующими поколениями. Этот «отпечаток» проявляется в чувстве, передающемся из поколения в поколение «в привязке к той или иной ошибке, которую люди больше не держат в сознании и о которой вспоминают меньше всего» [234, с. 138]. Часто, по словам автора, это наследуемое тяжелое чувство проявляется в «тревожащей странности», которую З. Фрейд определил как «неожиданное возвращение элементов, которые должны были быть уже давно преодолены или вычеркнуты и которые достались нам от прошлого, от первобытного человека...» [234, с. 142]. Следует подчеркнуть, что эти элементы (передаваемые от предков к потомкам) связаны «с ужасом, отвращением, тревогой, чем-то пугающим», поэтому они вытеснены и передаются на бессознательном уровне. Однако в работе «Тотем и табу» З. Фрейд (1913) весьма определенно заявляет о необходимости связей между поколениями: «Если психические процессы одного поколения не передавались бы другому, не продолжались бы в другом, каждому пришлось бы вновь учиться жизни, что исключало бы всякий прогресс и развитие» [235, с. 63]. Неосознаваемую связь между поколениями З. Фрейд называет «коллективной душой».

Продолжая и развивая идею З. Фрейда о межпоколенной связи, К. Г. Юнг вводит в психологию понятие «коллективного бессознательного», прочно удерживающее свои позиции в современной психологии, философии, теологии. Согласно К. Г. Юнгу, коллективное бессознательное существует вне всякого индивидуального личного опыта. В нем аккумулирован весь человеческий опыт, который представлен в архетипических образах и моделях, передаваемых от поколения к поколению [269]. Архетипы являются основой общечеловеческой символики мифов, сказок, художественных тестов. Так, М. В. Сапоровская приводит следующий пример: трудно найти в России человека, который не знает сказку о Курочке Рябе. Большинство современных родителей никогда не задумывались над содержанием этой сказки, кроме того, пересказывают ее своим детям так, как слышали от своих родителей. Между тем эта сказка несет на себе отпечаток многовековой культуры и включает в себя разные архетипы: Яйцо как символ рождения чего-то нового; Мышь как архетип – заместитель Бога, архетип Чуда; Дед и Баба – как представители предшествующего поколения стремятся уничтожить новое, неизвестное ранее, то, с чем ни разу в своей жизни не сталкивались (имеется в виду Золотое Яйцо). Следовательно, возможно, в этой «невинной» сказке уже закреплена идея о неизбежности противостояния старшего и младшего поколений [197].

В своей работе «Брак как психологическое отношение» К. Г. Юнг утверждает, что «каждый мужчина с давних времен носит в себе образ женщины, образ не данной конкретной женщины, а некоторой женщины. В сущности, этот образ является бессознательной, восходящей к древности и запечатленной в живой системе наследственной массой, «типом» (“архетипом”) всех переживаний многих поколений предков, связанных с женским существом, сгустком всех впечатлений о женщине, врожденной психической системой адаптации. <...> То же самое касается и женщин; они тоже имеют врожденный образ мужчины» [270, с. 48].

Таким образом, в теории З. Фрейда и К. Г. Юнга ясно прослеживается идея о существовании между поколениями сильной неосознаваемой связи, которая



представляет собой передачу предками и принятие потомками идей, образов, переживаний, чувств и т. д.

В целом следует отметить, что в 30–50-е годы XX века все больше психоаналитиков в своих работах коснулись идеи о существовании межпоколенной связи. Среди них Э. Эриксон, Э. Фромм, Г. Салливан и др.

Наиболее интенсивно проблема межпоколенной связи и наследования развивалась и продолжает развиваться в различных направлениях **семейной психотерапии**.

В психоаналитическом направлении (классическом психоанализе) семейной психотерапии идея межпоколенной связи раскрывается через понятия «вытесненного конфликта» и «симбиоза поколений». Психоаналитики формулируют ряд тем, в которых отражена специфика семейного, как правило, неосознаваемого конфликта, неразрешенность которого в предшествующем поколении является условием его передачи последующему поколению. Среди них следующие темы: «Недостаток любви и заботы о другом», «Разочарование в другом», «Мечь другому», «Ярость и агрессия», «Грусть и печаль», «Страсть», «Тоска и одиночество», «Ладить с другими любой ценой». Возможным механизмом межпоколенной передачи этих тем, с позиции авторов, является «симбиоз» (неразделимая неосознаваемая связь) между поколениями, имеющий либидозную природу (Mahler, 1952).

В рамках психоаналитической семейной терапии интенсивно развивались идеи трансляции семейного опыта, которые позже получили дальнейшее развитие в рамках трансгенерационного подхода.

В 60–70-е годы XX века Ф. Дольто, Н. Абрахам, И. Бузормени-Надь ставят сложную проблему трансгенерационной передачи не полностью разрешенного конфликта, семейных тайн, преждевременных смертей и выбора профессии. Так, например, Ф. Дольто в работе «Дело детей» пишет: «Каждый ребенок вынужден <...> нести груз патогенных последствий, доставшихся в наследство от патологического прошлого своей матери и своего отца». И далее: «Все, что замалчивается в первом поколении, второе носит в своем теле» [261, с. 53]. Пытаясь ответить на

вопрос о том, как происходит межпоколенная передача, как действует этот механизм, Ф. Дольто выдвинула предположение о существовании прочной связи между бессознательным матери и бессознательным ребенка в пренатальный период его развития (возможно, это и есть со-бессознательное матери и дитя, по терминологии Дж. Морено). Ребенок уже в этот период, по мнению автора, знает, угадывает и чувствует вещи, относящиеся к его семье на протяжении нескольких поколений [261].

Другой представитель трансгенерационного подхода в семейной психоаналитической терапии во Франции Н. Абрахам совместно с М. Терек вводит весьма метафорические понятия – «семейный склеп» и «семейный призрак». «Призрак – это то, что производит наше бессознательное, особенность которого состоит в том, что он никогда не был осознанным и не случайно является результатом перехода из бессознательного родителя в бессознательное ребенка. <...> Появление призрака указывает, что на потомка воздействует то, что для родителя означало рану» [261, с. 71]. Другими словами, «призраком» является тот предок, неразделимая связь (или «дуальное единство», по терминологии авторов) с которым не осознается, но поддерживается и передается из поколения в поколение в виде «белых пятен», «тайн», «недоговоренности» и т. д. Возможно, эта сложная связь поддерживается посредством «двойной связи», то есть «двойного послания с двойным принуждением», а именно, как отмечает А. А. Шутценбергер, «говорить об этом нельзя, но этот запрет не позволяет забыть и не говорить».

И. Бузормени-Надь, представитель филадельфийской школы психотерапии, которая внесла свой вклад в развитие трансгенерационного подхода, вводит ряд не менее метафорических понятий, связанных с этикой трансгенерационных отношений. Здесь следует подчеркнуть, что для него отношения являются гораздо более значимой связью, чем трансгенерационные модели коммуникации. Ключевым понятием его теории является концепт скрытой лояльности (из лат., от фр. *loyal* – ‘верный’) семье. Скрытая лояльность, с позиции автора, подразумевает неосознаваемую идентификацию с членом семьи, часто трагически погибшим или пропавшим. С понятием трансгенерационной этики соотносятся идеи о «долгах и

заслугах», о «книге семейных счетов» и о «справедливости – несправедливости». «Долг лояльности семье» в данной концептуальной модели – это долг каждого ребенка по отношению к родителям за то особое отношение к нему, которое было получено после его рождения до момента взросления. Способ расплатиться за «долг» является трансгенерационным: то, что получает человек от своих родителей, он обязан отдать своим детям [261]. Таким образом, в этой теории мы находим описание психологического механизма межпоколенного воспроизводства (повторения) паттернов родительского отношения, условно говоря: «Что получил, то и отдал».

Отметим также, что в трансгенерационном подходе интенсивно развивается понятие «делегирования» (И. Бузормени-Надь, М. Андолси, Х. Стерлин, и др.), например, «долга, который передают от одного поколения к другому, как горячую картофелину» [261, с. 28].

В рамках **семейной системной психотерапии** интерес к проблеме межпоколенной передачи прослеживается столь же явно.

В работах М. Боуэна идеи о межпоколенной связи и трансляции семейного опыта прослеживаются сквозь призму теории систем, где семья понимается как совокупность взаимосвязанных единиц. В семейной системе психические функции одного человека обуславливают психические функции другого ее члена; в семье происходит постоянное взаимное регулирование. М. Боуэн вводит понятие «совокупного семейного Я» и поднимает проблему передачи состояния тревоги от одного поколения к другому. Эта передача, по мнению автора, происходит в том случае, если в семье существует триангуляция, то есть объединение (коалиция) представителей разных поколений. Триангуляция является показателем деструктивной связи между поколениями, так как в данном случае от поколения к поколению передается неразрешенный конфликт и состояние тревоги, связанное с ним. Помимо состояния тревоги, от поколения к поколению в семье передаются правила ее функционирования, главным образом неосознаваемые. Комплекс этих неосознаваемых правил закрепляется в семейном мифе, который проявляется в определенных паттернах функционирования семьи [226].

Заметный вклад в развитие проблематики семейной истории был внесен американским психотерапевтом, социальным психологом, автором исследовательского метода социометрии и психодрамы Дж. Л. Морено. Его размышления о семейных комплексных связях, со-сознательном, со-бессознательном, «социальном атоме», по некоторым утверждениям, стали основой метода геносоциограммы, которая позволяет зафиксировать и исследовать аффективное представление о генеалогическом семейном древе [160]. Идея Дж. Л. Морено о существовании со-сознательного и со-бессознательного людей, находящихся в сильной эмоциональной связи и составляющих «личный мир субъекта», частично позволяет ответить на вопрос о том, как происходит передача информации от одного поколения к другому. Здесь важно отметить и то, что сильная эмоциональная связь между людьми (между членами семьи) может быть разной направленности – положительной и отрицательной. Отчуждение, неприязнь, ненависть связывают людей не в меньшей мере, чем любовь, понимание и сочувствие. Следовательно, на уровнях со-сознательного и со-бессознательного передается и принимается, то есть наследуется, информация, которая может создавать как конструктивные, так и деструктивные условия для индивидуального развития.

Интегрируя различные подходы (психоаналитический, трансгенерационный, этологический), А. А. Шутценбергер создает новое направление в семейной психотерапии – психогенеологию, методом которой является трансгенерационная психогенеологическая контекстуальная терапия. Один из основных «инструментов» этой терапии – геносоциограмма – позволяет проанализировать сложное сплетение семейных историй, выявить связи между поколениями, которые представлены в жизни человека как бессознательное повторение опыта (как правило, драматического) предшествующих поколений. Работая с геносоциограммой, А. А. Шутценбергер вместе с клиентом исследует семейную историю пяти или даже девяти поколений, «копая в самую глубь веков».

А. А. Шутценбергер принадлежит открытие так называемого синдрома годовщины (хотя она и делает ссылку на исследование Ж. Хилгард, которая доказала статистическую значимость этого явления). По определению автора, «у бессоз-

нательного хорошая память, оно любит семейные связи и помечает важные события жизненного цикла повтором даты или возраста: это и есть синдром годовщины» [261, с. 99].

Довольно интересными являются взгляды В. Де Гольжака, которые формировались под воздействием различных направлений: психоанализ, гештальт-психология, телесно-ориентированная психология, социальная психология. Впоследствии все они повлияли на методы работы, точнее даже на их разнообразие, которые В. Де Гольжак использовал в своей практической деятельности.

В. Де Гольжак является автором и соавтором ряда терапевтических семинаров, в том числе и семинара под названием «Семейный роман и социальная траектория».

Семейный роман, как отмечает автор, представляет собой семейные истории, передающиеся из поколения в поколение, в которых рассказывается о событиях прошлого, о судьбах различных персонажей в семейных преданиях. «Но между «объективной» историей и «субъективным» рассказом существует расхождение, или, скорее, пространство, которое позволяет порассуждать о динамике процессов передачи, подгонке между идентичностью предписанной, желаемой и обретенной, о семейных сценариях, показывающих детям, что желательно, что возможно и что угрожает. То есть семейный роман должен вписываться в контексте социологических координат из позиций социального, экономического, культурного плана – будь то генеалогия или собственная история субъекта» [60, с. 11].

В процессе работы В. Де Гольжак использует метод «рассказа о жизни» («рассказа о прошлом»), который позволяет человеку «проработать свою жизнь». Метод включает в себя работу не только с прошлым, но и с настоящим и с будущим, в той мере, в которой оно детерминировано прошлым.

О невозможности понимания личности и ее проблематики вне контекста семейной системы и связей между поколениями говорит Б. Хеллингер, подтверждая обусловленность человека семейными отношениями и связями.

В своем методе Б. Хеллингер соединил два базовых подхода: феноменологический и системный. Автор рассматривает клиента и заявленную им тему в

контексте взаимосвязей клиента с членами его семьи (системы). В то же время в работе с клиентом он следует тому, что проявляется непосредственно здесь и сейчас, без предварительных концепций и интерпретаций.

Говоря о «семейной системе» Б. Хеллингер относит к ней тех, на кого распространяется целостность семьи. «К семейной системе относятся: братья и сестры (как живые, так и умершие), родители и их братья и сестры (как живые, так и умершие). К системе также относятся бабушки и дедушки и некоторые из прадедов и прабабок... К системе также относятся все, кто уступил место в системе кому-либо из членов семьи, например, предыдущая жена дедушки или предыдущий муж бабушки» [241, с. 122]. Согласно Б. Хеллингеру, ощутить целостность и полноту возможно, только «если я признаю их всех» и каждому дам место в своем сердце.

Метод системной семейной расстановки Б. Хеллингера состоит в том, что во время расстановки клиента и его семью замещают другие люди (заместители). При этом образуется особое «силовое поле», внутри которого заместители начинают реагировать так же, как те, кого они замещают: ведут себя так же, чувствуют так же, у них возникают симптомы реальных людей. Этот феномен был назван «заместительским восприятием» – его трудно объяснить в научной терминологии, проверить его истинность эмпирическим путем. Для того чтобы понять его, Б. Хеллингер считает необходимым «несколько изменить свое представление о мире».

Размышляя над этим феноменом, Б. Хеллингер пришел к тому, что, как ему кажется наиболее вероятным, «все мы принадлежим общей душе» [241, с. 196], которую он назвал «Большой душой». А то, что мы называем своей душой, не может быть таковой, поскольку наша душа связывает нас с нашей семьей, а через нее с «Большой душой», в которой все связаны со всеми неким знанием.

Представитель другого направления психотерапии, швейцарский врач и психолог, основатель фундаментального направления в глубинной психологии – судьбоанализа – Л. Сонди, использует понятие «родовое бессознательное», идентифицируя его как форму психической наследственности. По мнению Л. Сонди,

человек в жизни стремится реализовать притязания своих предков. Особенно ярко их влияние обнаруживается, как считает автор, в важные моменты жизни, имеющие судьбоносный характер: когда человек совершает свой профессиональный выбор или ищет место работы, выбирает спутника жизни. Таким образом, решая важнейшие вопросы самоопределения, он не является совершенно «свободным», поскольку в своем лице представляет род, своих прародителей, делегировавших ему «поручения» [271, с. 34; 217].

Близкие идеи о роли «родительского программирования» в судьбе человека развивает основатель транзактного анализа Э. Берн. Описывая различные варианты воздействия семьи, отдельных ее членов на личность ребенка, он использует понятие-метафору «сценарий», под которым подразумевает постепенно развертывающийся, формирующийся в детстве под влиянием родителей жизненный план [27]. Это своего рода бессознательное принятие ребенком предписывающего «образа» будущей взрослой жизни – судьбы «победителя» или «побежденного», «неудачника». Истоки многих жизненных сценариев, по Берну, лежат даже не в родительской семье, а в более ранних поколениях. Автору удалось проследить трансляцию сценария на протяжении пяти поколений (речь идет о сценарии «Победитель» в конкретном варианте «Мой сын будет врачом»). Очень важно, считает Берн, что именно знает человек о своих прародителях и прапрародителях, какие испытывает чувства по отношению к ним, потому что эти чувства более интенсивны, чем чувства по отношению к родителям. «К прародителям относятся с благоговением или ужасом, тогда как родители вызывают восхищение или страх» [27, с. 201].

Основоположник позитивной психотерапии Н. Пезешкиан развивает идею о важности психологического «наследия» человека для формирования его идентичности. Н. Пезешкиан использует понятие «семейные концепции», которые определяют правила отношений к людям и вещам (например, «Что скажут люди», «Аккуратность – половина жизни», «Ничего не дается легко»). От одного поколения к другому передаются не столько материальные блага, сколько стратегии переработки конфликтов и формирования симптомов, структуры мировоззрения и

структуры отношения. Концепции берут начало в критических переживаниях одного из членов семьи, в религиозных и философских идеях, укореняются, усваиваются детьми и снова передаются следующему поколению детей. Частично они осознаются и формулируются носителем в сжатой форме в виде любимых поговорок, наказов детям, комментариев к ситуациям: «Будь верным и честным, но покажи, на что ты способен» или «У нас все должно быть как в лучших домах». Большой же частью они остаются неосознанными, воздействуют не явно [176]. Один из важнейших принципов позитивной семейной психотерапии Н. Пезешкиана – принцип установления связи между семейной традицией, идентичностью и проблемами человека. Построение «концептуального семейного древа» рассматривается как эффективное средство выявления значимых тем и постановки задач в терапии, в которую вовлекаются несколько поколений [176].

Однако, в противовес идеям «родительского программирования», «коллективного прошлого», «укорененности», некоторые исследователи в своих работах отмечают, что судьба человека не всегда жестко запрограммирована и ему остается лишь следовать неким инстинктивным побуждениям. Человек, по мнению Л. Сонди, обладает потенциалами и ресурсами, которые при определенных условиях могут помочь ему преодолеть «навязанные» тенденции, опереться на собственные внутренние резервы и построить свою судьбу осознанно [271].

А. Адлер, формулируя основные положения своей индивидуальной психологии, утверждал, что поведение людей не предопределено, они не являются жертвами своего прошлого, своей наследственности или своей окружающей среды. Люди, по мнению А. Адлера, имеют выбор и делают его. Они не просто приспособливаются к своему окружению, событиям или стимулам, а могут создавать и частично или полностью изменять эти стимулы – объективно или субъективно [3].

Следует отметить, что межпоколенная связь и феномен трансляции семейного опыта (семейной истории) большинством западных психологов и психотерапевтов рассматриваются как деструктивные, патологизирующие феномены. В большинстве работ, обобщающих клинический опыт, четко прослеживается идея



о необходимости осознания, понимания, осмысления опыта предков. Именно это позволяет ослабить межпоколенную связь, затормозить процесс межпоколенного воспроизводства (повторения), что является необходимым условием дальнейшего конструктивного развития человека. Подобная исследовательская направленность прослеживается не только в исследованиях зарубежной психологии, но и в работах отечественных ученых, однако развитие идей о роли семейной истории имеет свою специфику.

## **2.2. Основные подходы к проблеме семейной истории в отечественной психологии**

В отечественной психологической науке проблема влияния семейной истории на развитие человека прослеживается и в трудах таких выдающихся ученых, как Л. С. Выготский, С. Л. Рубинштейн, Б. Г. Ананьев, А. Н. Леонтьев. Этот вопрос раскрывается через понятие социального наследования.

Традиционно под социальным наследованием понимается овладение миром человеческой культуры, усвоение общественного опыта, знаний, умений, навыков, а также психических качеств, свойственных человеку. Ребенок приобщается к миру человеческой культуры, созданной множеством поколений, при постоянной помощи и руководстве со стороны взрослого. Другими словами, социальное наследование – это передача и присвоение межпоколенного опыта. В основе этого процесса лежит межпоколенное взаимодействие. Важно подчеркнуть, что передача и усвоение социального опыта могут выступать специально организованным процессом, основу которого составляют обучение и воспитание, а могут осуществляться в процессе непосредственного общения взрослых и детей через процессы подражания и идентификации.

Идеи С. Л. Рубинштейна, сформулированные в концепции жизненного пути личности, приблизили научное сообщество к более точному пониманию того, каким образом семейная история влияет на человека. В своей концепции

С. Л. Рубинштейн представлял психику как продукт истории. Применяя принцип историзма к изучению психики человека, он подчеркивал, что «сущность человеческой личности находит свое завершающее выражение в том, что она не только развивается как всякий организм, но и имеет свою историю. В отличие от других живых существ, человечество имеет историю, а не просто повторяющиеся циклы развития, потому что деятельность людей, изменяя действительность, объективируется в продуктах материальной и духовной культуры, которые передаются от поколения к поколению. Через них создается преемственная связь между поколениями, благодаря которой последующие поколения не повторяют, а продолжают дело предыдущих и опираются на сделанное их предшественниками, даже когда они вступают с ними в борьбу» [192, с. 641].

Таким образом, С. Л. Рубинштейн подчеркивал наличие некой преемственной связи, которая в той или иной степени говорит о неоспоримой роли опыта прошлых поколений в развитии личности. Однако, по мнению С. Л. Рубинштейна, рассматривая человека как субъекта человеческой истории, не стоит забывать, что он является и ее создателем, а значит, в более широком пространстве жизнедеятельности способен к самоопределению. Следовательно, человеческий опыт обусловлен не только факторами семейной истории.

Основы понимания семейной истории, заложенные в классической отечественной психологии, получили свое развитие в современных научных исследованиях. Предметом данных исследований стали категории, описывающие природу трансляции семейной истории. Среди них: исследование социальной памяти (А. В. Суховеров), исторической и социально-исторической памяти (П. А. Заклинский, Э. В. Соколов, А. И. Ракилов), коллективной памяти (П. Т. Емельянова), а также исследования семейной и семейно-родовой памяти (Л. Ю. Логунова), социальной и поколенной идентичности (В. С. Агеев), межпоколенных отношений (М. В. Сапоровская), межпоколенной трансляции (С. Ю. Лавренчук).

В настоящее время широкое распространение получили исследования социальной памяти. Категория памяти имеет весьма длинную историю исследования,

преимущественно разворачивающуюся в биологическом аспекте. Однако на сегодняшний день все больше исследователей, наряду с биологическим аспектом памяти, рассматривают также социальный аспект, предполагая при этом, что любая генетическая информация дополняется исторической вербальной информацией. Данная информация сохраняется в нервных клетках и внешних материальных носителях (книги, памятки) и в этом смысле является основой для появления и трансляции социальной системы и человека как социального существа [116, 224]. Таким образом, именно социальная память лежит в основе сохранения и воспроизведения идентичности, свойственной для определенной общности или культуры.

Наиболее значимыми для понимания трансляции семейной истории являются работы Л. Ю. Логуновой. В своей концепции автор формулирует понятие семейно-родовой памяти, рассматривая ее как разновидность социальной памяти. «Семейно-родовая память – это программа восприятия, воспроизведения, сохранения и передачи социального наследия, сложившаяся в сознании человека как репрезентант сложнейшей социальной системы родства-свойства, являющейся базовой матрицей по отношению ко всем социальным общественным отношениям. Память окрашивает их чувствами, мифологизирует и трансформирует, передается потомкам в виде семейных историй, легенд» [144, с. 11]. По мнению Л. Ю. Логуновой, основными механизмами, обеспечивающими преемственность, являются трансляция и трансмутация. Если трансляция состоит в передаче следующему поколению опыта рода, который основан на подражании, овладении ритуалами и традициями, то трансмутация представляет собой механизм усвоения опыта предков в измененном виде. При этом автор подчеркивает, что в передаче семейно-родовой памяти в процессе межпоколенного воспроизводства важную роль играет воспитательный потенциал старшего поколения. «В размеренном межпоколенном взаимодействии старших и младших членов семьи заключается суть механизма передачи семейного капитала, трансляции семейной памяти» [144, с. 14].

С точки зрения Л. Ю. Логуновой, устойчивость семейно-родовой памяти обеспечена социокодами, то есть некими событийными, персонифицированными источниками памяти, наполненными энергетическим и сакральным смыслом. Социокоды содержат информацию о единой исторической судьбе, едином предке. Передаваясь из поколения в поколение на неосознаваемом уровне, социокоды позволяют общности (этнической, социальной или семейной) сохранять свою стабильность и целостность. При этом для сохранения целостности семейно-родовой памятью могут быть вытеснены травматические события, которые остаются в виде травматических следов, обуславливая деструктивные родовые сценарии. Автор также подчеркивает, что именно травматические события в большей степени оказывают влияние на семейный сценарий, а не положительные события и переживания. Деструктивные семейные сценарии, закрепляясь в семейно-родовой истории, передаются из поколения в поколение на бессознательном уровне, определяя тем самым судьбу потомков. Влияние данного сценария проявляется в том, что человек может невольно создавать то, чего пытается избежать в своей судьбе, актуализируя в собственной жизни стресс предков, закрепляя его и передавая следующим поколениям [144].

Таким образом, в концепции Л. Ю. Логуновой явно прослеживается обусловленность жизни человека опытом прошлых поколений. И в этом смысле прошлое, наряду с будущим, тоже является реальностью, однако носит гипотетический характер, то есть недоступно для прямого на него воздействия. Несмотря на это, прошлое всегда возможно переосмыслить, наделить новым смыслом в настоящем, изменить отношение к нему, а следовательно, освободиться от негативных сценариев.

В данной концепции отчетливо прослеживается негативное влияние прошлого опыта, на этом делает акцент автор, подчеркивая патологизирующее воздействие семейного фактора на судьбу человека. Подобная исследовательская направленность прослеживается во многих научных отечественных исследованиях.

Так, известный отечественный психотерапевт А. И. Захаров, анализируя специфику отношений в семьях детей с неврозом, фиксирует межпоколенное вос-

производство неосознаваемых сторон супружеского и детско-родительского конфликта. Он отмечает, что риск развода в актуальной семье достоверно коррелирует с наличием неполной родительской семьи в детстве супругов, когда отец уходит из семьи. Захаров отмечает, что повторение семейной драмы обеспечивает потомкам «больше шансов» на неудачный брак в будущем. Кроме того, проблемы во взаимоотношениях в прародительской семье с родителем того же пола достоверно чаще определяют риск появления аналогичных проблем в воспитании собственных детей [86].

В. Лосева, А. Луньков с опорой на теории коллективного бессознательного и транзактного анализа исследовали связь страхов перед школой родителей и детей. Авторы установили, что родители могут передавать ребенку свой неосознаваемый страх перед школой, источником которого являются не только собственный опыт, но и культурно-исторические корни, связанные с развитием человеческой цивилизации. Страх передается от родителей к детям через особенности взаимодействия с ребенком и/или учителем, а также различные варианты негативного реагирования на школьные проблемы ребенка (например, агрессию) [147].

Однако на фоне представленной группы исследований, работающих в основном в рамках клинической психологии и изучающих межпоколенную связь и межпоколенное наследование как деструктивные явления, выделяются работы исследователей, которые рассматривают данные факторы в ином контексте, подчеркивая их ресурсную роль в жизни человека (А. В. Камышева, 2006; О. В. Краснова, 2006; Т. А. Петрова, 2008; Е. А. Петрова, 2008; М. А. Сизова, 2008; С. А. Судьин, 2008; Е. В. Куфтяк, 2009).

Е. В. Куфтяк рассматривает трансгенерационный компонент семейной целостности как ее важную характеристику [127], выделяя три типа семей в зависимости от характера связи между поколениями.

Первый тип – это семьи с сохранной связью между поколениями («сохранной преемственностью»), характеризуются сохранностью передачи и принятия опыта как в направлении от предков к потомкам, так и от потомков к предкам. В

наследовании данных семей преобладает осознанный компонент – межпоколен-ная преемственность.

Второй тип – семьи с нарушенной связью между поколениями («односто-ронней передачей»). В таких семьях нарушены передача и принятие опыта в на-правлении от потомков к предкам, а в наследовании страдает осознанность.

Третий тип – семьи с нарушенной связью между поколениями («с нарушен-ной межпоколенной преемственностью»). Здесь наиболее слабо выражен осоз-нанный компонент межпоколенного наследования – преемственность, но переда-ча опыта в направлении от потомков к предкам нарушена в меньшей степени.

Е. В. Куфтяк подчеркивает, что тип межпоколенной связи во многом опре-деляется содержанием трансгенерационного компонента семейной целостности: его когнитивной, эмоциональной и поведенческой составляющей. То есть семей-ная история, семейные мифы, ценности, традиции и ритуалы, а также стиль эмо-циональных коммуникаций во многом определяют характер связи, существую-щий между поколениями в семье [127].

Вслед за Е. В. Куфтяк большое внимание особенностям межпоколенных от-ношений уделяет М. А. Сизова, рассматривая отношения с прародителями как ре-сурс совладающего поведения субъекта. Автор прослеживает взаимосвязь между характером межпоколенной связи и особенностями совладания с трудной жиз-ненной ситуацией в семейном контексте. Так, семьи с сохранной межпоколенной связью более эффективно совладают с трудной жизненной ситуацией. Супруги в таких семьях готовы оказать эмоциональную поддержку, взять на себя выполне-ние функций другого супруга. Семьи с нарушенной межпоколенной связью, стал-киваясь с трудной жизненной ситуацией, не способны решать трудности, в каче-стве ведущей стратегии совладания с ситуацией выступает самообвинение. В семьях с односторонней передачей преобладает стратегия избегания, что свиде-тельствует о безучастности членов семьи в преодолении трудной ситуации [205].

Кроме того, М. А. Сизова подчеркивает, что характер связи между поколе-ниями определяет особенности функциональности семьи. В семьях с нарушенной межпоколенной связью в качестве предикатов снижения воспитательных возмож-

ностей выступают высокий уровень критики, получаемый родителями в детстве, в сочетании с высокими показателями фиксации тревожности и сверхвключенности прародительской семьи. Сохранная межпоколенная связь в семьях предполагает гармоничность, для которой свойственны сбалансированность и способность к адаптации, взаимодействие с ребенком, основанное на принятии и сотрудничестве, а также выбор продуктивных копинг-стратегий в ситуации стресса [204].

Несмотря на многочисленные исследования межпоколенных отношений и трансляции семейного опыта, понятийный аппарат в данной области был недостаточно определен. В связи с этим последние научные разработки в данной проблемной области были направлены на теоретический анализ проблемы и дифференциацию ключевых понятий.

В настоящее время наиболее глубокий теоретический анализ проблемы межпоколенных отношений в семье был предложен М. В. Сапоровской в рамках социально-психологической концепции. Автором была представлена модель межпоколенных отношений в семье в виде категориально-понятийной вертикали. Были выделены и описаны следующие параметры: межпоколенная связь, структура, функции, факторы и механизмы межпоколенных отношений в семье. Межпоколенные отношения в семье, по мнению автора – это «процесс и результат индивидуального избирательного отражения субъективно переживаемых трансгенерационных и/или префигуративных связей между членами семейной группы как представителями разных поколений (поколенческих групп)» [196, с. 14].

В основе межпоколенных отношений лежит межпоколенная связь. Стоит отметить, что межпоколенная связь, являясь показателем соединенности, общности разных поколений, и предполагает передачу и прием опыта в направлении как от предков к потомкам (трансгенерация), так и от потомков к предкам (префигурация). Автор также выделяет два типа межпоколенной трансгенерации: межпоколенное воспроизводство и межпоколенную преемственность. Межпоколенное воспроизводство основано на идентификации и подражании, является неосознаваемым механизмом. Межпоколенная преемственность обеспечивает усвоение и воспроизведение опыта предков на основе критерия субъективной полезности.

Межпоколенная преемственность, в отличие от воспроизводства, является осознаваемым механизмом. Говоря о префигурации (префигуративной связи), автор подчеркивает, что данный механизм межпоколенной связи характеризуется принятием и усвоением предками прогрессивного опыта потомков, а значит, обеспечивает активизацию адаптивного потенциала старшего поколения.

Описываемые М. В. Сапоровской механизмы межпоколенной связи составляют основу межпоколенных отношений в семье, структура которых состоит из трех взаимосвязанных компонентов: когнитивного, эмоционального или эмоционально-оценочного и поведенческого. Когнитивный компонент – это знания и социальные представления об особенностях «своего» и «другого» поколений. Знания представляют совокупность информации о представителях рода (возраст, социальный статус, значимые даты, события и т. д.). Социальные представления являются репрезентациями, сформированными в ходе социального взаимодействия. Эмоционально-оценочный компонент межпоколенных отношений включает в себя оценку (положительную или отрицательную) характеристик «своего» и «другого» поколения семьи и эмоциональные переживания, связанные с межпоколенным взаимодействием в семье. Поведенческий компонент представлен в системе социальных установок и способах реагирования субъектов в условиях межпоколенного взаимодействия.

Кроме того, автором были подробно описаны функции межпоколенных отношений в семье. Среди них идентификационная функция (результат процесса идентификации, обеспечение поколенной идентичности); трансгенерационная функция (передача, сохранение и усвоение семейной памяти как вида коллективной памяти); ресурсная функция (обеспечение поддержки, особенно в трудных жизненных ситуациях, как целой семейной группе, так и отдельным членам семьи); коммуникативная функция (обеспечение передачи опыта поколений в процессе общения); социализирующая функция (создание условий, при которых члены семьи могут овладевать навыками взаимодействия с представителями разных поколений, освоение опыта предыдущих поколений); стабилизирующая функция (обеспечение родовой целостности семьи). Немаловажным стало выделение раз-



ного уровня факторов межпоколенных отношений в семье (социокультурный, межгрупповой, ингрупповой, межличностный, личностный) и описание видов трансгенерационных отношений: «Принятие поколениями друг друга», «Напряженность отношений», «Отчужденность поколений», «Сохранение семейной памяти». Для каждого из видов межпоколенных отношений в семье характерно наличие как позитивных, так и негативных характеристик, что может обуславливать разные векторы развития межпоколенных отношений в семье [196]. Подобное положение автора свидетельствует: в настоящее время основная тенденция научных исследований в рамках проблемы межпоколенной связи и трансляции семейного опыта состоит в том, чтобы соединить две исследовательские направленности и рассматривать не только негативное влияние прошлого опыта, но и его положительные аспекты.

Анализируя основные теоретические подходы к проблеме семейной истории в отечественной психологии, мы пришли к выводу, что развитие идей в данной проблемной области связано с изучением таких феноменов, как социальное наследование, социальная память, семейная и семейно-родовая память, межпоколенные отношения и межпоколенная трансляция. Данные феномены раскрывают природу и основные механизмы трансляции семейной истории, подчеркивая при этом важность и неоднозначность семейного фактора в судьбе человека. Несмотря на возрастающий научный интерес, в рамках данного вопроса остается много «белых пятен», которые обуславливают необходимость в новых эмпирических данных.

## ВЫВОДЫ ПО ВТОРОЙ ГЛАВЕ

1. У истоков формирования научных представлений о влиянии семейного фактора на человека, в частности истории его рода, стоят научные исследования в области генетики и психогенетики. Разработанная в рамках данных наук категория наследственности позволила обратить внимание на природу трансляции семейной истории. В частности, подробное изучение вопроса о соотношении биологических и средовых факторов наследования позволило сделать вывод о том, что на развитие человека оказывают влияние не только генетические факторы (общие семейные гены), но и негенетические (то есть факторы среды). Наряду с культурными нормами и традициями, семейная история относится к негенетическим факторам наследования, следовательно, оказывает существенное влияние на развитие человека. В настоящем исследовании под семейной историей мы понимаем совокупность знаний о членах семьи старших поколений (их личностных особенностях и судьбе), особенностях отношений между членами рода (включая отношения между представителями одного и представителями разных поколений), а также семейных традициях, правилах, ритуалах, фиксированных в семейной памяти в частично мифологизированной форме.

2. В психологической науке семейная история изучалась в контексте исследований межпоколенных отношений и трансляции семейного опыта. Исследования отечественных и зарубежных ученых в рамках данного вопроса способствовали более глубокому пониманию роли семейной истории в формировании личности. Выявленные и подробно описанные механизмы передачи и влияния межпоколенного опыта позволили говорить о совокупном семейном знании, хранящемся в семейной памяти, как о факторе, детерминирующем определенный вектор развития человека.

3. В рамках западной психологии проблема межпоколенной трансляции семейной истории получила развитие в основном в рамках психотерапевтической практики, где ведущим исследовательским инструментом является анализ клини-

ческих случаев. Подобная исследовательская направленность привела к тому, что большинство западных исследователей рассматривают феномен трансляции семейного опыта (семейной истории, в частности) как деструктивный, патологизирующий, требующий осознания и осмысления опыта предков. Подобная исследовательская направленность прослеживается не только во взглядах зарубежных ученых, но и в работах отечественных психологов, однако развитие идей о роли семейной истории имеет свою специфику.

4. В рамках отечественной психологии проблема семейной истории тесно связана с изучением таких феноменов, как социальное наследование, социальная память, семейная и семейно-родовая память, межпоколенные отношения и межпоколенная трансляция. Данные феномены легли в основу понимания природы и основных механизмов трансляции семейной истории, а также важности и неоднозначности семейного фактора в судьбе человека. На сегодняшний день основная тенденция научных исследований в рамках данной проблематики состоит в том, чтобы объединить две исследовательские направленности: изучать факторы семейной истории не только с точки зрения их деструктивного влияния на судьбу человека, но и их ресурсные возможности, в том числе в кризисные жизненные периоды. В связи с этим семейная история представляется как многогранный и неоднозначный феномен, актуальность которого обусловлена не только противоречием между его значимостью и степенью разработанности проблемы, но и возрастающим запросом в новых эмпирических данных со стороны практикующих психологов и психотерапевтов.

## ГЛАВА 3. ДИЗАЙН ИССЛЕДОВАНИЯ

В данной главе представлены программа и методы эмпирического исследования, дано их обоснование. Реализация исследовательской программы предполагала изучение влияния факторов семейной истории на субъективную семантику кризисных переживаний. Выделены параметры семейной истории, лежащие в основе дифференциации кризисных переживаний; выявлены особенности структурной организации параметров семейной истории при различных типах кризисных переживаний.

### 3.1. Программа исследования

**Объект диссертационного исследования** – кризисные переживания.

**Предмет исследования** – влияние семейной истории на субъективную семантику кризисных переживаний.

**Гипотеза исследования:**

1. Прошлый семейный опыт, находящий свое отражение в семейной истории каждого отдельного рода, оказывает влияние на субъективную семантику кризисных переживаний, обуславливая их многообразие и уникальность.

2. В основе кризисных переживаний, возникающих в середине жизни, лежит осознание нарушения динамического равновесия (баланса) в жизненном пространстве личности.

Мы опираемся на определение жизненного пространства личности, предложенное К. Левиным. Жизненное пространство представляет собой своеобразный мир психических представлений и переживаний личности, а также общее психологическое окружение индивида, включая его самого и всех других людей, имеющих для него значение.

**Цель исследования:** выявить влияние семейной истории на субъективную семантику кризисных переживаний.

### **Задачи эмпирического исследования:**

1. Выявить основные качественные изменения, наблюдаемые женщиной в период кризиса середины жизни.
2. Определить жизненно важные сферы, в рамках которых разворачиваются кризисные переживания.
3. Исследовать субъективную семантику кризисных переживаний.
4. Выявить взаимосвязь между субъективной семантикой кризисных переживаний и параметрами самооотношения женщины в период кризиса середины жизни.
5. Выявить и описать параметры семейной истории, составляющие основу для дифференциации кризисных переживаний.
6. Выявить различия в структурной организации параметров семейной истории у женщин с разной субъективной семантикой кризисных переживаний.
7. Определить факторы семейной истории, влияющие на субъективную семантику кризисных переживаний.

### **Характеристика выборки**

В исследовании принимали участие 146 женщин в возрастном диапазоне от 38 до 45 лет. Выделенный возрастной период, по мнению ряда отечественных и зарубежных исследователей, соотносится с периодом кризиса середины жизни. Это период качественных изменений личности, который, с одной стороны, лишает человека опоры в виде уже сформированных моделей отношения, с другой — актуализирует его сущностные характеристики, обуславливая множественность вариантов проживания данного жизненного периода.

Несмотря на то, что в настоящее время кризис середины жизни рассматривается и как возрастно-нормативный (являющийся обязательным для зрелой личности и имеющий временную локализацию), и как личностный (имеющий экстраординарный характер), все чаще в научной литературе подчеркивается его потенциально-нормативный характер. Показателем, свидетельствующим о возникновении кризиса на данном возрастном этапе, согласно взглядам Э. Эриксона, является нарушение генеративности. Это явилось своеобразным маркером, свидетельст-

вующим о переживании респондентами кризиса. Генеративность подразумевает ощущение продуктивности, желание влиять на окружающую действительность, преобразовывать мир. Респонденты, переживающие кризис, напротив, оказались поглощенными собой. Вся психическая энергия в данном случае направлена вовнутрь, на преобразование своей внутренней действительности.

Важно отметить, что возникновение кризиса в описываемый возрастной период связано главным образом со способностью субъекта к рефлексии, которая определяет возможность осознания им своих компетенций и способностей применительно к требованиям среды. Таким образом, способность респондентов осуществить оценку изменений, происходящих в жизненном пространстве, а также придать данным изменениям и своей жизнедеятельности смысловые основания, явилось еще одним критерием, свидетельствующим о переживании ими кризиса.

Объектом исследования выступают женщины. Подобный выбор связан с рядом причин. Во-первых, способ проживания жизни человека в зрелом возрасте во многом обусловлен его полом. Исследователи гендерной психологии (Д. Левинсон, В. Стюарт, К. Фарст, Д. Адамс) отмечают различия между женским и мужским способом проживания взрослости. Каждый из этих способов имеет свою специфику. Мужчины проживают взрослую часть жизни достаточно однозначно, это связано в основном с однородностью их устремлений и целей (добиться определенного социального статуса, то есть реализовать себя в социуме). У женщин, напротив, наблюдаются более разнородные устремления – это семья, карьера и определенный социальный статус. Имея подобные разнородные цели, женщины более остро чувствуют конфликт между карьерой и семьей, между ролью матери и хорошего специалиста. При этом подобная разнородность целей является одним из факторов, которые лежат в основе возникновения кризисных состояний.

Во-вторых, частота обращения за психологической помощью женщин значительно выше. Увеличение запроса на психологическую помощь среди женщин

создает необходимость в новых психологических исследованиях женской выборки.

Обследование носило индивидуальный характер. Соблюдались общие правила, необходимые для процедуры тестирования, принцип добровольности.

### **Характеристика этапов эмпирического исследования**

#### **Этап 1**

Цель: исследовать кризисные переживания женщины в период середины жизни.

Задачи и методы:

1. Выявить основные качественные изменения, наблюдаемые женщиной в период кризиса середины жизни, а также определить жизненно важные сферы, в рамках которых разворачиваются кризисные переживания (полуструктурированное интервью, ретроспективный анализ, обработка методами качественного анализа содержания ответов, сравнительный анализ при помощи U-критерия Манна – Уитни).

2. Провести феноменологическое исследование женских кризисных переживаний в трансформационный жизненный период (феноменологическое интервью, методы обработки: феноменологический анализ кризисных переживаний, контент-анализ).

3. Исследовать субъективную семантику кризисных переживаний (семантический дифференциал (модифицированный вариант), метафора как метод исследования кризисных переживаний, статистическая обработка заключалась в обобщении индивидуальных протоколов в общегрупповую матрицу с последующим применением факторного анализа методом главных компонент).

4. Выявить взаимосвязь между субъективной семантикой кризисных переживаний и параметрами самооотношения женщины в период кризиса середины жизни (для исследования самооотношения применялась методика С. Р. Панталева (МИС), статистическая обработка – корреляционный анализ с использованием рангового коэффициента корреляции Спирмена).

## **Этап 2**

Цель: исследовать семейную историю как фактор, влияющий на субъективную семантику кризисных переживаний.

Задачи:

1. Выделить и осуществить анализ параметров семейной истории, который актуален для женской выборки (анализ литературы, метод геносоциогаммы, полуструктурированное интервью).

2. Выявить и описать параметры семейной истории, составляющие основу для дифференциации кризисных переживаний (методы обработки – сравнительный анализ при помощи U-критерия Манна – Уитни, корреляционный анализ с использованием рангового коэффициента корреляции Спирмена).

3. Выявить особенности структурной организации параметров семейной истории у женщин с разной субъективной семантикой кризисных переживаний (структурографический анализ).

5. Определить факторы семейной истории, влияющие на субъективную семантику кризисных переживаний (факторный анализ, множественный регрессионный анализ (МРА)).

### **3.2. Характеристика методов эмпирического исследования**

Для исследования кризисных переживаний женщины мы использовали следующие методы:

- метод исследовательского интервью;
- метафора как метод психологического исследования;
- семантический дифференциал (модифицированный вариант);
- методика исследования самоотношения С. Р. Панталева (МИС).



Изучение семейной истории осуществлялось с помощью следующих методов:

- метода геносоциогаммы;
- метода полуструктурированного интервью.

## **I. Методы исследования кризисных переживаний**

### **1. Метод исследовательского интервью**

Качественное исследовательское интервью, по мнению С. Квале, направлено на то, чтобы понять мир с точки зрения собеседника, раскрыть смысл переживания человека, увидеть мир, в котором он живет, прежде чем давать ему научное объяснение [105].

В рамках актуального исследования метод исследовательского интервью использовался неоднократно. Решая различные задачи исследования, мы обратились к двум формам исследовательского интервью: феноменологическому и полуструктурированному интервью.

Полуструктурированное интервью включало следующие вопросы:

- Отмечаете ли Вы в настоящее время какие-либо изменения в Вашей жизни?
- Если да, то в каких жизненных сферах происходят изменения?

Результатом данного интервью стал обширный перечень изменений, которые женщины наблюдают на данном возрастном этапе. Среди них: изменения во внешности, в здоровье, интересах, взглядах на жизнь, в настроении, в восприятии времени, в осмысленности поступков, в эмоциях, в отношениях с окружающими и близкими людьми, в энергетике, в ценностях и т. д.

Качественная и количественная обработка данных интервью позволила нам объединить наблюдаемые респондентами изменения в 8 жизненных сферах:

1. Ценности.
2. Здоровье.
3. Жизненный тонус.
4. Внешность.
5. Отношения с близкими людьми.

6. Отношения с коллегами.
7. Эмоции.
8. Отношения с мужчинами.

Эти сферы легли в основу разработанной нами под задачу исследования проективной методики, позволяющей выявить наиболее значимые сферы для женщины в кризисный период (Приложение 1).

Вторая форма интервью – феноменологическое интервью – применялась нами для исследования переживаний женщины в кризисный период. Центральная тема интервью в данном случае – кризисные переживания женщины. Интервью включало следующие вопросы: *Вы отмечаете изменения, происходящие с Вами на данном жизненном этапе. Как вы их замечаете? Как это влияет на Вашу жизнь? Приносят ли замечаемые Вами изменения какой-либо вклад в динамику отношений, в Ваше настроение? На каком уровне проявляются Ваши переживания: психологическом или телесном?*

Феноменологическое интервью позволяет выявить качественные различия в переживаниях испытуемых, а также ухватить сущностный смысл данных переживаний [105].

Источник описания переживаний в феноменологическом интервью – реально переживающий человек, именно он является экспертом в оценке точности и адекватности описания опыта [77]. Целью феноменологически ориентированного интервью стало получение ясных, точных и систематичных описаний кризисных переживаний женщины. Выявленные аспекты кризисных переживаний, связанные с наблюдаемыми внутренними и внешними изменениями, составили основу для создания шкал семантического дифференциала, разработанного нами под задачу исследования, то есть для выявления субъективной семантики кризисных переживаний.

Использование языка испытуемых позволяет избегать навязанных личных значений на интерпретируемое содержание. При этом сам анализ результатов реализуется при помощи идиографического (выяснение индивидуальных особенностей конкретного случая, описанного в тексте конкретного интервью) и номо-

стетического (анализ всех интервью в совокупности в контексте исследуемого общего) подходов.

## **2. Метафора как метод психологического исследования**

Феноменологическое интервью позволило нам получить качественные данные, фиксируемые в протоколах интервью и представленные в словах, фразах, а также метафорах (см. с. 92-97). По мнению Л. Г. Жедуновой, особенностью подобных данных является их описательный характер, позволяющий сохранять живой естественный повседневный язык. Автор подчеркивает, что при возникновении необходимости в словесном оформлении испытываемых переживаний наблюдается определенная зависимость человека от языка. Часто испытуемый не находит слов, которые могли бы точно передать оттенки и нюансы состояния. Невербализованные переживания хорошо понятны их носителю, отличаются объемом, образностью, эмоциональной окраской и уникальностью [77]. Учитывая трудность вербализации состояния и кризисных переживаний в середине жизни, мы обратились к метафоре.

Применение метафоры как средства познания человека требует осмысления ее возможностей и границ как исследовательского метода. Многие исследователи метафоры (Д. Гордон, Дж. Миллс, Р. Кроули, П. Рикер, М. Джонсон, А. В. Брушлинский, М. Блэк, К. И. Алексеев, И. В. Вачков и др.) сходятся во мнении, что это явление многогранно, а его использование в психологической работе разнообразно.

Рассматривая метафору в общеметодологическом контексте, Т. А. Липская выделяет три основные функции метафоры в психологическом исследовании. Во-первых, это эстетическая функция, то есть метафора как эстетический феномен призвана вызывать у человека положительные эмоции, ощущение новизны, удивления, красоты. Во-вторых, психологическая функция метафоры: образуясь на основе общеупотребительных слов, она способствует наглядному представлению передаваемой информации в виде образов. По словам К. И. Алексеева, метафора «представляет неодушевленное одушевленным», наделяя отвлеченные понятия динамикой и жизненным содержанием. В-третьих, познавательная функция мета-

форы реализуется, прежде всего, в ее проясняющей деятельности. Метафора позволяет избежать в суждениях многословия и способствует их лаконичному выражению. Т. А. Липская подчеркивает, что, устанавливая взаимосвязь понятия с определенным семантическим контекстом, метафора производит конкретизацию его смысла [147].

Развивая теорию живой метафоры, П. Риккер утверждал, что она находится на границе между психологией и семантикой, осуществляя связь логического с сенсорным или вербального с невербальным [190]. Подобная функция метафоры делает ее незаменимой в исследовании реальности, трудно поддающейся вербализации, в данном случае в исследовании женских переживаний.

Рассматривая метафору как инструмент практического психолога, И. В. Вачков предлагает следующее психологическое определение: «выведение, расширение, перенос одной реальности дискурса (понятия) или содержания на другое, более яркое, вспоминающееся» [51, с. 64]. Иными словами, метафора отражает определенную позицию в понимании вопроса, транслирует данное понимание за рамки привычного контекста (вербального описания состояния) в систему иных образов, при сохранении основного значения. Подобное свойство метафоры не только делает ее незаменимой в практической психологии, но и указывает на необходимость ее использования в академической психологии как одного из качественных диагностических методов исследования.

Диагностические возможности метафоры, по мнению Т. А. Липской, вытекают из следующих свойств: 1) неопределенность стимульного материала или инструкции; 2) доброжелательная и безоценочная атмосфера исследования; 3) метафора позволяет изучить своего рода модус личности в ее взаимоотношениях с социальным окружением; 4) метафорический образ является способом выразить ту часть, относящуюся к задаче, которую сложно описать на уровне логики [143].

Все многообразие возможностей метафоры делает ее практически универсальным методом, обуславливая ее применение как психотерапевтического и диагностического метода.

Таким образом, многогранность метафоры как психологического метода позволила использовать ее в рамках данного исследования для изучения кризисных переживаний женщины в трансформационный период. Для этого на первом этапе исследования испытуемым предлагалось подобрать метафору, которая наиболее точно описывает особенности их состояния на данный момент. Таким образом, нами был составлен обширный перечень метафор, описывающих кризисные переживания женщин (Приложение 2). Далее представленный список был дополнен метафорами из художественной литературы и использовался нами на дальнейшем этапе исследования, в рамках которого каждому испытуемому предлагалось выбрать из предложенного списка три метафоры (или подобрать свои), которые наиболее объемно описывают их кризисные переживания. Таким образом, метафоры позволили вербализовать переживания испытуемых. При этом совокупность выбранных испытуемыми метафор позволяет более широко посмотреть на уникальный для каждого из них характер проживания данного жизненного периода (Приложение 3, 4).

### **3. Семантический дифференциал (модифицированный вариант) (см. Приложение 5)**

Несмотря на сходство проблематики, переживания, с которыми сталкиваются женщины, уникальны, то есть имеют субъективную семантику. Для исследования субъективной семантики переживаний мы обратились к методу семантического дифференциала.

Метод семантического дифференциала (СД) принадлежит к методам экспериментальной семантики [29, 39, 171, 179]. Он был разработан группой американских психологов во главе с Ч. Осгудом и представляет собой комбинацию процедур шкалирования и метода контролируемых ассоциаций. СД компактен, в отличие от ассоциативных методов; обладает возможностью получить численно представленные стандартизированные данные, легко поддающиеся статистической обработке. Метод СД позволяет провести непрямую экспертную оценку различных объектов и явлений, определить структуры неосознаваемых смыслов, особенности категориального аппарата. Этот метод позволяет оценить прагматиче-

ское (коннотативное) значение, связанное с личностным смыслом, эмоционально насыщенными, слабоструктурированными и малоосознаваемыми формами обобщения. Кэрролл отмечает, что оценка понятий по технике СД является «оценкой опыта индивидуума, которая делается по ряду параметров, соответствующих обобщенным качествам опыта» [298].

Процесс описания исследуемого объекта в данном методе можно рассматривать как помещение его в экспериментальный континуум, определяемый парой антонимичных терминов. Измеряемые объекты (понятия, изображения, персонажи и т. д.) оцениваются по ряду биполярных градуальных (трех-, пяти-, семи-балльных) шкал. Оценки понятий по отдельным шкалам коррелируют друг с другом. Психологическим механизмом, обеспечивающим такую взаимосвязь, считается явление синестезии.

Модификация методики включала в себя два этапа:

– Первый этап – разработка шкал СД.

При разработке шкал СД мы опирались на данные феноменологического интервью.

– Второй этап – обработка полученного материала.

При обработке полученного материала составлен перечень чувств, состояний и переживаний, которые испытывают женщины, вступая во вторую половину жизни. Данный перечень был подвергнут в дальнейшем экспертному анализу. В качестве экспертов выступили психотерапевты и психологи консультативных центров г. Ярославля (5 человек). Кроме того, полученный список был дополнен описанием наиболее существенных переживаний людей, обратившихся за психологической помощью в период кризиса середины жизни. Затем мы сравнили и дополнили полученный список данными, полученными в результате анализа художественной литературы.

Итогом данного этапа стал набор понятий, которые составили левый полюс шкал СД. Основываясь на данных шкалах, мы сформировали противоположный полюс шкалы. В итоге нами был разработан 23-шкальный СД, который использовался для более тонкого семантического анализа.

Испытуемые должны были оценить свои переживания по биполярным семибалльным шкалам СД.

Метод семантического дифференциала лег в основу исследования индивидуальной системы значений переживаний испытуемых. Субъективная семантика переживаний в данном случае представлена в форме субъективных семантических пространств.

Под семантическим пространством понимается система признаков, описаний объектной действительности, определенным образом структурированная. При реконструкции семантического пространства происходит моделирование субъективной картины мира (или отдельной проблемы) в том виде, в каком она дана сознанию отдельного человека. В результате исследователь получает возможность взглянуть на мир как бы через призму сознания самого субъекта, его глазами.

В основе построения семантических пространств, как правило, лежат статистические процедуры (факторный анализ, многомерное шкалирование, кластерный анализ), позволяющие сгруппировать ряд отдельных признаков описания в более емкие категории-факторы и представить значение из некоторой содержательной области как совокупность (многочлен) этих факторов, включенных с различными коэффициентами веса. Построение семантического пространства, таким образом, включает переход от языка, содержащего большой алфавит признаков описания, к более простому и емкому языку формализации, содержащему меньшее число категорий-факторов и выступающему своеобразным метаязыком по отношению к первому [188].

#### **4. Методика исследования самоотношения С. Р. Пантилеева (МИС) (Приложение 6).**

Наряду с качественными методами исследования, мы применяли количественные методы, среди которых методика исследования самоотношения С. Р. Пантилеева (МИС).

Самоотношение понимается в контексте представлений личности о смысле «Я» как выражение смысла «Я», как обобщенное чувство в адрес собственного

«Я». В основу понимания самоотношения положена концепция самосознания В. В. Столина, в рамках которой автор выделяет три измерения самоотношения: симпатию, уважение, близость.

Трансформация личности, с которой человек сталкивается в середине жизни, это, прежде всего, трансформация внутренней реальности, внутреннего «Я». Этот процесс связан с достаточно широким спектром чувств: от самоуважения до самоуничижения. Подобные чувства являются отражением переживания человеком собственной ценности, его самоотношения. С этой точки зрения самоотношение не является константной категорией, а значит, может меняться под воздействием тех или иных факторов. Учитывая это, мы считаем необходимым изучение структуры самоотношения в середине жизни.

Методика исследования самоотношения С. Р. Пантилеева (МИС) позволяет выявить структуру самоотношения личности, а также выраженность отдельных компонентов самоотношения: закрытости, самоуверенности, саморуководства, отраженного самоотношения, самооценности, самопривязанности, внутренней конфликтности и самообвинения.

**Шкала «Закрытость»** определяет преобладание одной из двух тенденций: либо конформности, выраженной мотивации социального одобрения, либо критичности, глубоко осознания себя, внутренней честности и открытости.

**Шкала «Самоуверенность»** выявляет самоуважение, отношение к себе как к уверенному, самостоятельному, волевому и надежному человеку, который знает, что ему есть за что себя уважать.

**Шкала «Саморуководство»** отражает представление личности об основном источнике собственной активности, результатов и достижений, об источнике развития собственной личности, подчеркивает доминирование либо собственного «Я», либо внешних обстоятельств.

**Шкала «Отраженное самоотношение»** характеризует представление субъекта о способности вызвать у других людей уважение, симпатию. При интерпретации необходимо учитывать, что шкала не отражает истинного содержания



взаимодействия между людьми, это лишь субъективное восприятие сложившихся отношений.

**Шкала «Самоценность»** передает ощущение ценности собственной личности и предполагаемую ценность собственного «Я» для других.

**Шкала «Самопринятие»** позволяет судить о выраженности чувства симпатии к себе, согласия со своими внутренними побуждениями, принятия себя таким, какой есть, несмотря на недостатки и слабости.

**Шкала «Самопривязанность»** выявляет степень желания изменяться по отношению к наличному состоянию.

**Шкала «Внутренняя конфликтность»** определяет наличие внутренних конфликтов, сомнений, несогласия с собой, выраженность тенденций к самокопанию и рефлексии.

**Шкала «Самообвинение»** характеризует выраженность отрицательных эмоций в адрес своего «Я».

## **II. Методы исследования семейной истории**

### **1. Метод геносоциогаммы**

Комплекс переживаний, возникающих в переходные периоды жизненного пути, обусловлен не только актуальными отношениями человека, но и предшествующими, в которые он включен как элемент родовой истории. Иными словами, характер кризисных переживаний зависит не только от личного опыта человека, но и от опыта семейного. Одним из наиболее эффективных методов, позволяющим воссоздать исторический опыт предков, является метод геносоциогаммы.

Метод геносоциогаммы был разработан и получил свое развитие в рамках трансгенерационной психогенеалогической концептуальной терапии, основателем которой является А. А. Шутценбергер. Геносоциогамма представляет собой генеалогическое дерево, построенное по памяти, без применения какой-либо дополнительной информации. В данном случае особое значение имеют значимые для исследуемого рода даты и события, а также эмоциональные и социометрические связи между его представителями.

Подобно генограмме, геносоциограмма не представляет собой объективное (документальное) исследование. Она отражает то, что семья хранит в памяти: значимые даты, события, семейные связи, роли, чувства и т. д. Это свидетельствует о том, что геносоциограмма построена, в большей степени, на эмоционально заряженных фактах. Наряду с этим, она также отражает и «провалы» или белые пятна – это те члены рода, с которыми была потеряна связь, которые были «вычеркнуты».

В ходе построения геносоциограммы особое значение имеет не описание всех родственных связей, а то, каким образом испытуемый их воспринимает, какие связи соединяют его самого с предками по вертикали или с родственниками по горизонтали.

Для того чтобы составить развернутое представление о семейной истории, родовом наследии семьи, испытуемые должны были схематично изобразить свое семейное дерево, используя стандартные символы (Приложение 7). В ходе построения геносоциограммы испытуемые отмечали значимых для них членов семьи и характер эмоциональной связи между ними (близкие, дистантные, разорванные отношения, конфликтные отношения и т. д.).

**2.** Для исследования семейной истории, наряду с методом проективной генограммы, мы использовали одну из форм исследовательского интервью – **полуструктурированное интервью (Приложение 8)**. В научной литературе оно определяется как интервью, цель которого – описать жизненный мир интервьюируемого, что подразумевает интерпретацию смысла описываемых феноменов [105, с. 15]. Цель интервью – конкретизация, уточнение и более глубокий анализ данных построенных респондентами проективных генограмм. Иными словами – выявление как объективных параметров семейной истории (конкретные знания, факты о судьбах членов рода, событиях, происходящих в роду), так и субъективных параметров (особенности эмоциональных отношений между поколениями и отдельными представителями рода и т. д.).

Интервью основывалось на установлении контакта и доверительных отношений с испытуемыми, что помогло получить наиболее достоверные и точные

исследовательские данные. Пример протоколов исследования представлен в Приложениях 3, 4. Таким образом, интервью включало в себя ряд вопросов, направленных на выявление особенностей семейной истории: семейных ценностей, роли мужчин и женщин в роду, характера отношений между членами рода в целом и женщинами рода в частности и т. д.

Вопросы интервью, направленные на исследование семейной истории:

1. Наблюдаете ли Вы динамику ценностей в роду?
2. Охарактеризуйте отношение представителей вашего рода к здоровью. Били ли в роду повторяющиеся заболевания?
3. Можете ли охарактеризовать женщин вашего рода как энергичных? Что являлось главным ресурсом, источником энергии для женщин рода?
4. Какое внимание уделялось внешности среди женщин рода? Каким образом реагировали на изменения во внешности, в том числе возрастные?
5. Счастливы ли женщины вашего рода?
  - Какова роль женщины в семье: как было принято относиться к женщине в семье?
  - Были ли эмоционально близкие отношения между старшими и младшими представительницами рода? Каков характер этих отношений?
  - С какой женской фигурой рода себя идентифицируете?
  - Женщины рода ориентированы на семью или на карьеру, социальный статус?
6. Можете ли Вы охарактеризовать границы вашей расширенной семьи?
  - Считаете ли Вы Вашу семью открытой?
  - Часто ли в Вашей семье принимали гостей?
  - Прослеживается ли динамика в отношениях Вашей семьи с внешним миром (друзьями, родственниками и др.)?
  - Были ли в роду изолированные семьи?
7. Были ли в семье конфликты (супружеские, детско-родительские)?
  - Как складывались отношения у женщин рода с мужчинами?
  - Какова роль мужчины (отца) в семье?

Для анализа полученных результатов были применены следующие методы: качественный анализ, корреляционный анализ с использованием рангового коэффициента корреляции Спирмена, сравнительный анализ при помощи U-критерия Манна – Уитни, факторный анализ, множественный регрессионный анализ (МРА), феноменологический анализ, структурографический анализ.

## ВЫВОДЫ ПО ТРЕТЬЕЙ ГЛАВЕ

1. Увеличение запроса на оказание психологической помощи со стороны женщин, а также специфика проживания женщинами периода взрослости (разнородность устремлений, появление первых признаков физического старения, лежащие в основе возникновения кризисных состояний) определили выбор женщин в качестве объекта исследования. В контексте семейной истории именно женщина является связующим звеном между поколениями, обеспечивая передачу совокупного семейного знания от старших представителей рода к младшим. Учитывая это, мы полагаем, что исследование женской выборки будет способствовать более точному и объемному выявлению факторов семейной истории, влияющих на субъективную семантику кризисных переживаний.

2. Специфика исследуемых феноменов (кризисные переживания, семейная история) обуславливает необходимость расширения методологического аппарата исследования и применения не только количественных, но и качественных методов исследования, позволяющих восполнить ограничения опросных методов, связанные, в первую очередь, с отсутствием контакта и доверия между исследователем и респондентом.

3. Исследование влияния факторов семейной истории на субъективную семантику кризисных переживаний должно включать в себя разные уровни анализа (корреляционный анализ, сравнительный анализ, факторный анализ, множественный регрессионный анализ (МРА), феноменологический анализ, структурографический анализ). Это позволит наиболее объемно представить специфику влияния факторов семейной истории на кризисные переживания женщины, а также выявить наиболее общие социально-психологические закономерности, необходимые для понимания субъективной картины кризисных переживаний.

## **ГЛАВА 4. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ СЕМЕЙНОЙ ИСТОРИИ НА СУБЪЕКТИВНУЮ СЕМАНТИКУ КРИЗИСНЫХ ПЕРЕЖИВАНИЙ**

### **4.1. Исследование кризисных переживаний женщины в трансформационный жизненный период**

Середина жизни – это один из наиболее трансформационных возрастных периодов на протяжении всей жизни человека. Многие современные авторы, занимающиеся данной проблематикой, отмечают отсутствие четких возрастных границ данного периода, однако традиционно считается, что начиная с 38 и до 45 лет человек испытывает глубокие внутренние переживания, связанные как с внешними, так и с внутренними изменениями.

#### **4.1.1. Анализ наиболее значимых изменений в период кризиса середины жизни**

Для исследования изменений, происходящих с женщиной в период кризиса середины жизни, мы провели специальное пилотажное исследование. Пилотажная группа состояла из 27 женщин в возрасте от 38 до 45 лет.

В ходе исследования было проведено полуструктурированное интервью, основу которого составили следующие вопросы:

- Отмечаете ли Вы в настоящее время какие-либо изменения в Вашей жизни?
- Если да, то, в каких жизненных сферах происходят изменения?

Результатом данного интервью стал обширный перечень изменений, которые женщины наблюдают на данном возрастном этапе. Среди них: изменения во

внешности, в здоровье, интересах, взглядах на жизнь, в настроении, в восприятии времени, в осмысленности поступков, в эмоциях, в отношениях с окружающими и близкими людьми, в энергетике, в ценностях и т. д.

Качественная и количественная обработка данных интервью позволила нам объединить наблюдаемые респондентами изменения 8 жизненных сфер:

1. Ценности.
2. Здоровье.
3. Жизненный тонус.
4. Внешность.
5. Отношения с близкими людьми.
6. Отношения с коллегами.
7. Эмоции.
8. Отношения с мужчинами.

Результаты данного этапа исследования легли в основу разработанной нами проективной методики, позволяющей определить характер изменения значимости отдельных жизненных сфер в кризисный период (Приложение 1).

В ходе проведения данной методики испытуемым было предложено оценить в процентном соотношении уровень значимости каждой сферы на момент исследования и ретроспективно в 35 лет, то есть на более раннем и стабильном, с точки зрения респондентов, возрастном этапе.

Дополнительная математическая обработка данных позволила выявить характер изменений в рамках каждой сферы (увеличение или уменьшение их значимости в жизни женщины), а также, с помощью Т-критерия Вилкоксона, определить уровень значимости различий между описываемыми сферами в разные жизненные периоды.

Таким образом, было установлено, что из всех описываемых респондентами жизненных сфер увеличивают свою значимость в кризисный период такие сферы, как «Здоровье» и «Жизненный тонус». Другие жизненные сферы («Ценности», «Внешность», «Отношения с близкими людьми», «Отношения с коллегами»,

«Эмоции», «Отношения с мужчинами») респонденты расценили как теряющие свою значимость в кризисный период.

Таким образом, изменения, связанные со здоровьем и жизненным тонусом, становятся наиболее актуальными для женщины в период кризиса середины жизни. Анализируя протокольные записи респондентов, мы приходим к выводу, что ощущения, связанные с «утратой физических сил и здоровья», «уходящих жизненных соков», определяют особую роль данных сфер для женщины в середине жизни.

Изменения, наблюдаемые респондентами в данных сферах, актуализируют такие базовые эмоции, как тревога и страх («*Мне страшно, боюсь заболеть*», «*Чувствую, что здоровье не пребывает*», «*Неужели это все? Меня охватывает дикий ужас...*»), а вместе с этим – ощущения, связанные с недостаточным уровнем жизненной энергии, необходимой для того, чтобы влиять на окружающую действительность («*Все течет само собой, у меня нет сил что-либо менять*», «*Устала, хочется отдохнуть от всего*»). В данном контексте прослеживается идея конечности существования, которая ставит перед женщиной весьма сложную трансформационную задачу, связанную с сохранением, переосмыслением и преобразованием собственной жизненной энергии с учетом наблюдаемых возрастных изменений.

Далее, мы провели сравнение значимости каждой жизненной сферы относительно более раннего (и оцениваемого респондентами как более стабильного) периода. Таким образом, были выделены значимые различия в таких сферах, как «Здоровье», «Отношения с мужчинами» (различия на уровне значимости  $p < 0,001$ ), а также в сфере «Эмоции» (различия на уровне значимости  $p < 0,05$ ). (Таблица 1)



Таблица 1

**Уровень значимости различий основных жизненных сфер на различных возрастных этапах**

	Средние значения		T	Z	Уровень значимости p	
	35 лет	38-45 лет				
Ценности	8,85	8,13	1113	1,48	0,13920461	
<b>Здоровье</b>	<b>14,81</b>	<b>19,34</b>	<b>919</b>	<b>5,61</b>	<b>0,00000002</b>	<b>***</b>
Жизненный тонус	11,00	11,59	1930	1,61	0,10814945	
Внешность	11,42	10,67	1673	1,35	0,17763960	
Отношения с близкими людьми	18,60	18,45	1739,5	0,02	0,98732185	
Отношения с коллегами	10,11	9,80	1963	1,64	0,10124301	
<b>Эмоции</b>	<b>11,59</b>	<b>11,32</b>	<b>2162,5</b>	<b>1,98</b>	<b>0,04748529</b>	<b>*</b>
<b>Отношения с мужчинами</b>	<b>14,24</b>	<b>10,85</b>	<b>1130,5</b>	<b>4,79</b>	<b>0,00000164</b>	<b>***</b>

\* – различия на уровне значимости  $p < 0,05$

\*\* – различия на уровне значимости  $p < 0,01$

\*\*\* – различия на уровне значимости  $p < 0,001$

Как было отмечено ранее, «Здоровье» в середине жизни существенно увеличивает свою значимость, «Отношения с мужчинами» и «Эмоции» – снижают. Ранее мы определили, что значимые изменения в сфере «Здоровье» связаны, в первую очередь, с появлением признаков физического старения, приводящих к осознанию конечности существования. Для того чтобы понять, что лежит в основе изменений, происходящих в сфере «Эмоции» и «Отношения с мужчинами», мы обратились к протокольным записям респондентов. Большинство описаний свидетельствует о переосмыслении роли описываемых жизненных сфер: *«Я стала по-другому относиться к своим чувствам и эмоциям, более бережно», «Мои эмоции играли раньше огромную роль: где-то даже помогали, где-то манипулировали, сейчас они только для меня», «Сейчас для меня не так важно производить на кого-то впечатление. Кажется, что это такая мишура», «Столько сил уходило на мужчин, на то, чтобы понравится, а в целом я не чувствовала себя собой».* Данные ответы

испытуемых свидетельствуют о некоторой мобилизации внутренней энергии в кризисный период для преобразования внутренней реальности. В этом смысле некоторое уменьшение значимости описываемых сфер становится закономерным процессом в ходе переживания кризиса.

Сравнение профилей значимости описываемых жизненных сфер на разных возрастных этапах, полученных в результате ретроспективного самоанализа женщин, позволило сделать вывод об изменении удельного веса отдельных жизненных сфер в период кризиса середины жизни (Рис. 1).

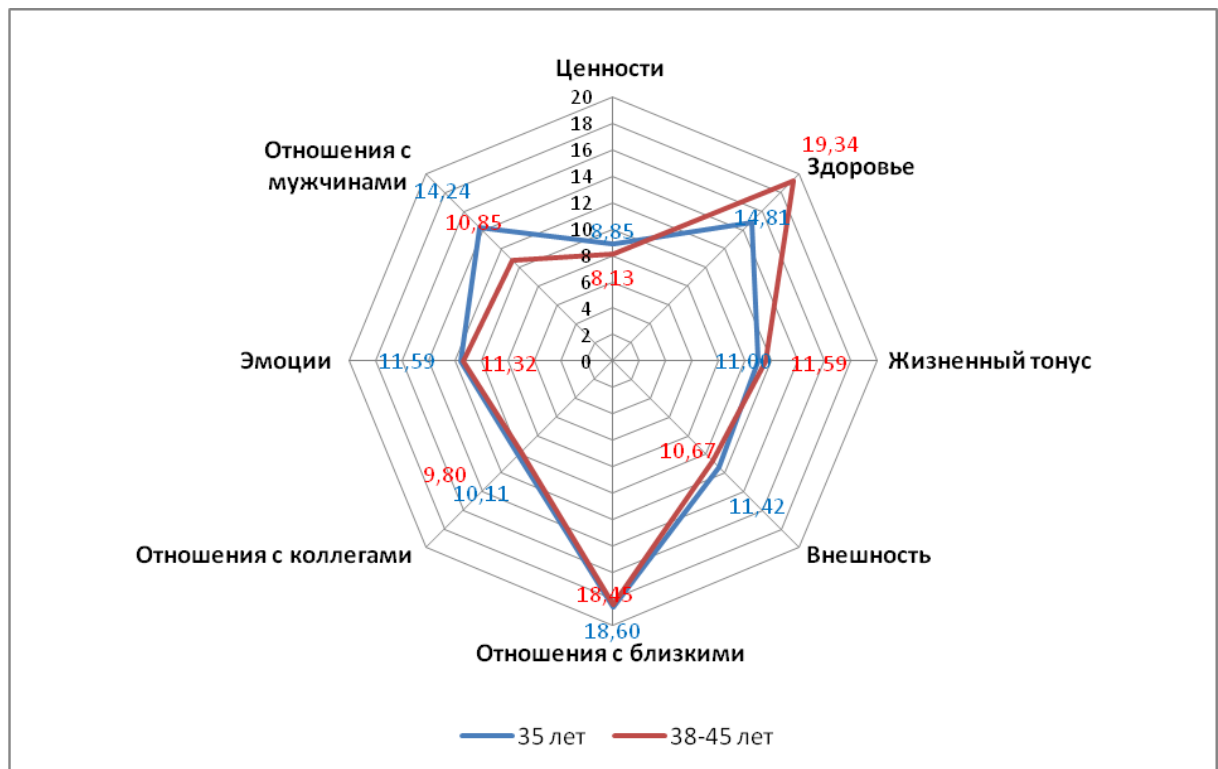


Рис. 1. Сравнение профилей жизненных сфер на разных возрастных этапах

Подобное изменение, представленное на рис. 1 в виде асимметричного профиля, свидетельствует о дифференциации значимости описываемых жизненных сфер и является показателем нарушения динамического равновесия (баланса) в жизненном пространстве личности, что лежит в основе возникновения определенного комплекса переживаний.

Описываемое состояние внутренней дезинтеграции, характеризующееся потерей опоры, становится возможным благодаря наличию у субъекта способности к рефлексии. По мнению А. В. Карпова и И. М. Скитяевой, именно рефлексия как

метасвойство по отношению к другим психическим свойствам определяет саму возможность осознания субъектом своих компетенций и способностей применительно к требованиям среды [102]. В данном случае это способность соотнести себя со сложившейся жизненной ситуацией, осуществить оценку изменений в жизненном пространстве личности. Таким образом, именно благодаря способности субъекта к рефлексии, к приданию своей жизнедеятельности смысловых оснований становится возможным возникновение кризиса и кризисных переживаний.

#### **4.1.2. Феноменологическое исследование женских кризисных переживаний в период кризиса середины жизни**

В женском онтогенезе середина жизни является ключевым периодом для дальнейшего развития каждой женщины. Этот период по праву можно назвать одним из наиболее «тяжелых» с точки зрения силы и глубины переживания, однако в то же время и наиболее «продуктивным», позволяющим по-новому осознать и переоценить свой психологический ресурс и свои возможности.

Для понимания того, как кризисные переживания представлены в опыте конкретного человека, переживающего кризис середины жизни, мы обратились к феноменологической стратегии исследования. Феноменологическое исследование было представлено в форме полуструктурированного интервью в сочетании с анализом описания опыта. Актуальность его применения в исследовании таких категорий, как кризисные переживания, было описано Л. Г. Жедуновой. По мнению автора, процедура феноменологического интервью активизирует определенные состояния сознания, характеризующиеся расслабленной волей, мягким фокусом внимания, обращенным внутрь, повышенной чувствительностью, что лежит в основе способности наблюдать за своим состоянием и описывать переживание [77].

В настоящее время в психологии существует несколько вариантов феноменологического анализа данных (А. Джорджи, Д. Крюгер и др.), однако все они имеют общие черты [229]:

1. Оригинальные тексты протоколов делятся на утверждения или смысловые единицы.
2. Данные единицы преобразуются в кластеры смыслов, выраженные терминологически.
3. Эти преобразования связываются в одно обобщенное описание переживания – структурное описание того, как и что переживалось.

В данном исследовании за основу феноменологического описания кризисных переживаний мы взяли схему анализа А. Джорджи (Приложение 9).

В исследовании принимали участие 5 женщин, обратившиеся за психологической помощью в центр психологического консультирования г. Ярославля.

Испытуемым предлагалось описать кризисные переживания, затем проводилось полуструктурированное интервью, целью которого было уточнить содержание переживания. Основными вопросами в рамках данного интервью были следующие: *«Вы отмечаете изменения, происходящие с Вами на данном жизненном этапе. Как вы их замечаете? Как это влияет на Вашу жизнь? Приносят ли замечаемые Вами изменения какой-либо вклад в динамику отношений, в Ваше настроение? На каком уровне проявляются Ваши переживания: психологическом или телесном? На что похожи Ваши переживания?»*

Проведенное ранее пилотажное исследование позволило выделить основные параметры (жизненные сферы), изменения в которых сопровождаются определенными кризисными переживаниями. К данным параметрам (жизненным сферам) относятся ценности, здоровье, жизненный тонус, внешность, отношения с близкими, отношения с коллегами, эмоции, отношения с мужчинами.

Содержание каждого параметра представлено в таб. 2

	Индивидуальные составляющие переживания	Центральная смысловая единица
Ценности	<b>Ощущение никчемности</b>	<i>Переживание утраты</i>

	Индивидуальные составляющие переживания	Центральная смысловая единица
	<p align="center"><b>прожитой части жизни</b></p> <p><i>«Сейчас я переоцениваю все: как жила, что делала, правильно или нет... копаюсь в себе постоянно, все, что было значимо несколько лет назад, кажется ничемным...»</i></p> <p align="center"><b>Переосмысление</b></p> <p><i>«Многое переосмысливаю: что так сделала, что не так, что еще надо сделать».</i></p> <p align="center"><b>Обесценивание</b></p> <p><i>«...Когда я вспоминаю о том, что было важно для меня в прошлом, меня охватывает чувство вины перед самыми близкими людьми, как будто я что-то им не дала».</i></p> <p><i>«Все бессмысленно...»</i></p> <p><i>«Оглядываюсь назад, и пытаюсь понять, что сделала не так».</i></p> <p align="center"><b>Опустошенность</b></p> <p><i>«Стало пусто», «мне быстро все надоедает, становится скучно».</i></p> <p align="center"><b>Неопределенность будущего</b></p> <p><i>«Что дальше? Неужели все так и будет?». «Будущее представляется мне чем-то затуманенным...»</i></p> <p><i>«Переоценка всего: как жила, что делала правильно, что нет», «зацикливаюсь на том, что нахожу негатив в прошлом».</i></p> <p align="center"><b>Стыд, вина</b></p> <p><i>«Начинаю стыдиться, чувство вины».</i></p> <p><i>«Как же сейчас изменились мои ценности, они совсем другие: главное – жизнь!»</i></p>	<p><i>старых ценностей, ощущение отсутствия опоры и пребывания в состоянии внутреннего «диалога с собой»</i></p>

	Индивидуальные составляющие переживания	Центральная смысловая единица
	<p align="center"><b>Ценность времени</b></p> <p><i>«Особую ценность сейчас приобретает время, я столько его потеряла»</i></p>	
Здоровье	<p align="center"><b>Страх, беспомощность</b></p> <p><i>«Стало больше болезней, одни болячки»;</i>  <i>«Все чаще задумываюсь о здоровье»;</i>  <i>«Мне страшно, боюсь, что на этом закончится жизнь»;</i>  <i>«Боюсь тяжело заболеть»;</i>  <i>«Сил становится меньше, здоровье не пребывает».</i></p> <p align="center"><b>Бережное отношение к себе</b></p> <p><i>«Сейчас я более бережно отношусь к себе»;</i>  <i>«Стараюсь не перегружать себя, как раньше».</i></p> <p align="center"><b>Жалость к себе</b></p> <p><i>«Мне стало жаль себя, ради чего я жертвовала своим здоровьем, тратила силы?»</i></p> <p align="center"><b>Ощущение хрупкости жизни</b></p> <p><i>«То, что происходит сейчас с моим здоровьем, заставляет меня по-другому смотреть на жизнь».</i></p> <p align="center"><b>Растерянность</b></p> <p><i>«Здоровье хуже стало, но думаю об этом как-то урывками, я в растерянности»</i></p>	<p><i>Переживание неизбежности конечности существования (концентрация на телесных ощущениях), осознание своей телесности</i></p>
Жизненный тонус	<p align="center"><b>Утрата контроля, усталость</b></p> <p><i>«Ощущение, что все течет само собой, у меня нет сил что-либо менять»;</i>  <i>«Устала, хочется тишины».</i></p> <p align="center"><b>Ощущение бесперспективности</b></p> <p><i>«Интерес к жизни потерян, все одно и то</i></p>	<p><i>Чувство опустошенности, переживание реорганизации внутренних ресурсов, несоответствия внешним требованиям среды, непродуктивности</i></p>

	Индивидуальные составляющие переживания	Центральная смысловая единица
	<p><i>же, нет глобальных стремлений, не хочется праздников».</i></p> <p><b>Несоответствие требованиям социума</b>  <i>«Я ничего не успеваю, как это раздражает. Устала».</i>  <i>«Жизненный тонус снизился, я как будто совсем другой человек»</i></p>	
Внешность	<p><b>Смирение, принятие</b>  <i>«Природа берет свое. Смотрю в зеркало и все чаще задумываюсь о старости».</i></p> <p><b>Принятие</b>  <i>«Люди в зрелом возрасте сейчас не кажутся мне такими старыми», «я вижу перемены, но они меня не пугают», «с природой не поспоришь».</i></p> <p><b>Закрытость, конкуренция</b>  <i>«Когда мне исполнилось 40 лет, я две недели не могла никого видеть», «меня раздражают молодые девушки, которые жалеются на свою внешность», «зависть молодым».</i>  <i>«Внешность... все плохо, я ничего хорошего не испытываю».</i></p> <p><b>Отрицание, вызов</b>  <i>Нет, я не замечаю каких-либо перемен...»;</i>  <i>«Если женщина не ухаживает за собой, естественно, она будет стареть».</i></p> <p><b>Безразличие</b>  <i>«Мне все равно», «ну и пусть, старею, значит, старею», «ничего не хочется менять».</i></p> <p><b>Ощущение несоответствия внутренней</b></p>	<p><i>Ощущение несоответствия внешней и внутренней реальности (образ тел), переживание конкуренции, неприятие собственной телесности</i></p>

	Индивидуальные составляющие переживания	Центральная смысловая единица
	<p><b>и внешней реальности</b></p> <p><i>«В моем восприятии я совсем другая: смотрю в зеркало, и передо мной какая-то женщина», «мое внутреннее самоощущение не соответствует внешности, которую я вижу в зеркале»</i></p>	
Отношения с близкими	<p><b>Чуткость к состоянию близкого человека</b></p> <p><i>«Мы стали как-то ближе, лучше понимаем друг друга», «сейчас я мудрее, я считываю их состояние».</i></p> <p><b>Бережное отношение</b></p> <p><i>«Теплота, хочется укутать, уберечь».</i></p> <p><i>«Хочу уберечь их, защитить», «боюсь за них, осознаю реальность, это (о смерти) неизбежно».</i></p> <p><b>Ощущение нужности, незаменимости</b></p> <p><i>«Я чувствую свою незаменимость, тепло от этого».</i></p> <p><i>«Любовь, трепет, смирение»</i></p>	<i>Переживание близости, осознание своей роли (значимости) в жизни близких людей</i>
Отношения с коллегами	<p><b>Контроль</b></p> <p><i>«Я стараюсь себя контролировать», «не все такие, какими предстают передо мной, я чувствую негатив, но сдерживаюсь».</i></p> <p><b>Укрепление, защита границ, отделенность</b></p> <p><i>«Старюсь избегать сплетен, боюсь, что это меня расстроит», «все эмоции держу в себе».</i></p> <p><i>«Равнодушие вызывает раздражительность».</i></p>	<i>Ощущение уязвимости, желание контролировать свои чувства, укрепить границы</i>



	Индивидуальные составляющие переживания	Центральная смысловая единица
	<i>«Бывает негатив, но я возмущаюсь в себе, все остается в себе, потому что смотришь на это все по-другому»</i>	
Эмоции	<p><b>Ощущение потери контроля над эмоциями</b></p> <p><i>«Я чувствую раздражение», «еще чуть-чуть и я не сдержу собственных эмоций», «какая-то эмоциональная неразбериха, все вверх дном».</i></p> <p><b>Поверхностность, неосознанность переживаний, пустота</b></p> <p><i>«Душа болит, но нет глубины переживаний», «как будто ничего не чувствую»</i></p>	<i>Ощущение динамики эмоционального состояния</i>
Отношения с мужчинами	<p><b>Независимость от мнения</b></p> <p><i>«Сейчас для меня не так важно производить на кого-то впечатление», «раньше противоположный пол был более значим для меня».</i></p> <p><b>Самостоятельность, целостность</b></p> <p><i>«Мне стало проще сказать «нет», «Раньше я больше подстраивалась, теперь не хочу, прислушиваюсь к себе»</i></p>	<i>Осознание собственной целостности, внутренней свободы</i>

Далее, используя естественный язык испытуемых, раскроем содержание каждого компонента.

**Ценности.** Сейчас я переоцениваю все: как жила, что делала, правильно или нет, копаюсь в себе постоянно. Замечаю, что все, что было значимо для меня несколько лет назад, кажется ничемным, потеряло смысл. Это очень странные ощущения: как будто раньше я все делала не так, словно и опереться не на что, все бессмысленно. Когда я вспоминаю о том, что было важно для меня в прошлом, меня охватывает чувство вины перед самыми близкими людьми, как будто что-то утеряно, я что-то им не дала. Я начинаю стыдиться, какое-то состояние за-

цикленности на том, что нахожу негатив в прошлом. Стало пусто, мне быстро все надоедает, становится скучно, передо мной постоянно вопрос: что дальше? Неужели все так и будет? Такое чувство, будто будущее – темное пятно, оно представляется мне чем-то затуманенным, мутным, меня охватывает какая-то непонятная тревога. Все больше думаю о времени: оно летит, я столько его потеряла, но, как ни парадоксально, я не хочу возвращаться назад, и дело не в возрасте, а в самоощущении. Сейчас я более зрелый человек, я никогда не чувствовала себя так, как сейчас.

Центральной смысловой единицей данного фрагмента является *переживание утраты старых ценностей, ощущение отсутствия опоры*.

**Здоровье.** Все чаще задумываюсь о здоровье, стало больше болезней, одни болячки. Боюсь тяжело заболеть, меня переполняет огромный страх, что на этом закончится жизнь. От этих мыслей сил становится еще меньше, как будто накручиваю себя постоянно, какой-то замкнутый круг. Сейчас я более бережно отношусь к себе, стараюсь не перегружать себя как раньше, прислушиваюсь к себе. Мне стало жаль себя: ради чего я жертвовала своим здоровьем, тратила силы? То, что происходит сейчас с моим здоровьем, заставляет меня по-другому смотреть на жизнь, иногда я ощущаю растерянность, болит не то чтобы тело, болит душа, я даже не могу разделить эту боль.

Основная смысловая единица данного фрагмента описания – *переживание неизбежности конечности существования*.

**Жизненный тонус** (под жизненным тонусом мы понимаем достаточно высокий уровень жизненной энергии или ресурса, чтобы влиять на окружающую действительность). Ощущение, что все течет само собой, у меня нет сил что-либо менять. Устала, хочется тишины, покоя, включить режим «энергосбережения». Все одно и то же, нет глобальных стремлений, не хочется праздников, такое чувство, что все от меня чего-то хотят, а я не могу им ничего дать. Я как-то замедлилась, а все вокруг очень быстрое, я ничего не успеваю, как это раздражает. У меня почти нет ресурсов, я как будто совсем другой человек, словно «выжатая тряпка», дерево, из которого выпили все соки.

Центральная смысловая единица фрагмента – *чувство опустошенности, непродуктивности.*

**Внешность.** Природа берет свое, смотрю в зеркало – и все чаще задумываюсь о старости. Словно я ничего не могу изменить, ощущаю беспомощность, смирение, мне плохо. Люди в зрелом возрасте сейчас не кажутся мне такими старыми, я уже даже возраст человека не могу определить. В моем восприятии я совсем другая, смотрю в зеркало – и передо мной какая-то женщина. Мое внутреннее самоощущение не соответствует внешности, которую я вижу в зеркале. Когда мне исполнилось 40 лет, я две недели не могла никого видеть, хотелось исчезнуть, испариться, какое-то странное чувство отчужденности, разобщенности моей души и моего тела. Меня раздражают молодые девушки, которые жалуются на свою внешность, чувствую зависть по отношению к молодым. Мои действия какие-то хаотичные: то я начинаю интенсивно ухаживать за собой, пытаюсь скрыть свой возраст, начинаю любить то, что сама создала; то мне становится тошно от этого, какое-то жуткое неприятие, и я ничего не хочу менять, в такие моменты мне становится все равно – старею, значит старею.

Центральная смысловая единица фрагмента описания переживаний изменения во внешности – *непринятие собственной телесности.*

**Отношения с близкими людьми.** Мы стали как-то ближе, чувствую близость, любовь, трепет, мы лучше понимаем друг друга. Сейчас я мудрее, ощущение проникновения в состояние близкого человека, я бы назвала это слиянием, теплотой. Хочется укутать, уберечь, защитить, быть рядом, боюсь потерять близких мне людей. Я чувствую свою незаменимость, нужность, тепло от этого, сейчас приходит особое понимание всей хрупкости отношений и жизни в целом. Так хочется уберечь то, что есть.

Центральная смысловая единица – *осознание своей роли (значимости) в жизни близких людей, переживание близости.*

**Отношения с коллегами.** Я стараюсь себя контролировать, особенно свои чувства. Все эмоции держу в себе, не все такие, какими предстоят передо мной. Равнодушие вызывает раздражительность, я чувствую негатив, но сдерживаюсь,

чувствую какую-то особую уязвимость, как будто каждый может ранить меня. Стараюсь избегать сплетен, боюсь, что это меня расстроит. Я – словно бездонная бочка, которая все держит в себе, возмущаюсь где-то в себе, все остается внутри. Иногда мне хочется взорваться, выплеснуть все это, но самоконтроль берет верх.

Основная смысловая единица данного отрывка – *ощущение уязвимости, желание укрепить границы.*

**Эмоции.** Какая-то эмоциональная неразбериха, хаос, все вверх дном. Иногда я чувствую раздражение, меня бесит практически все, как на иголках, словно жду, когда же наступит буря. Пытаюсь занять себя, но только все порчу, кажется, еще чуть-чуть – и я не сдержу собственных эмоций. Моя душа мечется, не может найти покоя, я теряю почву под ногами. В другое время душа болит, но нет глубины переживаний, я словно во сне, как будто ничего не чувствую, как будто меня нет, это самое страшное.

Центральная смысловая единица описываемого отрывка – *динамика эмоционального состояния.*

**Отношения с мужчинами.** Сейчас для меня не так важно производить на кого-то впечатление, словно открылись глаза. Мне стало проще сказать «нет», и я не боюсь терять, раньше я больше подстраивалась и при этом совершенно не ощущала себя, теперь не хочу, я слушаю себя. Я совершенно не хочу играть. Сейчас я более уверенная в себе, мне не нужен мужчина, чтобы что-то доказать самой себе и всем. Чувствую внутреннюю независимость, это словно теплая осень – так легко и свободно.

Центральная смысловая единица данного фрагмента описания – *желание обрести целостность, внутреннюю свободу.*

Таким образом, структура опыта переживания кризиса середины жизни может быть представлена следующими компонентами:

- переживание утраты старых ценностей, ощущение отсутствия опоры;
- переживание неизбежности конечности существования;
- чувство опустошенности, непродуктивности;
- неприятие собственной телесности;

- осознание своей роли (значимости) в жизни близких людей, переживание близости;
- ощущение уязвимости, желание укрепить границы;
- динамика эмоционального состояния;
- желание обрести целостность, внутреннюю свободу.

Далее, после выделения основных компонентов опыта переживания нами был проведен контент-анализ, в результате которого выделенная структура переживания была соотнесена с текстами, полученными в ходе пилотажного исследования (Приложение 10). Данная процедура позволила выявить достаточно высокую частоту встречаемости описываемых кризисных переживаний и экстраполировать результаты, полученные в ходе феноменологического интервью, на более широкую выборку испытуемых.

Таким образом, проведенное феноменологическое исследование позволило дать развернутое описание кризисных переживаний женщины в середине жизни. В этот период женщина обнаруживает, что старые ценности утратили свою значимость. Происходит некоторое обесценивание прежней картины мира, что сопровождается отсутствием опоры, пустотой. Женщина находится в постоянном «внутреннем диалоге» с собой. Жизнь словно разделяется на внутреннюю, где все замедляется, и внешнюю – быструю, требовательную, стремительную. Возникает чувство непродуктивности, несоответствия. Женщина переживает своеобразную реорганизацию внутренних ресурсов. Происходит столкновение с собственной телесностью, которое ставит перед ней весьма сложную задачу – принятие своей женской природы. Этот процесс сопровождается переживанием неизбежности конечности существования (страх смерти), ощущением несоответствия самоощущения и наблюдаемой реальности. Наблюдается сильная динамика эмоционального состояния, где на одном полюсе – эмоциональная неразбериха, на другом – ощущение поверхностности переживаний. Происходит осознание значимых отношений и своей роли в них. Перестраиваются границы. Возникает желание укрепить границы, там, где ощущается уязвимость (с коллегами, мужчинами), чтобы осознать собственную целостность и внутреннюю свободу и, напротив, раз-

мыть границы в отношении близких людей, чтобы пережить близость, почувствовать опору.

#### **4.1.3. Исследование субъективной семантики кризисных переживаний женщины**

На первом этапе исследования мы пришли к выводу о том, что в середине жизни женщина сталкивается с существенными изменениями (во внешности, здоровье, отношениях с мужчинами и т. д.). Подобные изменения свидетельствуют о трансформации женской природы, о переходе на новый уровень понимания и принятия себя. Результатом подобных изменений становятся переживания, которые характеризуется уникальностью и вариативностью.

Чтобы определить, что составляет основу данных переживаний на данном возрастном этапе, мы обратились к метафоре, как образной форме выражения актуального состояния. Женщинам предлагалось выбрать несколько метафор, которые наиболее точно раскрывают особенности их состояния на данном жизненном этапе. Таким образом, метафора позволила вербализовать переживания. В этом смысле совокупность выбранных испытуемыми метафор в той или иной степени отражает уникальный для каждого испытуемого характер проживания данного жизненного этапа.

Поскольку женщины квалифицируют свое состояние, как правило, с помощью не одной, а нескольких метафор, мы предположили, что метафоры группируются, образуя семантические пространства, своего рода смысловые поля, отражающие в полном объеме многообразие и неоднозначность переживаний.

Для верификации данного положения мы осуществили дополнительную математическую обработку данных, которая включала в себя обобщение индивидуальных протоколов в общегрупповую матрицу с последующим применением факторного анализа методом главных компонент. Факторный анализ является удоб-

ным средством построения своеобразных «смысловых полей», объединяющих разные метафоры на основе близости их смыслов в сознании испытуемого.

Таблица 3

### Результаты факторизации по методу «главных компонент»

	Опущенность – Наполненность	Активирующие – Астенизирующие чувства	Закрытость – Открытость новому опыту	Позитивное предвос- хищение (надежда на внешнего спасителя)
Собака	0,10	<b>0,45</b>	0,13	<b>0,69</b>
Вол в упряжке	-0,04	<b>-0,49</b>	0,16	0,00
Обиженное сердце	<b>-0,30</b>	<b>0,54</b>	0,16	0,23
Девочка на побегушках	0,18	<b>0,34</b>	0,05	-0,04
Приспособленная машина	0,14	-0,17	<b>-0,47</b>	-0,16
Холод будущего	-0,14	<b>0,63</b>	-0,06	0,26
Сон	-0,06	0,03	-0,27	0,03
Неизменная статуя	0,26	0,14	0,05	-0,16
Открытая рана	<b>-0,81</b>	0,11	-0,04	-0,15
Уходящие жизненные соки	<b>-0,52</b>	0,07	0,21	0,27
Спринтер на длинной дистанции	0,14	-0,12	<b>-0,44</b>	-0,19
Выжатая тряпка	<b>-0,79</b>	0,03	-0,17	-0,10
Ускользящая из-под ног почва	<b>-0,58</b>	0,15	-0,11	-0,20
Метущаяся душа	-0,25	-0,10	<b>0,73</b>	-0,17
Одинокая женщина	-0,05	0,27	-0,06	0,03
Плывущая по течению	0,11	0,04	0,18	-0,26
Буря чувств	0,04	<b>-0,62</b>	-0,18	0,20
Закручивающийся ураган	0,17	<b>-0,31</b>	-0,21	0,11
Затишье перед бурей	-0,11	<b>-0,52</b>	<b>0,31</b>	0,25
Сотрясающие душу взрывы чувств	<b>-0,47</b>	0,02	0,12	-0,24
Дух бунтарства	-0,15	<b>-0,52</b>	-0,04	<b>0,50</b>
Освобожденная узница	0,06	0,12	-0,13	<b>0,75</b>

	Опущенность – Наполненность	Активирующие – Астенизирующие чувства	Закрытость – Открытость новому опыту	Позитивное предвос- хищение (надежда на внешнего спасителя)
Время расправить крылья	0,23	-0,15	<b>0,32</b>	0,25
Смакующая свободу	0,15	<b>0,35</b>	0,26	0,24
Горделивый олень	0,22	0,26	<b>0,47</b>	0,01
Парящая в пространстве	0,17	-0,28	-0,14	-0,01
Все двери открыты	<b>0,39</b>	-0,14	<b>0,55</b>	-0,10
Теплая осень	0,16	-0,06	<b>0,55</b>	-0,18
Ребенок, предвкушающий праздник	0,12	-0,10	0,07	<b>0,33</b>
Ожидание чуда	<b>0,60</b>	0,10	0,11	-0,20
Собственные значения	3,22	2,80	2,45	2,23
Доля объясненной дисперсии	0,11	0,09	0,08	0,07

В результате факторного анализа было выделено 4 фактора. Каждый фактор объединил метафоры в группы, образующие смысловой блок. Ниже приводятся метафоры и величины факторных нагрузок, отражающие величину проекции вектора – метафоры на ось фактора. В содержательном плане величина факторной нагрузки показывает, насколько в данной метафоре выражен некий базисный смысл (фактор), то есть это мера, в соответствии с которой данные метафоры требуют для своего «проявления» данного фактора.

В первый фактор (объясняет 11 % общей дисперсии) с максимальными нагрузками вошли такие метафоры, как «Открытая рана» (-0,81), «Выжатая тряпка» (-0,79), чуть меньшей нагрузкой обладают метафоры «Уходящие жизненные соки» (-0,52), «Ускользящая из-под ног почва» (- 0,60), «Ожидание чуда» (0,60). Данный фактор биполярный: его положительный полюс образован метафорами «Ожидание чуда» (0,60), «Все двери открыты» (0,39); отрицательный – метафорами «Открытая рана», «Выжатая тряпка», «Уходящие жизненные соки», «Усколь-



зающая из-под ног почва». Этот фактор мы обозначаем как «Опустошенность – Наполненность».

Испытуемым, для которых переживания трансформационного периода представлены данным фактором, свойственно либо ощущение наполненности, сохранности ресурса, либо опустошенности, выраженное метафорами «Открытая рана», «Выжатая тряпка» и др. Женщины, чувствующие прилив жизненных сил, переживают положительную трансформацию, в этом случае середина жизни воспринимается как некий продуктивный период, как «Ожидание чуда». В ином случае женщина чувствует, что ее ресурс утекает, ей не хватает энергии. Подобные переживания свидетельствуют о кризисном проживании данного жизненного этапа.

Следующий фактор квалифицирован нами как «Активизирующие чувства – Астенизирующие чувства» (объясняет 9 % общей дисперсии). Его положительный полюс определяется метафорами «Холод будущего» (0,63), «Обиженное сердце» (0,54), «Собака» (0,45), «Смакующая свободу» (0,35). Отрицательный полюс составляют метафоры «Буря чувств» (-0,62), «Затишье перед бурей» (-0,52), «Дух бунтарства» (-0,52), «Вол в упряжке» (-0,49).

Принципиальным отличием полюсов этого фактора является наличие или отсутствие сил и желания преобразовывать действительность.

Астенизированные женщины, состояние которых описывают метафоры «Холод будущего», «Обиженное сердце» и др., не способны активно влиять на меняющуюся действительность. Более характерно для таких женщин «зависание» в состоянии (к примеру, обиды, разочарования и др.), бездействие. Ключевым моментом является то, что подобное «зависание» не дает возможности для развития и роста. В результате будущее представляется чем-то размытым, непонятным, лишенным каких-либо перспектив. Не случайно ведущей метафорой данного полюса фактора выступает метафора «Холод будущего».

Подобное состояние для женщины в середине жизни неоднозначно. С одной стороны, оно обещает спокойствие, когда ничего не нужно преобразовывать и

менять («Смакующая свободу»), с другой – не дает женщине перспективы, четкого представление о будущем, то есть лишает опоры («Холод будущего»).

Женщинам, чьи переживания в кризисный период определяются противоположным полюсом фактора, то есть активизирующими чувствами, свойственна иная позиция – они ориентированы на активное сопротивление обстоятельствам, обещающим им «застой». В данном случае женщины ориентированы на действие, на преобразование внешней и внутренней реальности, на активное отстаивание собственной позиции. Подобное состояние отличается энергетически, оно более наполнено и насыщено, связано с желанием влиять на сдерживающие обстоятельства, протестовать.

Третий фактор (объясняет 8 % общей дисперсии) – «Закрытость (Опора на стабильность) – Открытость новому опыту (Готовность к переменам)». Положительный полюс фактора определяется метафорами «Метущаяся душа» (0,73), «Все двери открыты» (0,55), «Теплая осень» (0,55), «Горделивый олень» (0,47), «Время расправить крылья» (0,32); отрицательный полюс – «Приспособленная машина» (-0,47), «Спринтер на длинной дистанции» (-0,44).

Наибольшую смысловую нагрузку имеет метафора «Метущаяся душа», она лежит в основе состояния открытости новому опыту. Это метафора выражает беспокойство, поиск чего-то нового. В трансформационный период подобное состояние ресурсно для женщины, оно составляет основу для поиска новых ориентиров, новых целей и смыслов. Когда женщина открыта для нового опыта, ничто не может составить ей препятствие. Иными словами, она чувствует, что «Все двери открыты», это «Время расправить крылья».

Противоположный полюс фактора мы интерпретировали как «Закрытость (Опора на стабильность)». Женщинам, для которых кризисные переживания представлены категориями данного полюса, не свойственно состояние поиска. Как правило, они адаптируются к обстоятельствам внешнего мира, не пытаются что-либо преобразовать. Подобное состояние предполагает механическое выполнение своих обязательств, женщины отрицают возможность роста и развития. Середина жизни не воспринимается как период, расширяющий собственные гори-

зонты. Здесь речь идет о стереотипности проживания данного периода и невозможности выйти за рамки определенных ролей («Приспособленная машина», «Спринтер на длинной дистанции»).

В качестве базовых переменных в состав четвертого фактора вошли метафоры «Освобожденная узница» (0,75), «Собака» (0,69), «Ребенок, предвкушающий праздник» (0,69), «Дух бунтарства» (0,50). Этот фактор однополюсной, интерпретирован нами как «Позитивное предвосхищение (Надежда на внешнего спасителя)».

Наибольшую смысловую нагрузку в данном факторе имеет метафора «Освобожденная узница». Трансформация в таком случае представляет собой переход от состояния «узника» до состояния «освобожденного». Подобный переход воспринимается как некое волшебное событие, которое по своей эмоциональности наполненности идентично детскому предвкушению праздника. Однако подобный переход не осуществляется женщиной самостоятельно. Ключевым моментом здесь является вера в «освободителя», который должен прийти и что-то сделать. При более глубоком анализе метафор, составляющих данный фактор, становится очевидным, что не одна из них не несет в себе идею собственной активности женщины. Более того, они раскрывают результат влияния на женщину кого-то извне. К примеру, метафора «Освобожденная узница» символизирует узницу, которую кто-то освободил и т. д.

Женщины, испытывающие подобные переживания, оптимистичны, наполнены надеждой и предвкушением чего-то хорошего, однако подобное состояние имеет оттенок детско-подросткового инфантилизма, который может лежать в основе личностной незрелости женщины.

Таким образом, переживания женщины, выраженные в форме метафор, группируются в 4 смысловых поля (фактора). Совокупность метафор, объединенных в фактор, раскрывает индивидуальный характер кризисных переживаний женщины на данном жизненном этапе: «Опустошенность – Наполненность», «Активизирующие чувства – Астенизирующие чувства», «Закрытость (Опора на стабильность) – Открытость новому опыту (Готовность к переменам)», и «Позитив-

ное предвосхищение (Надежда на внешнего спасителя)». Каждое переживание наполнено особым смыслом. Иными словами, каждое переживание характеризуется индивидуальной семантикой, которая позволяет дифференцировать одно состояние от другого. Для более наглядного представления о системе индивидуальных значений каждого смыслового поля (фактора) переживания мы построили семантические пространства выявленных факторов. Семантические пространства позволяют определить субъективную семантику кризисных переживаний в рамках каждого смыслового поля, а также конкретизируют смысловую наполненность метафор, составляющих тот или иной фактор.

Для того чтобы определить субъективную семантику кризисных переживаний, мы провели следующую процедуру. В рамках факторного анализа, процедуры понижения размерности пространства наблюдений был осуществлен переход в пространство факторов. В результате испытуемые были представлены в этом пространстве. Далее, с помощью данных СД, разработанного под задачу исследования, мы построили семантические пространства данных факторов.

Эта процедура позволила выявить смысл переживаний, составляющих основу тех или иных факторов.

Таким образом, семантические пространства различных полюсов ведущего фактора «Опустошенность – Наполненность» имеют существенные отличия (Рисунок 2). Наполненность в середине жизни тяготеет к положительному полюсу показателей СД. Подобное состояние отличается терпимостью, свободой, принятием, спокойствием, большей востребованностью, продуктивностью, скоротечностью, бесстрашием, обновленностью, открытостью и др. В целом это более позитивное состояние для женщины.

Противоположная тенденция наблюдается при «Опустошенности» (Рисунок 2).



Рис. 2. Семантическое пространство фактора  
«Опущенность – Наполненность»

Ключевым отличием здесь является преобладание состояния тревоги и испуга при одновременном ощущении глубины переживания.

Подобное состояние является следствием восприятия женщиной собственной трансформации как угрожающей ее целостности. Большая часть женского ресурса в такой ситуации уходит на переживание тревоги, которая ощущается как напряжение, чувство неопределенности, потери ресурса. Наблюдается своеобразный замкнутый круг: потеря ресурса вызывает тревогу, тревога забирает ресурс. Тревога в данном случае – симптом, осознание источника тревоги лежит в основе преодоления женщиной подобного состояния.

Анализируя семантическое пространство фактора «Активизирующие – Астенизирующие чувства», мы также выделили ряд отличий, позволяющих дифференцировать переживания, составляющие противоположные полюса фактора (Рисунок 3).

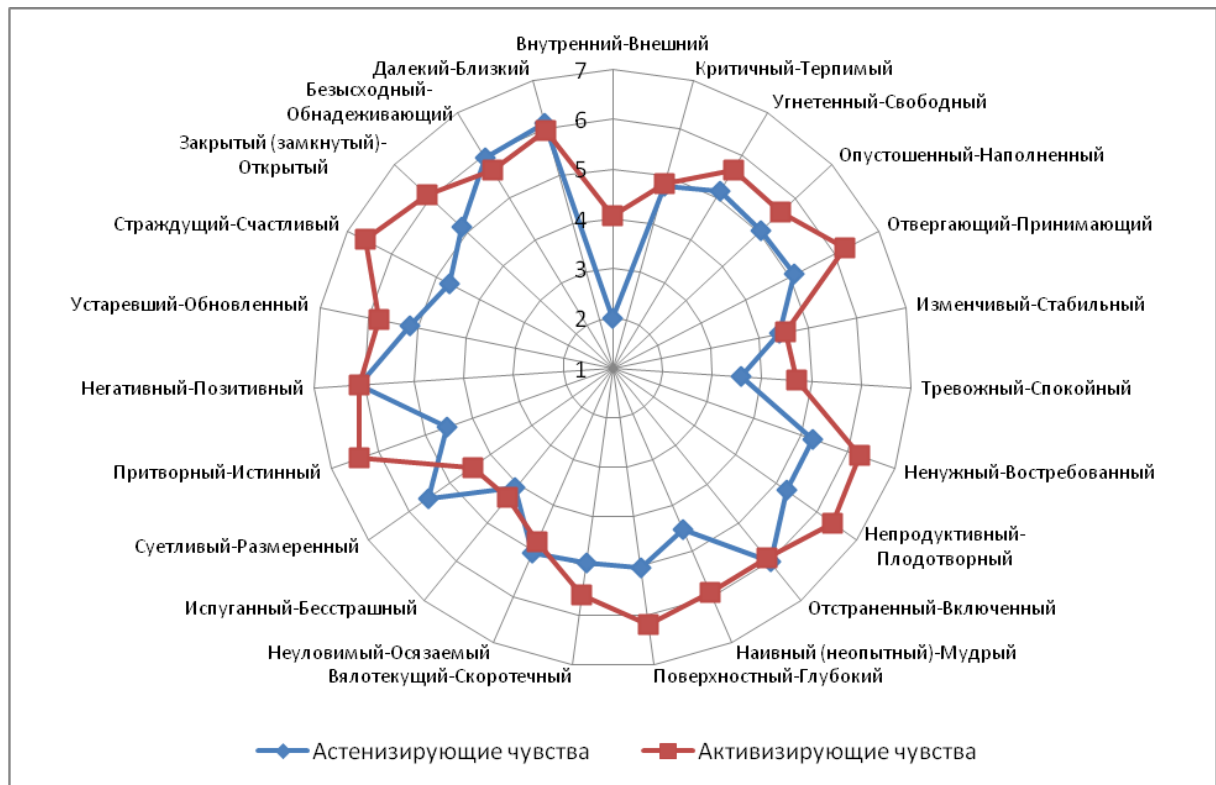


Рис. 3. Семантическое пространство фактора  
«Активизирующие – Астенизирующие чувства»

Таким образом, семантическое пространство, описывающее состояние «Активизирующие чувства», тяготеет к правому полюсу семантического дифференциала, то есть представлено наиболее выраженными переживаниями, в большинстве случаев положительными. Переживания испытуемых, которые астенизированы, менее выражены, испытуемые старались избегать при ответах крайних оценок. Подобная стертость, размытость переживаний у испытуемых может свидетельствовать о закрытости и погруженности в себя, о нежелании актуализировать данную тему. Астенизированные женщины не выражают открыто собственные чувства, им сложно вербализовать их, неслучайно по шкале «Внутренний – Внешний» их ответы связаны с левым полюсом шкал.

Женщины, переживания которых характеризуются «Активизирующими чувствами», более открыты для окружающих, они не боятся крайнего выражения чувств (определяют свое состояние как «Дух бунтарства», «Буря чувств» и др.). При этом подобные переживания не исключают его глубины.

Анализируя представленные семантические пространства фактора, можно предположить, что кризисные переживания женщин, описанные фактором «Активизирующие чувства», более продуктивны. В этом случае у женщины достаточно ресурса для преобразования своей внутренней реальности. Подобные женщины открыты, их эмоции активно выражаются, позволяя чувствовать себя более гармонично.

При наличии астенизирующих чувств переживание не транслируется вовне, оно сопряжено с тревогой, ощущением наивности и поверхностности. Неспособность осознать и выразить собственные чувства лежит в основе эмоциональной незрелости женщин. Часто они находятся под властью состояния (например, выраженного метафорой «Обиженное сердце»), не осознавая этого. Неосознанные чувства создают внутреннее напряжение, тревогу. Подобное переживание менее продуктивно для женщины в середине жизни, так как в той или иной степени препятствует женскому развитию.

Различия между полюсами семантического пространства фактора «Закрытость (Опора на стабильность) – Открытость новому опыту (Готовность к переменам)» выражены меньше, чем в предыдущих факторах, однако имеют ряд особенностей (Рисунок 4).



Рис. 4. Семантическое пространство фактора «Закрывать (Опора на стабильность) – Открытость новому опыту (Готовность к переменам)»

Принципиальным отличием состояния открытости новому от противоположного состояния, при котором человек не хочет ничего менять, является ощущение большего принятия. Однако, наряду с этим, наблюдается ощущение ненужности, непродуктивности и неопытности (наивности). Подобные чувства актуализируют потребность в новом опыте. Женщина, чувствуя открытость новому, не отвергает новые идеи, рассматривая их как источник расширения собственных возможностей. Состояния открытости или закрытости не связаны с ощущением опустошенности или наполненности. Более вероятно, что в основе открытости новому опыту лежит чувство неудовлетворенности настоящим, старыми, малоэффективными моделями отношений (метафора «Метушася душа»), а также желание найти новый способ для преодоления трудного жизненного периода.

С другой стороны, закрытость свойственна женщинам, чувствующим достаточно устойчивую, стабильность, продуктивность, востребованность. Все новое в системе восприятия таких женщин – это нарушение целостности и стабильности, следовательно, отвержение – это естественная реакция на возможные пе-



ремены. Основная идея в том, чтобы сохранить мир вокруг неизменным, удержать стабильность, приспособиться к обстоятельствам, но ничего при этом не преобразовывать. С этой точки зрения не случаен выбор женщинами метафор «Приспособленная машина», «Спринтер на длинной дистанции». Они выражают состояние ограниченности жизнедеятельности определенными рамками, условиями, выход за которые сулит непродуктивность и невостребованность. Стоит выйти за рамки программы, и результат деятельности будет отрицательным.

Семантическое пространство фактора «Позитивное предвосхищение (Надежда на внешнего спасителя)» отличаются направленность переживания вовнутрь, повышенный уровень тревоги, критичность и ощущение плодотворности и др.

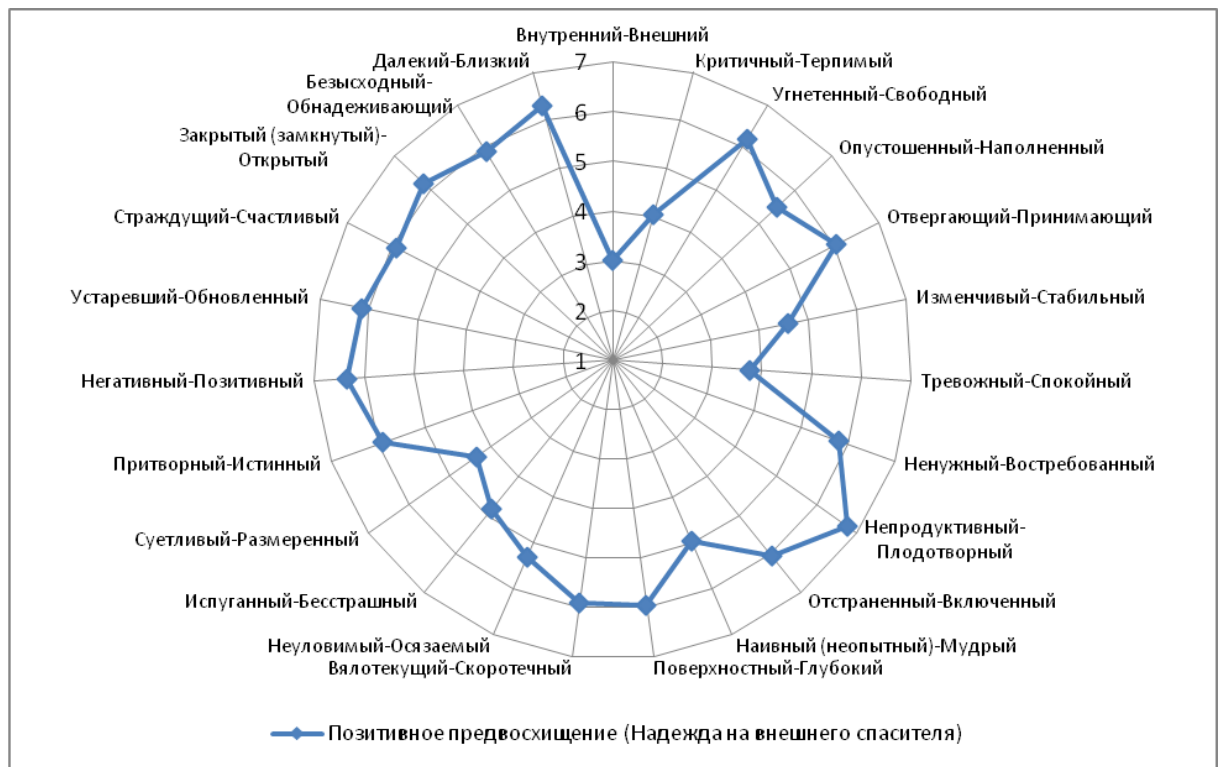


Рис. 5. Семантическое пространство фактора  
«Позитивное предвосхищение (Надежда на внешнего спасителя)»

Анализируя семантическое пространство фактора, мы приходим к выводу, что переживание направлено на события внутренней жизни. Наряду с ощущением свободы, принятия, плодотворности, а также чувством открытости, свидетельствующим о гармоничном взаимодействии с внешним миром, возникает противоречивое чувство тревоги, сопровождающееся критичностью, изменчивостью, сует-

ливостью и в какой-то степени наивностью. Гармоничное проживание женщиной на уровне ролей во внешней реальности позволяет ей опираться на данный внешний ресурс в трудные жизненные периоды. Становится понятным, почему в основе данного состояния лежат надежда и вера в «освободителя». В данном случае женщина опирается на внешний, а не на внутренний ресурс.

Таким образом, семантические пространства описываемых нами факторов позволяют конкретизировать смысл переживаний, составляющих тот или иной фактор, раскрывают индивидуальную семантику переживаний. Несмотря на то, что каждый полюс фактора имеет свою собственную семантику, отличающую, к примеру, переживание «Наполненности» от переживания «Опустошенности», мы наблюдаем также некие общие тенденции в переживаниях женщин. Среди них направленность переживаний «вовнутрь», а также ощущение тревоги. Если мы сравним семантические пространства всех факторов, то заметим, что показатели по шкалам «Внутренний – Внешний», «Тревожный – Спокойный» тяготеют к отрицательным полюсам. Этот факт еще раз подтверждает, что в середине жизни женщина направлена на преобразование внутренней реальности, а не внешней. Изменения, происходящие во внутреннем пространстве субъективной реальности, вызывают тревогу, связанную с нарушением стабильности внутреннего мира женщины. Подобные изменения не только вызывают сильные переживания, имеющее индивидуальное значение для женщины, но и обуславливают качественные изменения в отношении женщины к образу собственного «Я». Исходя из этого, можно предположить, что существует взаимосвязь между самоотношением женщины и субъективной семантикой кризисных переживаний, которая может быть конкретизирована сквозь призму отраженного женщиной образа «Я».

#### **4.1.4. Взаимосвязь субъективной семантики кризисных переживаний и самооотношения женщины в период кризиса середины жизни**

Середина жизни ставит перед женщиной довольно сложную задачу, которая заключается в принятии своей внутренней трансформирующейся природы. Фактически это время, когда женщина по-новому осознает смысл собственного «Я».

Для каждой женщины переживания, сопровождающие ее в период кризиса середины жизни, уникальны. Если для одной процесс внутренних изменений связан с ощущением наполненности и безграничности собственного ресурса, то для другой – это опустошение, переживаемое как невозможность воспользоваться собственным ресурсом. И в том и другом случае переживания женщины сопряжены с сильными чувствами: от самоуважения до самоуничужения. Подобные возникающие чувства – есть отраженное отношение женщины к собственной ценности.

Мы полагаем, что подобное обобщенное чувство в адрес собственного «Я» в середине жизни взаимосвязано переживаниями, которые женщина испытывает в трансформационный период. Подобная взаимосвязь раскрывает смысл и суть переживаний, а также дает более глубокое представление о самооотношении женщины в кризисный период. Иными словами, при различных переживаниях (Наполненность – Опустошенность, Активизирующие – Астенизирующие чувства, Открытость новому – Закрытость, Позитивное Предвосхищение (Надежда на внешнего спасителя) профиль самооотношения женщины будет видоизменяться.

Для подтверждения данного предположения мы провели дополнительную обработку данных, в результате которой выявились сильные взаимосвязи между факторами, характеризующими особенности женских переживаний, и показателями самооотношения (Таблица 4).

**Взаимосвязь кризисных переживаний и параметров  
самоотношения женщины**

	Опустошенность – Наполненность	Позитивное предвосхищение	Закрытость – Открытость новому опыту	Активизирующие – Астенизирующие чувства
<b>Замкнутость</b>	0,17	-0,02	-0,01	<b>-0,38 ****</b>
<b>Самоуверенность</b>	<b>0,20*</b>	0,04	-0,13	<b>-0,38 ****</b>
<b>Саморуководство</b>	<b>0,40 ****</b>	-0,09	-0,06	-0,12
<b>Отраженное самоотношение</b>	0,00	0,00	-0,17	0,12
<b>Самоценность</b>	<b>0,22*</b>	0,03	0,06	<b>-0,24 **</b>
<b>Самопринятие</b>	-0,03	<b>0,36 ***</b>	0,00	-0,03
<b>Самопривязанность</b>	0,03	<b>-0,39 ****</b>	-0,16	-0,17
<b>Внутренняя конфликтность</b>	<b>-0,36 ***</b>	0,06	<b>0,22 *</b>	<b>0,36 ***</b>
<b>Самообвинение</b>	-0,04	0,17	0,15	0,14

\* - корреляции на уровне значимости  $p < 0,10$

\*\* - корреляции на уровне значимости  $p < 0,05$

\*\*\*- корреляции на уровне значимости  $p < 0,01$

\*\*\*\*- корреляции на уровне значимости  $p < 0,001$

Рассматривая первый фактор «Опустошенность – Наполненность», можем отметить, что имеются сильные взаимосвязи с параметрами самоотношения. Наиболее сильные взаимосвязи с такими показателями, как «Саморуководство» ( $r = 0,40$ , при  $p < 0,001$ ), «Внутренняя конфликтность» ( $r = -0,36$ , при  $p < 0,01$ ), «Самоценность» ( $r = 0,22$ , при  $p < 0,10$ ), «Самоуверенность» ( $r = 0,20$ , при  $p < 0,10$ ). Это значит, что в середине жизни переживания женщины, характеризующиеся наполненностью, связаны с положительным самоотношением, которое заключается в уважении к собственной личности, отсутствии самоуничужения. Для подобных переживаний характерна опора на собственный ресурс: основным источником развития, достижений и успехов женщина считает себя. Такие женщины чувствуют силу собственного «Я», характеризуются выраженной самоуверенностью. При этом они чувствуют баланс между собственными возможностями и требованиями окружающей реальности, между притязаниями и достижениями, что позволяет им не испытывать внутреннего противоречия.

Профиль самоотношения в рамках фактора «Наполненность – Опустошенность» выглядит следующим образом (Рисунок 6).

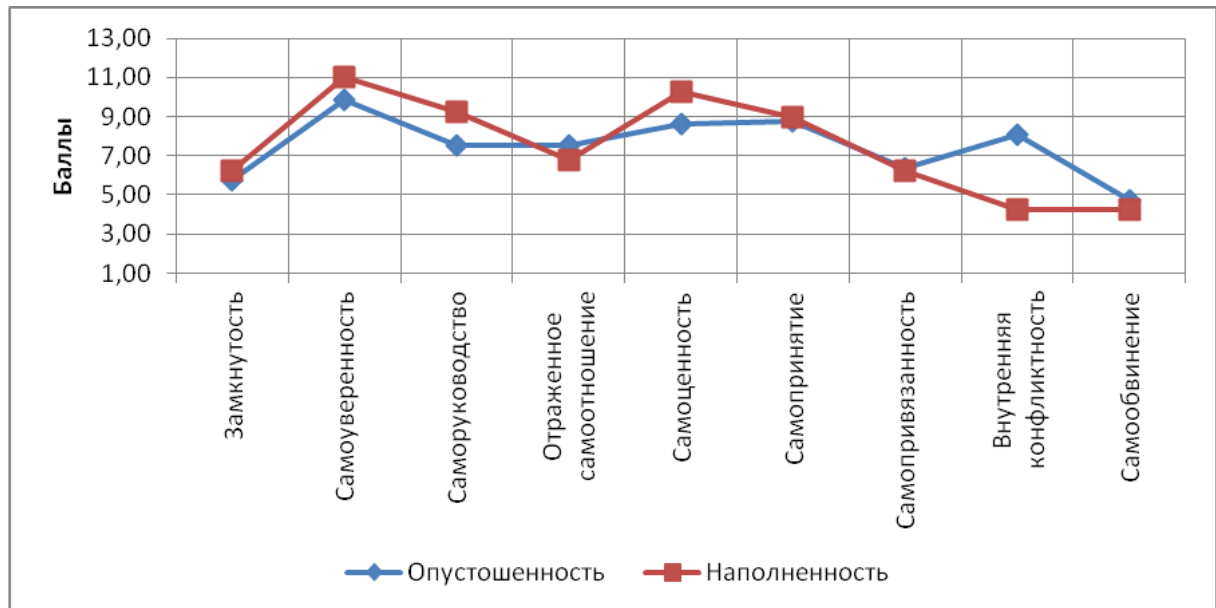


Рис. 6. Усредненный профиль самоотношения – фактор «Опустошенность – Наполненность»

На рисунке 6 четко прослеживается преобладание более положительного самоотношения при «Наполненности». Принципиальным отличием здесь характеризуются показатели по шкале «Внутренняя конфликтность». Женщинам, для которых ведущими являются переживания, связанные с «Опустошенностью», присуще наличие внутренних конфликтов, сомнений, несогласия с собой, выраженная тенденция к самокопанию. Подобные различия в профилях самоотношения женщин в рамках первого фактора позволяют конкретизировать и дифференцировать переживания наполненности и опустошенности.

Сильные взаимосвязи наблюдаются между фактором «Позитивное предвосхищение» и такими шкалами самоотношения, как «Самопривязанность» ( $r = -0,39$ , при  $p < 0,001$ ), «Самопринятие» ( $r = 0,36$ , при  $p < 0,01$ ).

Для женщин, чьи переживания описываются как «Позитивное предвосхищение (Надежда на внешнего спасителя)», свойственно выраженное чувство симпатии к себе, склонность воспринимать все стороны своего «Я», принятие себя во всей полноте поведенческих проявлений. Общий фон восприятия себя у таких женщин положительный. Это женщины, которые свои недостатки считают про-

должением достоинств. В то же время сильная отрицательная связь с «Самопривязанностью» позволяет констатировать, что женщины, испытывающие позитивное предвосхищение, в целом проявляют готовность и желание изменяться по отношению к актуальному состоянию. Открытость новому опыту познания себя, поиски соответствия реального и идеального «Я» составляют основу описываемых переживаний. Однако тот факт, что женщинам, для которых характерно позитивное предвосхищение, свойственна опора на внешнего спасителя, дает возможность предположить, что подобного рода познание себя происходит не самостоятельно, а через другое лицо. То есть в данном случае осознание и понятие своей новой трансформирующейся природы приходит в результате взаимодействия с внешним миром. Кто-то должен выступить стимулом для перемен.

Анализируя взаимосвязи между фактором «Закрытость (опора на стабильность)» и «Открытость новому опыту (готовность к переменам)», мы пришли к выводу, что данный фактор в наименьшей степени связан с самоотношением женщины в середине жизни. Наблюдается лишь одна взаимосвязь с таким параметром, как «Внутренняя конфликтность» ( $r = 0,22$ , при  $p < 0,10$ ). Подобная взаимосвязь свидетельствует, что в основе готовности к новому опыту лежит более выраженная тенденция к самокопанию и рефлексии, ощущение несогласия с собой, внутренних сомнений. Закрытость, которой свойственна опора на стабильность, неизменность, напротив, связана с более низким уровнем внутренней конфликтности. Ощущение баланса между собственными возможностями и требованиями окружающей реальности, между притязаниями и достижениями создают стремление к неизменности, сохранению стабильности, вместе с этим ограничивая женщину от нового опыта. В данном случае, не исключено отрицание имеющихся проблем, а также поверхностное восприятие себя.

Профили самоотношения в диапазоне описываемого фактора имеют не столь существенные отличия (Рисунок 7). Однако, анализируя изменения профилей, можно наблюдать следующую тенденцию: при «Закрытости (опоре на стабильность)» наблюдается более высокий уровень самоотношения, чем при «Открытости новому опыту (готовности к переменам)». Это дает нам возможность

полагать, что именно доля неудовлетворенности становится пусковым механизмом к принятию нового опыта.

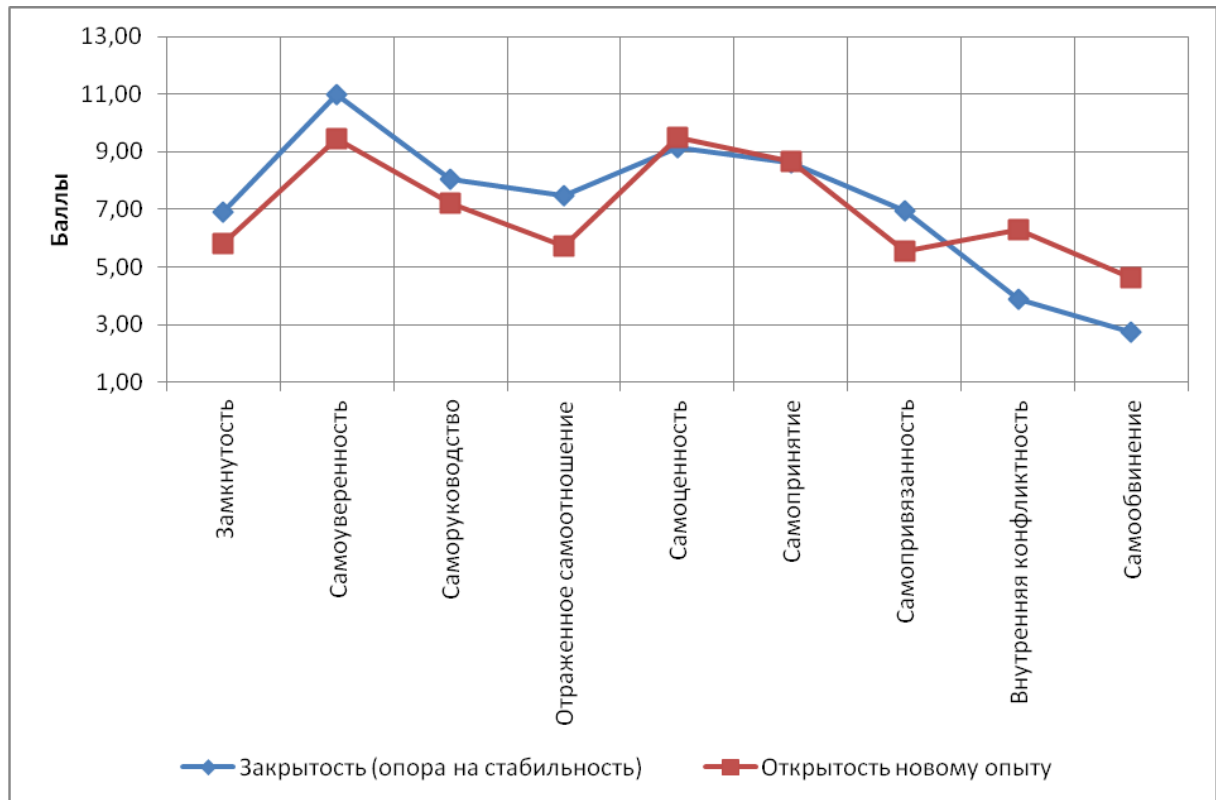


Рис. 7. Усредненный профиль самоотношения – фактор «Закрывать (опора на стабильность) – Открытость новому опыту (готовность к переменам)»

Последний фактор, описывающий переживания женщины в кризисный период: «Активизирующие – Астенизирующие чувства», имеет сильные взаимосвязи с «Замкнутостью» ( $r = -0,38$ , при  $p < 0,001$ ), «Самоуверенностью» ( $r = -0,38$ , при  $p < 0,001$ ), «Внутренней конфликтностью» ( $r = 0,36$ , при  $p < 0,01$ ), «Самоценностью» ( $r = -0,24$ , при  $p < 0,05$ ).

Данные взаимосвязи позволяют дифференцировать астенизирующие переживания от активизирующих. Таким образом, выявленные взаимосвязи дают нам понять, что для женщин, которые в середине жизни астенизированы, более характерна честность в отношении себя, открытость и вместе с тем большая самокритичность. Это состояние связано с неуверенностью в собственных возможностях, с сомнениями в собственных способностях. При подобных переживаниях у женщин имеются сомнения по поводу ценности собственной личности, ценности соб-

ственного «Я» для других. Противоположная тенденция наблюдается при «Активизирующих чувствах».

Основным отличием в самоотношении женщин, переживания которых описываются различными полюсами фактора «Активизирующие – Астенизирующие чувства», является уровень внутренней конфликтности, внутреннего несогласия с собой. Более отчетливо данное отличие видно на Рисунке 8.

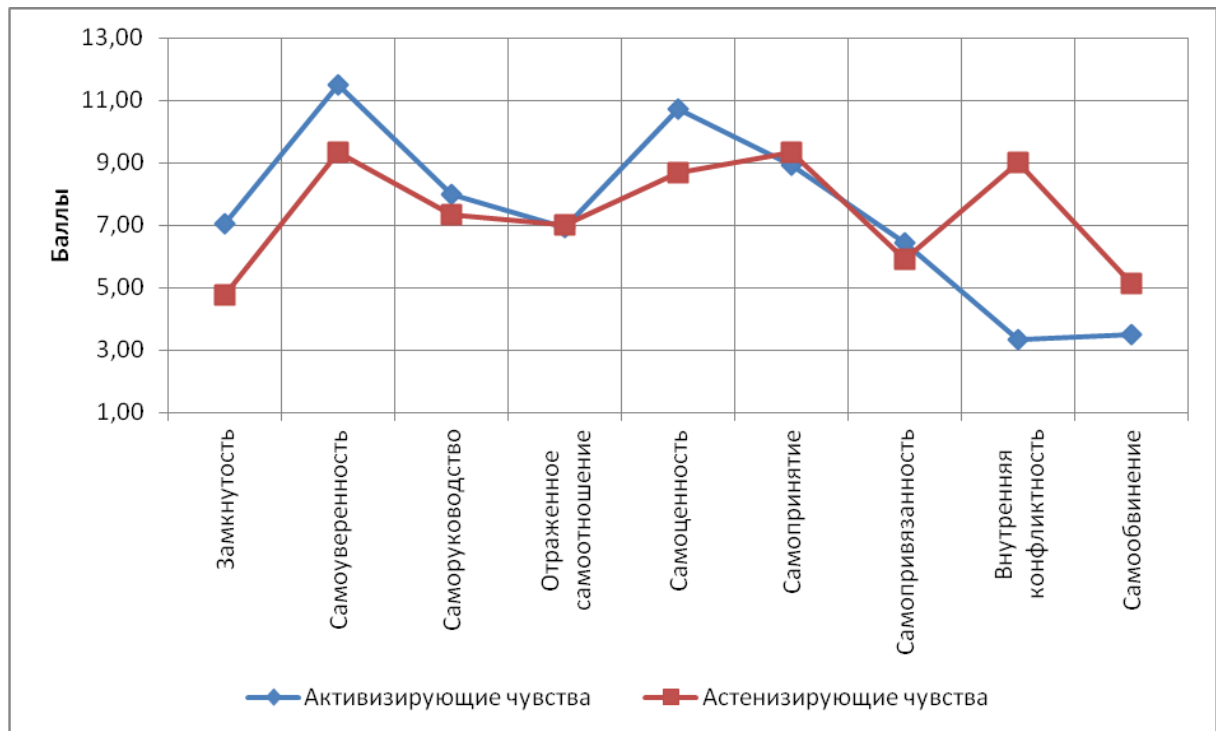


Рис. 8. Усредненный профиль самоотношения – фактор «Активизирующие – Астенизирующие чувства»

У астенизированных женщин преобладает негативный фон отношения к себе. Они стремятся к глубокой оценке всего, что происходит в трансформирующейся внутренней реальности. Подобный анализ переходит в самокопание, что нередко приводит к осуждению своих личностных качеств, а следовательно, к конфликту между «Я»-реальным и «Я»-идеальным. Внутренний конфликт, испытываемый женщиной, забирает много ресурса, способствуя большей астенизации.

Переживания женщины, описываемые как «Активизирующие чувства», напротив, предполагают низкий уровень внутренней конфликтности. Такие женщины не чувствуют внутреннего противоречия и в целом имеют более позитивное самоотношение.



Таким образом, анализируя полученные данные, мы пришли к выводу о том, что самоотношение женщины в середине жизни взаимосвязано с переживаниями. Каждое описываемое нами переживание имеет индивидуальный профиль самоотношения. Различия в профилях самоотношения позволяют понять смысл переживаний по отношению к собственному «Я», а также дают более глубокое представление о внутреннем самоощущении женщины в трансформационный жизненный период.

#### **4.2. Исследование влияния семейной истории на субъективную семантику кризисных переживаний женщины**

В женском онтогенезе середина жизни является одним из ключевых жизненных периодов. Это время активного познания себя, обусловленное не только естественными физиологическими процессами (появление первых признаков старения и т. д.), но и необходимостью принятия своей трансформирующейся женской природы.

Вступление во вторую половину жизни связано с определенными переживаниями, которые мы рассматриваем как особое эмоциональное состояние, то есть непосредственную внутреннюю субъективную данность. Основу данных переживаний составляет ощущаемое женщиной противоречие между внутренним содержанием и способом предъявления себя миру, который, как правило, остается прежним.

Несмотря на сходство проблематики, женские переживания многообразны и уникальны. Исходя из этого, переживания нельзя свести к какому-то одному обобщенному знаменателю, для каждого оно наполнено индивидуальным смыслом.

Опираясь на вербальные отчеты испытуемых, а также используя метафору как образное средство вербализации переживаний, мы выявили, что выбранные испытуемыми метафоры группируются в четыре фактора, составляющих четыре

смысловых поля: «Опустошенность – Наполненность», «Активизирующие чувства – Астенизирующие чувства», «Закрытость (Опора на стабильность) – Открытость новому опыту» и «Позитивное предвосхищение (надежда на внешнего спасителя)». Данные факторы обладают индивидуальной семантикой, которая отражает смысл и содержание кризисных переживаний.

В настоящее время в современной научной литературе остается открытым вопрос о том, что лежит в основе различий в субъективной картине переживаний различных людей. На сегодняшний день известно, что на субъективную семантику кризисных переживаний оказывает влияние когнитивный компонент субъективного опыта человека. Подобное влияние осуществляется через ведущий личностный конструкт и тип соотношения «Я» и элементов времени (Л. А. Пузырева, 2006). В этом смысле переживания зависят от субъективного женского опыта, то есть от определенной системы интерпретации, которая направляет постижение реальности, позволяет прогнозировать будущее и через познавательную сферу детерминирует женское поведение. В этом случае подчеркивается значимость актуальных отношений «Я – Мир».

Тем не менее в данном контексте рассмотрения кризисных переживаний остается непонятной роль прошлых отношений, в которые женщина включена как элемент родовой истории. Мы полагаем, что субъективная семантика кризисных переживаний зависит не только от индивидуального опыта субъекта, но и от опыта прошлых поколений, хранящегося в семейной памяти.

Прошлый семейный опыт, фиксированный в семейной истории, актуализируется в кризисные жизненные периоды, он становится своеобразным ориентиром, предоставляя в качестве опоры сформированные несколькими поколениями модели отношений.

В настоящее время изучение роли семейной истории становится одним из наиболее приоритетных и актуальных направлений в современных научных исследованиях. Многими авторами роль семейной истории и трансляции семейного опыта рассматривается как деструктивная (А. И. Захаров, В. Лосева, А. Луньков), другие, напротив, подчеркивают ее созидательное значение для индивида

(А. В. Камышева, 2006; О. В. Краснова, 2006; Т. А. Петрова, 2008; Е. А. Петрова, 2008; М. А. Сизова, 2008; С. А. Судьин, 2008; Е. В. Куфтяк, 2009). Несмотря на пристальное внимание к данной проблематике, остается довольно много аспектов, требующих более глубокого изучения, одним из которых является изучение влияния семейной истории на субъективную семантику кризисных переживаний женщины.

#### 4.2.1. Анализ параметров семейной истории

Семейная история включает в себя множество параметров, которые оказывают влияние на жизнь и развитие человека на разных этапах онтогенеза. С помощью метода полуструктурированного интервью нами были выделены параметры семейной истории, наиболее актуальные для женской выборки. Данные параметры были сгруппированы в семь блоков, отражающих специфику внутривидовых отношений.

В **первый блок** включены общие параметры семейной истории, отражающие опыт трех поколений. Данные параметры выделены на основе имеющихся у испытуемых знаний о предшествующих поколениях, то есть на основе когнитивной оценки опыта расширенной семьи. Среди них: разводы (в 3-х поколениях), алкоголизм (в 3-х поколениях), женский алкоголизм, конфликты (в 3-х поколениях), межпоколенные конфликты, неофициальные браки (в 3-х поколениях), случаи насильственной смерти, случаи суицида в роду, наличие повторяющихся заболеваний в роду, отношение к здоровью (попустительское / тревожное).

В основе **второго блока** – параметры семейной истории, определяющие сценарий женской линии. К данным параметрам относятся: раннее вдовство (в 3-х поколениях), одинокие (незамужние) женщины (в 3-х поколениях), бездетные женщины (в 3-х поколениях), женская гиперфункциональность (в 3-х поколениях), повторяемость женской судьбы, ориентация женщин рода на семью/карьеру, особенности отношения женщин рода к собственной внешности (отсутствие ин-

тереса/тревожные отношения к изменениям во внешности), ранняя смерть матери. Данные параметры раскрывают то, как складывалась судьба женщин рода в нескольких поколениях, позволяют проследить аспекты семейной истории, имеющие тенденцию повторяться, а также паттерны поведения, передающиеся от старших представительниц рода к младшим. Можно предположить, что данные параметры являются основополагающими для женщин в середине жизни, поскольку могут выступать в качестве ориентира для младших представительниц рода в трансформационный жизненный период.

**Третий блок** составили параметры семейной истории, отражающие характер межпоколенных отношений между женщинами рода (эмоционально близкие отношения в диаде «мать – дочь», «бабушка – внучка», «тетя – племянница», «сестра – сестра»; эмоциональная отстраненность (холодность) между женщинами рода; идентификация со значимыми женскими фигурами (мама, бабушка, тетя, сестра, прабабушка). Данные параметры отражают эмоциональное отношение женщины к значимым женским фигурам внутри рода.

В ходе работы мы обнаружили, что наиболее сильные чувства, возникающие у испытуемых в процессе построения геносоциогаммы, направлены на значимых женщин рода (маму, бабушку, тетю или сестру). Этот факт иллюстрируют следующие высказывания женщин: *«Мы далеки с мамой, стыдно говорить, но я ее избегаю, хочу избавиться от общения с ней»*; *«Я чувствую схожесть с мамой, но все во мне протестует против этого... она слишком тревожная и беспокойная»*; *«Мама дает мне много энергии, это мой ангел-хранитель»*; *«Горжусь своей бабушкой, для меня это женщина-героиня»*; *«У некоторых женщин рода прослеживается зависимость от старших представительниц рода»*; *«Бабушка – суперженщина, успевала все»*, *«для меня комплимент, когда говорят, что я похожа на бабушку»*.

Ощущение связи со значимыми женскими фигурами наблюдается и на невербальном уровне: слезы при ощущении близости с женщиной, которой уже нет в живых (*«мамочка – мой ангел-хранитель»*); раздраженный и колкий тон во фразах, сопровождаемый сильным телесным напряжением (*«Ей (маме) вечно чего-то*

*не хватало...»*, «*мамаша любила себя больше всего на свете»*), а также закрытая поза как способ контролировать собственные негативные эмоции к той или иной женской фигуре. Сильные эмоции (положительные или отрицательные) лежат в основе процесса идентификации женщины со значимыми женскими фигурами.

Наряду с женскими фигурами, немаловажную роль играют и мужские фигуры, в частности, фигура отца. Параметры, отражающие характер отношений с отцом, составили **четвертый блок** (идентификация с отцом, эмоционально сдержанные (отдаленные) отношения с отцом, прерванные отношения с отцом). Данный блок параметров семейной истории был включен в связи с важностью роли отца в женском онтогенезе. Отец для женщины является самой первой и значимой мужской фигуры. Образ отца традиционно наполнен сакральным смыслом, он ассоциируется с чувством защищенности, безопасности, уверенности. Характер отношений «отец – дочь» во многом определяет то, каким образом женщина входит во внешний мир, как взаимодействует с ним.

В **пятый блок** вошли параметры семейной истории, отражающие характер семейных границ в расширенной семье в трех поколениях (закрытые семейные границы в 3-х поколениях, закрытые семейные границы по материнской / отцовской линии, закрытые (изолированные) семьи внутри рода, смешанные семейные границы). Особенности семейных границ, как подчеркивают многие авторы (А. Я. Варга, Н. И. Олифирович и т. д.), оказывают непосредственное влияние не только на семью, но и на каждого ее члена. В настоящем исследовании данный параметр раскрывает особенности выстраивания отношений расширенной семьи с внешним миром, а также внутри рода. Учитывая значимость семейных границ в благополучии каждого члена семьи, важным представляется учет их роли в переживании человеком трудных жизненных периодов.

В **шестой блок** вошли параметры семейной истории, отражающие эмоциональное отношение женщины к роду (связь с родом (позитивные / негативные чувства), амбивалентные чувства к роду, слабая связь с родом, чувство близости с родственниками по материнской / отцовской линии).

Эмоциональное включение в процесс построения геносоциограммы, проявление чувств на вербальном и невербальном уровне, а также непосредственные ответы испытуемых явились прямым или косвенным критерием наличия или отсутствия связи с родом. Сам факт того, чувствует женщина связь с родом или нет, во многом определяет процесс «межпоколенного воспроизводства», то есть повторение различных моделей отношений предков в опыте потомков. Из этого следует, что ощущение сильной связи с родом увеличивает вероятность повторения женщиной в своем опыте моделей отношения предков.

Процесс построения геносоциограммы для женщин стал весьма символическим. Многие женщины отмечают актуализирующиеся чувства к тем аспектам семейной истории, которые раньше были вне фокуса их внимания: *«Странно, почему я о ней (о бабушке) так много говорю, я ее совсем не знала»; «там, в прошлом, все так загадочно, сейчас как никогда хочу восстановить цепь событий...»; «все, что там, вызывает какие-то теплые и трепетные чувства...».* Спектр чувств по отношению к прародителям и фактам семейной истории различен: от чувства близости, тепла, благодарности до раздражения, ярости и обиды. Данные эмоции являются значимым показателем существования сильной связи на эмоциональном уровне, однако в первом случае эта связь окрашена позитивными эмоциями, во втором – негативными.

Связь с родом, наполненная положительными чувствами, выступает ресурсом для женщины в трудные жизненные периоды. В данном случае женщинам *«приятно вспоминать родственников»*, они чувствуют *«родство и близость»*, *«возникает чувство гордости при ощущении принадлежности к роду»*, *«ощущение тепла»*. Для многих испытуемых родительский дом, дом бабушки является своего рода ресурсным местом: *«Когда мне плохо, я постоянно мысленно возвращаюсь в дом бабушки и дедушки, что-то туда меня тянет, там все родное: звуки, запахи...».*

Связь с родом, наполненная негативными чувствами, в ответах испытуемых выражена следующим образом: *«чувствую, что нас что-то связывает, но это не хорошие чувства, одно разочарование»; «Связь все равно есть, но чувства спор-*

ные. Я всех своих родственников обвиняю в глупости, что-то они мне не дали»; «Столько всего было, одни обиды» и т. д.

Многие женщины испытывают амбивалентные чувства по отношению к прародителям. В данном случае испытуемым трудно признать наличие связи с предшествующими поколениями, и тем более обозначить свои чувства по отношению к ним: «Связь есть. Не буду комментировать»; «Мне трудно сказать, что я чувствую, скорее все сразу, хорошее и плохое».

Выделился круг женщин, отмечающих отсутствие чувства связанности с предшествующими поколениями. Ответы данных испытуемых звучат следующим образом: «Связь с родом? Скорее нет... живу собой, хотя иногда мне страшно вдруг становится от своих мыслей и чувств, пустота какая-то»; «Связи с родом нет, муж, я и сын, больше никого»; «Не очень чувствую связь с родом, я многих не застала, прошлое – темное пятно»; «По отношению к роду я не испытываю никаких чувств», «Не ассоциирую себя с родом, ничего хорошего там не было: жалость, сожаление, все мучились». Основным критерием слабой связи с родом в данном случае выступает отсутствие чувств. Для женщин со слабой идентификацией с родом характерно ощущение пустоты, прошлое – темное пятно.

Таким образом, именно чувства испытуемых выступают основным критерием наличия или отсутствия параметров данной группы, а также определяют характер связи с родом (положительная, отрицательная, амбивалентная или слабая).

**Седьмой блок** составляют параметры семейной истории, отражающие характер родовых ценностей. Речь идет о стабильности / нестабильности родовых ценностей, а также принятии / непринятии данных ценностей потомками. Поскольку трансформационный жизненный период характеризуется ощущением потери внутреннего равновесия, некоторой зыбкостью, именно родовые ценности могут выступать в качестве опоры и ориентира. Родовые ценности отражают уникальный опыт, характерный для каждого отдельного рода.

Таким образом, полученные параметры семейной истории можно условно разделить на *объективные* (конкретные знания, факты о роде и прародителях, которые передаются из поколения в поколение: повторяющиеся заболевания в роду,

алкоголизм, конфликты и др.) и *субъективные*, которые опосредованы индивидуальным семейным опытом испытуемых и их эмоциональным отношением к расширенной семье (связь с родом, эмоциональные отношения между женщинами рода и др.).

#### **4.2.2. Исследование параметров семейной истории, лежащих в основе дифференциации кризисных переживаний**

Основной задачей второго этапа исследования стало изучение влияния семейной истории на кризисные переживания женщины в середине жизни.

Для этого в рамках каждого из четырех факторов, описывающих женские кризисные переживания, с помощью U-критерия Манна – Уитни мы определили достоверные различия между группами испытуемых, выделенных по наличию или отсутствию определенного параметра семейной истории (Приложение 11). Подобная процедура позволяет выделить параметры семейной истории, которые лежат в основе дифференциации кризисных переживаний. Кроме того, с помощью коэффициента корреляции Спирмена мы выявили сильные взаимосвязи между данными параметрами и кризисными переживаниями, что позволило расширить и дополнить интерпретацию указанных различий (Приложение 12). При этом мы полагаем, что сочетание двух методов обработки не только значительно расширяет интерпретационные возможности роли параметров семейной истории в женских кризисных переживаниях, но и дает нам более объемное представление о роли семейной истории в кризисный период.

Таким образом, в рамках фактора «Опустошенность – Наполненность» наиболее значимые и статистически достоверные различия наблюдаются в параметрах семейной истории, отражающих сценарий женской линии («Одинокие женщины (2-е поколение)»; «Бездетные женщины (2-е поколение)»; «Бездетные женщины (4-е поколение)» (различия на уровне значимости  $p < 0,05$ ), а также характер межпоколенных отношений между женщинами рода («Эмоциональная хо-



лодность между женщинами рода» (различия на уровне значимости  $p < 0,01$ ) (Приложение 11).

Таким образом, для женщин, семейная история которых включает в себя такие параметры, как бездетность и женское одиночество, более характерно ощущение опустошенности в период кризиса середины жизни. Данные различия имеют свое объяснение.

Смысл материнства и деторождения для рода – это его продолжение. Рождение каждой новой жизни обеспечивает прочную основу для развития рода. В широком смысле бездетность является угрозой для существования семьи в целом, которая сопряжена с тревогой. В более узком смысле бездетность переживается как отсутствие смысла жизни, страх смерти и т. д. Подобный эмоциональный комплекс на неосознаваемом уровне транслируется из поколения в поколение как ощущение опустошенности, то есть отсутствие наполненности жизни смыслом.

Большое значение для женщины имеет характер межпоколенных отношений между женщинами рода. Состояние опустошенности более свойственно женщинам, в семейной истории которых прослеживается эмоциональная холодность между женщинами рода (мамы, бабушки, прабабушки). Опустошенность проявляется как нехватка ресурса (метафоры «Выжатая тряпка», «Уходящие жизненные соки» и др.). Нарушенная связь между разными поколениями женщин препятствует естественной передаче опыта между поколениями. В результате женщина не может опереться на свой род и воспользоваться его ресурсом. Подобные отношения приводят к ощущению опустошенности, нехватке сил в сложные жизненные периоды.

Немаловажную роль играют параметры семейной истории, отражающие негативный опыт предшествующих поколений. Значимые различия наблюдаются среди таких параметров семейной истории, как «Конфликты (2-е поколение)» ( $r = -0,33$ , при  $p < 0,01$ ; различия на уровне значимости  $p < 0,01$ ), «Разводы (3-е поколение)» ( $r = -0,29$ , при  $p < 0,05$ ; различия на уровне значимости  $p < 0,05$ ), «Неофициальные браки (1-е поколение)» ( $r = -0,29$ , при  $p < 0,05$ ; различия на уровне значимости  $p < 0,05$ ). Негативный родовой опыт, аккумулированный в се-

мейной памяти, характеризуется большой значимостью в судьбе потомков. Подобный опыт несет негативный след на протяжении нескольких поколений, обуславливая состояние опустошенности. Не случайно наблюдается сильная взаимосвязь между данными параметрами семейной истории и состоянием опустошенности женщины в середине жизни (Приложение 12).

В рамках фактора «Опустошенность – Наполненность» немаловажную роль играют родовые ценности, их стабильность и определенная степень принятия потомками. Наблюдается значимые различия среди таких параметров, как «Стабильность родовых ценностей (различия на уровне значимости  $p < 0,05$ )»; «Согласование собственных ценностей с родовыми» (различия на уровне значимости  $p < 0,01$ ). В этом случае состояние женщин, в семейной истории которых наблюдается стабильность родовых ценностей, которые принимают ценности рода (чувствуют, что их ценности согласуются с родовыми), характеризуется наполненностью. Опираясь на ценности рода, женщины способны пережить кризисный период без существенной потери ресурса. В результате принятия накопленных несколькими поколениями ценностей потомки (в данном случае женщины) обеспечивают себе опору и ориентир в трудный жизненный период. Поскольку родовые ценности стабильны, неизменны, женщина имеет возможность использовать опыт, накопленный несколькими поколениями, становится преемницей некоего родового знания. Для данных женщин менее выраженное ощущение опустошенности в кризисный период связано с тем, что, следуя принятым в роду ценностям, они имеют возможность опереться на уже сформированную в роду модель проживания данного жизненного периода, следовательно, имеют опору.

Нестабильность родовых ценностей препятствует передаче опыта. В данном случае каждое новое поколение осуществляет весьма сложную работу по формированию собственной системы ценностей, которая в результате не способна перейти к последующим поколениям. Таким образом, семья лишается возможности накопления внутриродового опыта в рамках единой системы ценностей, поэтому не может выступать в качестве ресурса для ее представителей. Женщины, семейная история которых характеризуется подобными параметрами, в трудный жиз-

ненный период чувствуют опустошение, связанное с потерей ресурса, отсутствием ориентиров на будущее.

В рамках фактора «Позитивное предвосхищение (Надежда на внешнего спасителя)» наиболее значимые различия отмечены в таких параметрах, как «Закрытые внутриродовые границы» и «Амбивалентные чувства к роду» (различия на уровне значимости  $p < 0,01$ ). (Приложение 11). Следовательно, для женщин, в семейной истории которых имеют место данные параметры, более свойственны переживания позитивного предвосхищения.

Закрытые внутриродовые границы свидетельствуют о том, что внутреннее пространство расширенной семьи закрыто, семьи живут изолированно, коммуникация между ними затруднена. Эмоциональное отношение к семьям, составляющим род, у отдельных его представителей смешенное: чувства варьируются от положительных до отрицательных. При подобных аспектах семейной истории у представителей расширенной семьи отсутствуют возможность обмениваться опытом, поддерживать друг друга, выступать в качестве опоры. Для таких семей более свойственна ориентация на внешние отношения (друзья, коллеги), которые и выступают основным источником ресурса.

Для женщин, в памяти которых хранится знание о закрытости внутриродовых границ и которые испытывают амбивалентные чувства к роду, более свойственно в трансформационный период искать поддержку вне рода. Иными словами, они ожидают, что решающую роль в процессе внутренних и внешних наблюдаемых перемен сыграет некий «внешний спаситель».

При наличии подобных параметров можно предположить, что внутрисемейный опыт для женщины становится недоступен. Подобная ситуация возникает также при наличии межпоколенного конфликта ( $r = 0,28$ , при  $p < 0,05$ ; различия на уровне значимости  $p < 0,05$ ). Межпоколенный конфликт обостряет отчужденность между старшими и младшими представителями рода, нарушая связь между ними.

Описывая трансформационные переживания в рамках фактора «Позитивное предвосхищение (Надежда на внешнего спасителя)», наряду с их позитивным фоном, мы отмечаем наличие некоего инфантилизма, выраженного в позиции пас-

сивного выжидания, переносе ответственности за собственное внутреннее развитие. Женщинам с подобными переживаниями свойственно воспринимать внутренние перемены как нечто неподвластное их собственной воле. В этом случае они надеются на внешние силы (случай, другого человека и т. д.), которые способны помочь преодолеть трудный период.

С учетом подобного понимания данного переживания нетрудно предположить, что такие женщины не имеют четких ориентиров относительно того, как проживать данный жизненный этап. Подобные ориентиры хранятся в семейной памяти в виде опыта старших представительниц рода (мамы, бабушки, прабабушки). В этом отношении большую роль играет наличие или отсутствие эмоциональной связи между женщинами рода, следовательно, для данного переживания на первый план выходят параметры семейной истории, которые раскрывают особенности эмоциональной связи и отношений между женщинами рода.

Таким образом, в основе женских переживаний, описываемых как «Позитивное предвосхищение (надежда на внешнего спасителя)», лежат «Ранняя смерть матери» ( $r = 0,26$ , при  $p < 0,05$ ; различия на уровне значимости  $p < 0,05$ ), «Эмоциональная холодность между женщинами рода» ( $r = 0,29$ , при  $p < 0,05$ ; различия на уровне значимости  $p < 0,05$ ); «Эмоционально близкие отношения с сестрой» ( $r = 0,27$ , при  $p < 0,05$ ; различия на уровне значимости  $p < 0,05$ ), а также «Эмоционально близкие отношения в диаде «бабушка – внучка» ( $r = -0,23$ , при  $p < 0,05$ ; различия на уровне значимости  $p < 0,05$ ), «Близость с родственниками по материнской линии» ( $r = -0,26$ , при  $p < 0,05$ ; различия на уровне значимости  $p < 0,05$ ).

Фигура матери имеет огромный смысл для женщины, для понимания ею своей женской природы. Если в раннем детстве мать обеспечивает чувство безопасности, защищенности, то на более поздних этапах развития она посвящает дочь в некое женское сообщество, демонстрируя ей эффективные модели взаимодействия с внешним миром, способы проживания трудных жизненных периодов, характерные для женщин данного рода. Так, через значимые отношения «мать – дочь» происходит трансляция опыта. В этом смысле ранняя потеря матери лишает дочь подобной преемственности, дезориентируя ее. В ходе дальнейшего развития

таким женщинам сложно осознать собственный психологический ресурс и свои возможности для преодоления трудных жизненных ситуаций, поэтому они склонны надеяться на внешние обстоятельства, на «внешнего спасителя».

Подобная связь описываемого переживания наблюдается со всеми параметрами семейной истории, которые в той или иной степени характеризуют разрыв эмоциональной связи между несколькими поколениями женщин («Межпоколенный конфликт», «Эмоциональная холодность между женщинами рода»). Однако наблюдается обратная взаимосвязь, если сохраняется преемственность поколений, например, через эмоционально близкие отношения в диаде «бабушка – внучка», через близость с родственниками по материнской линии. В этом случае опыт передается через поколение и лежит в основе иного переживания, не связанного с опорой на внешний ресурс. Знание, которое передается по женской линии рода, становится своеобразным ориентиром для женщины в период переживания глубокой внутренней трансформации.

Таким образом, основную роль в трансляции семейного опыта играют ключевые женские фигуры: мама, бабушка, тетя, сестра.

В рамках фактора «Закрытость (опора на стабильность) – Открытость новому опыту (готовность к переменам)» переживания женщин дифференцируются в зависимости от наличия или отсутствия параметров, отражающих значимые отношения между женщинами рода. Наблюдаются сильные взаимосвязи и значимые различия между данным фактором и следующими параметрами семейной истории: «Эмоционально близкие отношения в диаде «бабушка – внучка» ( $r = -0,41$ , при  $p < 0,001$ ; различия на уровне значимости  $p < 0,001$ ); «Идентификация с бабушкой» ( $r = -0,24$ , при  $p < 0,05$ ; различия на уровне значимости  $p < 0,05$ ), «Ранняя смерть матери» ( $r = 0,29$ , при  $p < 0,05$ ; различия на уровне значимости  $p < 0,05$ ); «Эмоционально близкие отношения в диаде «тетя – племянница» (Приложение 11).

В данном случае наиболее значимой фигурой для переживаний «Открытость» или «Закрытость новому опыту» является фигура бабушки. Поддерживая сохранность семейных ценностей, она обеспечивает стабильность и нерушимость

семейной системы, что помогает сохранить связь между поколениями. Именно бабушка играет важную роль в сохранении семейной истории, семейного наследия и традиций.

В женском онтогенезе бабушка – это хранитель сакрального знания, это источник мудрости и опыта. Именно эта фигура обеспечивает преемственность между поколениями по женской линии. Женщины, имеющие особую эмоциональную связь с бабушкой, становятся преемницами родового женского опыта, в том числе опыта проживания сложных жизненных периодов. В период внутренней трансформации для них более свойственна тенденция к закрытости, проявляющаяся как опора на стабильность, в то время как готовность к переменам и новому опыту выражена слабо. Прежде всего, это связано с ориентацией на ресурс рода, на внутривидовое знание, полученное от 3-го поколения, то есть от бабушки, для которого необходимым условием являются стабильность и неизменность семейной системы. И в этом смысле символическое значение фигуры бабушки – не только в передаче, но и в сохранении опыта внутри рода.

Рассматривая переживания женщин в рамках последнего выделенного нами фактора «Активизирующие – Астенизирующие чувства», мы обнаружили значимые различия в следующих параметрах: «Эмоционально близкие отношения в диаде «мать – дочь» ( $r = -0,45$ , при  $p < 0,001$ ; различия на уровне значимости  $p < 0,001$ ), «Эмоционально близкие отношения с сестрой» ( $r = -0,34$ , при  $p < 0,01$ ; различия на уровне значимости  $p < 0,01$ ), «Эмоциональная холодность между женщинами рода» ( $r = 0,46$ , при  $p < 0,001$ ; различия на уровне значимости  $p < 0,001$ ), «Стабильность родовых ценностей» ( $r = -0,47$ , при  $p < 0,001$ ; различия на уровне значимости  $p < 0,001$ ), «Закрытые семейные границы (1-е поколение)» ( $r = 0,25$ , при  $p < 0,05$ ; различия на уровне значимости  $p < 0,05$ ), «Закрытые семейные границы (3-е поколение)» ( $r = 0,24$ , при  $p < 0,05$ ; различия на уровне значимости  $p < 0,05$ ), «Раннее вдовство (2-е поколение)» ( $r = -0,31$ , при  $p < 0,01$ ; различия на уровне значимости  $p < 0,01$ ) (Приложение 11,12).

Наблюдаемые различия позволяют нам сделать вывод о том, что данные параметры семейной истории лежат в основе дифференциации кризисных пережи-

ваний в рамках фактора «Активизирующие – Астенизирующие чувства». При этом одни параметры связаны с астенизацией, другие, напротив, активизируют женский ресурс в кризисный период.

Основными параметрами семейной истории, которые связаны с астенизирующими переживаниями (метафоры «Холод будущего», «Обиженное сердце» и др.), являются «Эмоциональная холодность между женщинами рода» ( $r = 0,46$ , при  $p < 0,001$ ), «Закрытые семейные границы (1-е поколение)» ( $r = 0,25$ , при  $p < 0,05$ ) и «Закрытые семейные границы (3-е поколение)» ( $r = 0,24$ , при  $p < 0,05$ ). Нарушенная эмоциональная связь между женщинами рода отягощает. Предположительно это связано с тем, что в подобных условиях большая часть ресурса уходит на переживание и проработку прошлых семейных отношений (с матерью, бабушкой и др.), а не актуальных. В этом случае женщина «зависает» в негативном состоянии (обида, ощущения несправедливости и т. д.), не видит перспективы, свое состояние описывает как «Холод будущего». Основным моментом здесь является то, что женщина не чувствует в себе сил для преобразования действительности.

В этом состоянии существенную роль играет закрытость психологических границ, в особенности в 1-м и 3-м поколениях. Основная функция психологических границ семьи – защита от внешнего неблагоприятного воздействия. Закрытые семейные границы обеспечивают стабильность и сохранность семейной системы, однако в то же время они ограничивают человека рамками семейного опыта. Для женщины закрытость психологических границ родительской семьи (2-е поколение) связана с ощущением безопасности, поэтому не является столь астенизирующим фактором, как, например, закрытость семейных границ в 1-м и 3-м поколениях. Закрытое семейное пространство в 1-м и 3-м поколениях препятствует свободному обмену энергией со средой, с внешним миром, поэтому не позволяет женщине в полной мере осознавать и чувствовать собственные силы.

Иное значение для женщины имеют такие параметры, как «Эмоционально близкие отношения в диаде «мать – дочь», «Эмоционально близкие отношения с сестрой», «Стабильность родовых ценностей», «Раннее вдовство (2-е поколе-

ние)». Для женщин, семейная история которых характеризуется подобными параметрами, более характерны активизирующие чувства, выраженные в метафорах «Буря чувств», «Дух бунтарства» и т. д. Близость между женщинами рода (мать, сестра), а также стабильность родовых ценностей активизируют женщину в кризисный период, позволяя ей чувствовать всплеск эмоций, энергии, которой достаточно для преобразования внутренней реальности.

Аналогичные переживания свойственны женщинам, в семейной истории которых прослеживается раннее вдовство во 2-м поколении, то есть в поколении родителей. Фактически большинство женщин, отмечающих наличие данного параметра в собственной семейной истории, либо рано остались без отца (в том случае, если вдовой является их мать), либо были свидетелями вдовствования ближайших родственников. Утрата опоры в виде мужской фигуры (отца) символически переживается как отсутствие защиты, поддержки в трудные жизненные периоды. Ответственность, которую брал на себя отец, распределяется между оставшимися членами семьи. Подобное состояние мобилизует, аккумулирует собственный ресурс. В подобной ситуации любые астенизирующие переживания, со свойственным им зависанием в состоянии, небезопасны для семьи и для ее членов, так как способствуют потере связи с внешним миром. Именно поэтому переживания женщин, столкнувшихся с подобным опытом, связаны с активным преобразованием действительности, с действием, включенностью.

Таким образом, кризисные переживания в рамках каждого фактора дифференцируются в зависимости от наличия или отсутствия определенных параметров семейной истории.

На основе анализа различий кризисных переживаний в группах испытуемых с различными параметрами семейной истории мы пришли к выводу, что особое значение для женщины в кризисный период имеет женская линия в роду: судьбы женщин в роду (вдовство, бездетность, одиночество и т. д.), особенности межпоколенных отношений между женщинами рода, значимость отдельных женских фигур внутри рода.



Таким образом, особую роль для женщины в кризисный период играют параметры семейной истории, отражающие характер межпоколенных отношений между женщинами рода. Сохранная межпоколенная связь между женщинами рода обуславливает трансляцию семейного опыта. В этом случае женщина становится преемницей опыта предшествующих поколений, что обеспечивает дополнительных ресурс и ориентир в середине жизни.

Немаловажную роль играют значимые женские фигуры (мать, бабушка, тетя, сестра), а также степень эмоциональной близости с ними. Каждая женская фигура имеет свое символическое значение в женском онтогенезе. Так, бабушка – это хранительница некоего внутриродового знания, фигура семейной истории, которая обеспечивает сохранность и стабильность семейной системы. Для женщин, у которых сложились особые эмоциональные отношения с бабушкой, более характерно на этапе внутренних перемен опираться на стабильность, неизменность, черпать ресурс внутри рода. Иное смысловое значение имеет фигура матери. Именно мать посвящает дочь в «женское сообщество», транслируя ей более эффективные паттерны поведения. В образе матери женщина черпает ресурс для преодоления трудных жизненных периодов («Мама – мой ангел хранитель» – пример из протокольных записей испытуемых). Нарушенная связь с матерью (отсутствие эмоционально близких отношений, ранняя смерть матери) дезориентирует женщину, обуславливает переживание по типу астенизирующих чувств и опустошенности, но в то же время обуславливает поиск ресурса вне рода (позитивное предвосхищение (надежда на внешнего спасителя), открытость новому опыту (готовность к переменам)).

Наряду с параметрами, которые связаны с женской линией, можно отметить существенную роль ценностей рода. Говоря о ценностях рода, прежде всего мы имеем в виду их стабильность и степень принятия потомками данных ценностей. Стабильность родовых ценностей, их неизменность создает прочную основу и опору для женщины на разных этапах онтогенеза. При условии принятия данных ценностей они выступают в качестве основного ресурса в трудные жизненные периоды.

Сравнительный анализ групп испытуемых с различной представленностью параметров семейной истории позволил нам подтвердить предположение о том, что в основе дифференциации кризисных переживаний женщины лежит прошлый семейный опыт, находящий свое отражение в семейной истории каждого отдельного рода. При этом индивидуальная семантика кризисных переживаний тесно связана с особенностями семейной истории. Важно отметить, что отдельные параметры семейной истории в рамках различных семантических пространств выполняют различную смыслообразующую роль, одновременно могут выступать и в качестве ресурса для женщины, оптимизируя кризисные переживания, и в качестве отягощающего фактора.

Данный вид анализа позволил нам сделать предположение о том, что многообразие кризисных переживаний зависит не от отдельных параметров семейной истории, а от их совокупности, объединения в несколько факторов, составляющих определенный контекст семейной истории. Для подтверждения данного предположения мы осуществили дополнительную математическую обработку данных.

#### **4.2.3. Структурографический анализ параметров семейной истории у женщин с разной субъективной семантикой кризисных переживаний**

Проведенный ранее анализ параметров семейной истории, лежащих в основе дифференциации кризисных переживаний, позволил сделать вывод об их неоднозначности и необходимости учета более широкого семейного контекста для интерпретации кризисных переживаний женщины. В связи с этим мы предположили, что существуют более широкие социально-психологические закономерности, отраженные в структуре семейной истории и детерминирующие кризисные переживания женщины. Для выявления данных закономерностей мы обратились к структурографическому анализу. Структурограммы семейной истории для групп женщин с разной субъективной семантикой кризисных переживаний представлены в Приложениях 13-19.

Одним из первых этапов в ходе анализа структурограмм является подсчет индекса организованности структуры (ИОС). Результаты представлены в таблице 5.

Таблица 5

**Меры организованности структур семейной истории  
при разной субъективной семантике кризисных переживаний**

Кризисные переживания	Индексы организованности структур		
	ИКС (Конвергенция)	ИДС (Дивергенция)	ИОС
Опустошенность	664	328	992
Наполненность	650	315	962
Позитивное предвосхищение (Надежда на внешнего спасителя)	824	322	1146
Закрытость (Опора на стабильность)	754	316	1070
Открытость (Готовность к переменам)	634	178	812
Активизирующие чувства	654	238	892
Астенизирующие чувства	730	350	1080

Примечание: ИКС – индекс когерентности структуры кризисных переживаний;

ИДС – индекс дивергентности;

ИОС – индекс организованности структуры.

Значение ИОС свидетельствует о достаточно высокой организованности структуры семейной истории при переживаниях «Позитивное предвосхищение», «Закрытость (Опора на стабильность)» и «Астенизирующие чувства». Наименьшей организованностью отличаются структуры семейной истории при переживаниях «Открытость (Готовность к переменам)» и «Активизирующие чувства». Данные, представленные в табл. 5, свидетельствуют о том, что меры организованности

структур семейной истории при разной семантике кризисных переживаний различны. Структура динамична не только в рамках различных смысловых полей переживаний, но и в рамках одного смыслового поля.

Далее с помощью суммирования весов всех взаимосвязей, в которые включена та или иная переменная (параметр семейной истории), мы рассчитали веса всех параметров семейной истории. Таким образом, мы выделили ведущие параметры семейной истории, определяющие построение всей структуры (Таблица 6).

Таблица 6

**Значение весов переменных в структуре семейной истории  
для различных кризисных переживаний**

№	Параметры семейной истории	Опущенность	Наполненность	Позитивное предвосхищение	Закрытость (Опора на стабильность)	Открытость (Готовность к переменам)	Активизирующие чувства	Астенизирующие чувства
1.	Разводы (1-е поколение)	26	16	17	25	9	16	29
2.	Разводы (2-е поколение)	12	10	15	12	7	14	20
3.	Разводы (3-е поколение)	18	0	23	16	16	18	29
4.	Алкоголизм (1-е поколение)	19	0	25	17	23	23	22
5.	Алкоголизм (2-е поколение)	14	0	38	17	14	19	32
6.	Алкоголизм (3-е поколение)	27	0	38	12	24	18	40
7.	Женский алкоголизм	12	0	0	23	0	19	0
8.	Конфликты (1-е поколение)	14	10	44	13	4	13	8
9.	Конфликты (2-е поколение)	7	10	20	20	4	11	19
10.	Конфликты (3-е поколение)	11	15	15	20	11	16	11
11.	Конфликты (4-е поколение)	0	25	18	15	8	8	0
12.	Межпоколенный конфликт	14	25	24	14	16	10	26
13.	Неофициальные браки (1-е поколение)	12	11	24	16	18	22	12
14.	Неофициальные браки (2-е поколение)	8	0	7	17	8	13	0

№	Параметры семейной истории	Опущенность	Наполненность	Позитивное предвосхищение	Закрытость (Опора на стабильность)	Открытость (Готовность к переменам)	Активизирующие чувства	Астенизирующие чувства
15.	Неофициальные браки (3-е поколение)	11	12	14	31	13	20	15
16.	Случаи насильственной смерти в роду	4	25	16	15	14	9	
17.	Случаи суицидов в роду	20	25	18	9	25	4	17
18.	Повторяющиеся заболевания в роду	19	10	24	18	9	10	10
19.	Тревожное отношение к здоровью в роду	14	12	22	12	8	14	13
20.	Попустительское отношение к здоровью в роду	10	29	11	23	9	6	19
21.	Раннее вдовство (1-е поколение)	0	0	0	0	0	0	0
22.	Раннее вдовство (2-е поколение)	13	13	13	19	16	4	8
23.	Раннее вдовство (3-е поколение)	11	21	16	16	19	13	17
24.	Одинокие (незамужние) женщины (1-е поколение)	16	19	12	18	14	8	23
25.	Одинокие (незамужние) женщины (2-е поколение)	21	8	11	22	23	14	18
26.	Одинокие (незамужние) женщины (3-е поколение)	15	25	18	24	11	0	13
27.	Одинокие (незамужние) женщины (4-е поколение)	0	0	0	0	0	0	0
28.	Бездетные женщины (1-е поколение)	4	6	15	20	2	3	13
29.	Бездетные женщины (2-е поколение)	21	8	10	22	12	14	30
30.	Бездетные женщины (3-е поколение)	15	0	17	16	25	0	20

№	Параметры семейной истории	Опущенность	Наполненность	Позитивное предвосхищение	Закрытость (Опора на стабильность)	Открытость (Готовность к переменам)	Активизирующие чувства	Астенизирующие чувства
31.	Бездетные женщины (4-е поколение)	10	0	0	0	0	0	0
32.	Женская гиперфункциональность (1-е поколение)	21	19	20	25	25	18	26
33.	Женская гиперфункциональность (2-е поколение)	15	22	17	21	20	16	13
34.	Женская гиперфункциональность (3-е поколение)	28	18	20	20	20	19	9
35.	Повторяемость женской судьбы	12	19	10	25	12	9	18
36.	Ориентация женщин рода на семью	0	27	20	10	0	0	26
37.	Ориентация женщин рода на карьеру	10	19	15	9	7	3	28
38.	Отсутствие интереса к собственной внешности у женщин рода	13	17	7	7	7	5	21
39.	Тревожное отношение женщин рода к собственной внешности	31	31	7	8	7	16	22
40.	Ранняя смерть матери	15	12	8	0	11	18	14
41.	Эмоционально близкие отношения в диаде «мать – дочь»	10	16	30	16	9	16	7
42.	Эмоционально близкие отношения в диаде «бабушка – внучка»	10	19	6	8	3	23	11
43.	Эмоционально близкие отношения в диаде «тетя – племянница»	8	10	10	20	2	7	28
44.	Эмоционально близкие отношения с сестрой	16	24	21	13	7	12	12

№	Параметры семейной истории	Опущенность	Наполненность	Позитивное предвосхищение	Закрытость (Опора на стабильность)	Открытость (Готовность к переменам)	Активизирующие чувства	Астенизирующие чувства
45.	Эмоциональная отстраненность (холодность) между женщинами рода	30	23	32	12	18	27	22
46.	Идентификация с мамой	9	15	8	19	7	4	11
47.	Идентификация с тетей	5	0	17	14	16	5	12
48.	Идентификация с бабушкой (прабабушкой)	11	15	16	15	20	14	16
49.	Идентификация с сестрой	15	7	15	0	2	3	12
50.	Отсутствие идентификации с представительницами рода	9	12	12	23	5	9	9
51.	Идентификация с отцом	15	17	6	7	9	15	8
52.	Эмоционально сдержанные (отдаленные) отношения с отцом	10	18	12	9	12	12	10
53.	Прерванные отношения с отцом	15	11	26	13	6	15	29
54.	Закрытые семейные границы (1-е поколение)	16	23	11	15	21	22	20
55.	Закрытые семейные границы (2-е поколение)	16	23	10	7	21	17	9
56.	Закрытые семейные границы (3-е поколение)	12	26	17	25	14	23	13
57.	Смешанные семейные границы	13	5	18	9	1	24	18
58.	Закрытые семьи (по отцовской линии)	29	26	15	26	18	22	15
59.	Закрытые семьи (по материнской линии)	17	26	10	16	21	24	13
60.	Закрытые внутриродовые границы	20	18	18	17	8	6	14

№	Параметры семейной истории	Опущенность	Наполненность	Позитивное предвосхищение	Закрытость (Опора на стабильность)	Открытость (Готовность к переменам)	Активизирующие чувства	Астенизирующие чувства
61.	Закрытые (изолированные) семьи внутри рода	4	13	21	24	2	26	4
62.	Связь с родом (позитивные чувства)	12	10	16	31	16	30	12
63.	Связь с родом (негативные чувства)	25	12	20	12	20	18	21
64.	Амбивалентные чувства к роду	19	11	25	23	14	14	25
65.	Слабая связь с родом	12	10	11	10	5	7	12
66.	Чувство близости с родственниками по материнской линии	21	17	14	18	14	14	17
67.	Чувство близости с родственниками по отцовской линии	31	13	13	13	17	9	24
68.	Стабильность родовых ценностей	25	19	22	18	15	10	13
69.	Рассогласование собственных ценностей с ценностями рода	14	10	35	10	18	21	22

Как видно из данных, представленных в таблице 6, наблюдается существенная динамика весов переменных в структуре семейной истории при разной субъективной семантике кризисных переживаний. Ведущими параметрами семейной истории для переживания «Опущенность» являются (39) «Тревожное отношение женщин рода к изменениям в собственной внешности», (67) «Чувство близости с родственниками по отцовской линии», (58) «Закрытые семьи (по отцовской линии)», (45) «Эмоциональная отстраненность (холодность) между женщинами рода». Веса данных параметров в структуре составляют более 28 баллов. Важно отметить, что параметр (39) «Тревожное отношение женщин рода к изменениям в собственной внешности» является структурообразующим и для противоположного полюса переживания – «Наполненность». Его вес в структуре составляет 31 балл.



Субъективная семантика переживания в данном случае зависит от значимых корреляционных связей между базовыми переменными, образующими соответствующий контекст семейной истории. Так, «Тревожное отношение женщин рода к изменениям в собственной внешности» в первом случае («Опустошенность») имеет положительные связи на уровне значимости  $p < 0,001$  с параметрами «Чувство близости с родственниками по отцовской линии», «Закрытые внутривидовые границы», «Алкоголизм (3-е поколение)», а также отрицательную взаимосвязь на уровне значимости  $p < 0,001$  с параметром «Чувство близости с родственниками по материнской линии».

При этом все описываемые параметры семейной истории обладают достаточно высоким весом в структуре семейной истории и связаны между собой. Анализируя данные взаимосвязи, мы прослеживаем следующую закономерность: тревожное отношение женщин рода к собственной внешности наблюдается в семьях с сильно выраженной отцовской линией в роду («Чувство близости с родственниками по отцовской линии», «Закрытые семьи по отцовской линии») и слабо выраженной материнской линией. При этом чем сильнее связь с отцовской линией, тем слабее связь с материнской линией и тем сильнее выражена тревожность у женщин рода относительно изменений в собственной внешности. Иные особенности прослеживаются в структуре семейной истории у женщин, переживающих наполненность в период кризиса середины жизни. Несмотря на то, что «Тревожное отношение женщин рода к изменениям в собственной внешности» в рамках данной структуры сохраняет свой вес (31 балл), данный параметр образует иные взаимосвязи, меняя тем самым и весь контекст семейной истории. Наблюдаются сильные положительные взаимосвязи на уровне значимости  $p < 0,001$  с такими параметрами, как (11) «Конфликты (4-е поколение)», (16) «Случаи насильственной смерти в роду», (17) «Случаи суицидов в роду», (26) «Одинокие (незамужние) женщины (3-е поколение)».

При этом данные параметры имеют высокий структурный вес (более 25 баллов) и связаны между собой. В данном случае «Тревожное отношение женщин рода к изменениям в собственной внешности» связано не с близостью/отдаленностью материнской или отцовской линии, а с наличием в семейной истории параметров,

свидетельствующих о негативном, травмирующем опыте (суициды, насилие). Однако данные параметры образуют весьма плотную микроструктуру с еще одним структурообразующим параметром – (36) «*Ориентация женщин рода на семью*». Данный параметр образует сильные отрицательные взаимосвязи со всеми вышеописанными параметрами. Наблюдается следующая закономерность: чем больше женщины рода ориентированы на семью, тем меньше испытывают тревогу относительно изменений в собственной внешности, тем меньше суицидов и случаев насильственной смерти в роду. Описываемый параметр семейной истории является смыслообразующим для понимания контекста семейной истории женщин, переживающих «Наполненность».

Таким образом, рассматривая особенности семейной истории в рамках смыслового поля переживания «Опустошенность – Наполненность», мы наблюдаем некоторую динамику ее структуры. Несмотря на наличие схожих структурообразующих параметров (в данном случае «Тревожное отношение женщин рода к собственной внешности»), характер взаимосвязей между структурообразующими параметрами различен. Это обуславливает различия не только в природе возникновения данного феномена семейной истории, но и самого переживания в целом. Оба переживания несут в себе след родовой тревоги относительно собственной телесности, однако природа данной тревоги различна. В первом случае это невозможность поддержать связь с женской линией в роду, тревога в подобной ситуации передается как бессознательный паттерн. В другом случае ощущение тревоги есть результат травмирующего родового опыта, который несет в себе идею потери телесности (суициды, насилие). Тем не менее ориентация женщин рода на семью и обращение женской энергии в семейное пространство позволяет представителям рода справляться с подобными переживаниями, делая их осознаваемыми.

Структура семейной истории женщин, чьи кризисные переживания описываются как «Позитивное предвосхищение (Надежда на внешнего спасителя)», характеризуется наиболее высоким индексом организованности структуры (ИОС – 1146). Ведущими параметрами семейной истории, имеющими наибольший структурный вес, являются (5) «*Алкоголизм (2-е поколение)*», (6) «*Алкоголизм (3-е поко-*

ление)», (8) «Конфликты (1-е поколение)», (69) «Рассогласование собственных ценностей с ценностями рода», (53) «Прерванные отношения с отцом», (41) «Эмоционально близкие отношения в диаде «мать – дочь». Первые четыре параметра характеризуются сильными двусторонними связями на уровне значимости  $p < 0,001$ , определяя соответствующий описываемому переживанию контекст семейной истории: алкоголизм в поколении родителей и прародителей, как негативный родовой фактор, ведет к прерыванию отношений с отцом и непринятию потомками ценностей рода. Образующаяся устойчивая диада «мать – дочь» не способна заменить фигуру отца и составить опору в кризисный период. Данная ситуация служит основанием для поиска опоры и ориентира вне рода, актуализируя переживания, связанные с надеждой на внешнего спасителя.

Особой динамикой отличается структура семейной истории в рамках смыслового поля переживания «Закрытость (Опора на стабильность) – Открытость новому опыту (Готовность к переменам)». Структура семейной истории при переживании «Закрытость (Опора на стабильность)» более организована (ИОС – 1070). Большое количество параметров семейной истории включено в структуру и имеет сильные взаимосвязи. При этом особое значение имеет параметр (62) «Связь с родом (позитивные чувства)». Анализируя ведущие параметры семейной истории в рамках данной структуры, среди которых (15) «Неофициальные браки (3-е поколение)», (1) «Разводы в 1-м поколении», (26) «Одинокие, незамужние женщины (3-е поколение)», (32) «Женская гиперфункциональность (1-е поколение)», (35) «Повторяемость женской судьбы», мы отмечаем особую роль опыта поколения прародителей в судьбе потомков и повторяемость женской судьбы через поколение. Позитивная связь с родом создает необходимые условия для преемственности потомками опыта прародителей, что, с одной стороны, дает возможность найти опору внутри рода, с другой – делает женщину «пленницей» данного опыта, лишая возможности выйти за рамки сложившихся семейный стереотипов. Иной контекст семейной истории прослеживается при переживании женщиной открытости новому опыту. В данном случае индекс организованности структуры значительно ниже – 812. Параметры семейной истории менее интегри-

рованы. Корреляционный вес ведущих параметров снижается до 25 баллов. Структурообразующими в данном случае являются (32) «Женская гиперфункциональность (1-е поколение)», (30) «Бездетные женщины (3-е поколение)», (17) «Случаи суицидов в роду». При этом ведущие параметры семейной истории не связаны между собой, образуют стихийные взаимосвязи с менее выраженными параметрами, обуславливая фрагментарность семейной истории. Так, (32) «Женская гиперфункциональность (1-е поколение)» образует сильные взаимосвязи на уровне значимости  $p < 0,001$  с такими параметрами, как (33) «Женская гиперфункциональность (2-е поколение)» и (34) «Женская гиперфункциональность (3-е поколение)», которые, в свою очередь образуют взаимосвязь с параметром (23) «Раннее вдовство (3-е поколение)». Данные взаимосвязи подчеркивают трансгенерационный характер данного параметра семейной истории. Женская гиперфункциональность транслируется как некий паттерн, характеризующийся усилением женской роли в роду, изначально обусловленный потерей «кормильца» в поколении прародителей («Раннее вдовство (3-е поколение)»). Данную структуру отличает увеличение веса такого параметра, как (63) «Связь с родом (негативные чувства)». Он коррелирует со следующими параметрами: (16) «Случаи насильственной смерти в роду», (22) «Раннее вдовство (2-е поколение)», (6) «Алкоголизм (3-е поколение)», (64) «Амбивалентные чувства к роду». Можно полагать, что негативный родовой опыт (алкоголизм, раннее вдовство, насильственные смерти в роду) лежит в основе возникающих негативных чувств по отношению к роду.

Возвращаясь к сравнению структур семейной истории, важно отметить, что семантика кризисных переживаний в рамках смыслового поля переживания «Закрытость (Опора на стабильность) – Открытость новому опыту (Готовность к переменам)» в большей степени продиктована отношением женщины к расширенной семье, чувствами, которые актуализирует в сознании женщины ее род.

Иной контекст семейной истории прослеживается у женщин, чьи переживания описываются семантическим пространством «Активизирующие – Астенизирующие чувства». Структура семейной истории при переживании «Астенизирующие чувства» более организована (ИОС – 1080), чем при переживании «Ак-

тивизирующие чувства» (ИОС – 892). Ведущим параметром семейной истории у женщин, испытывающих активизирующие чувства, является (62) «Связь с родом (позитивные чувства)». Данный параметр имеет сильные отрицательные связи на уровне значимости  $p < 0,001$  с «Алкоголизмом (3-е поколение)» и «Связью с родом (негативные чувства)». Данные параметры относятся к числу важнейших структурообразующих параметров в структуре семейной истории астенизированных женщин. Ядро данной структуры составляют следующие параметры: (6) «Алкоголизм (3-е поколение)», (5) «Алкоголизм (2-е поколение)», (29) «Бездетные женщины (2-е поколение)», (1) «Разводы в 1-м поколении», (3) Разводы в 3-м поколении, (53) «Прерванные отношения с отцом», (37) «Ориентация женщин рода на карьеру». Образуя сильные взаимосвязи, данные параметры демонстрируют особую роль негативного родового опыта в судьбе потомков.

Таким образом, анализируя структурограммы семейной истории, характерные для женщин с разной субъективной семантикой кризисных переживаний, мы приходим к выводу о том, что структура семейной истории изменяется, имеет в каждом отдельном случае свой уникальный профиль. Это свидетельствует о том, что семантика кризисных переживаний женщины обусловлена особым семейно-родовым опытом. Данный опыт представлен в структуре в виде совокупности ведущих параметров семейной истории, отражающей закономерности функционирования и развития семьи в нескольких поколениях и находящей свое отражение в семейной истории каждого отдельного рода. Взаимосвязи, возникающие между данными параметрами, составляют базовый контекст семейной истории, необходимый для интерпретации кризисных переживаний женщины.

#### **4.2.4. Исследование влияния факторов семейной истории на субъективную семантику кризисных переживаний**

Чтобы определить влияние параметров семейной истории на субъективную семантику кризисных переживаний, мы обратились к множественному регресси-

онному анализу (МРА) данных. МРА позволил нам определить вклад параметров семейной истории (независимые переменные) в переживания (зависимая переменная). Кроме того, данная процедура позволяет выстроить прогноз относительно возникновения определенного переживания в зависимости от соответствующих параметров семейной истории.

Перед проведением МРА мы столкнулись с необходимостью укрупнения параметров семейной истории (независимых переменных). Для этого нами был проведен факторный анализ параметров семейной истории с вычислением значений факторов для объектов.

Таким образом, все параметры семейной истории группируются в 4 фактора (Приложение 20).

В первый фактор с максимальными факторными нагрузками вошли следующие параметры семейной истории: «Женская гиперфункциональность (1-е поколение)» (0,72), «Женская гиперфункциональность (2-е поколение)» (0,60), «Женская гиперфункциональность (3-е поколение)» (0,73), «Ориентация женщин рода на карьеру» (0,34), «Идентификация с бабушкой» (0,48), «Эмоционально близкие отношения с сестрой» (0,46). Данный фактор обозначен как **«Женская доминирующая позиция»**.

Второй фактор объединил в себе такие параметры семейной истории, как «Эмоциональная холодность между женщинами рода» (0,66), «Амбивалентные чувства к роду» (0,63), «Чувство близости с родственниками по материнской линии» (-0,55), «Разводы в 3-м поколении» (0,59), «Межпоколенный конфликт» (0,42), «Бездетные женщины (3-е поколение)» (0,44), «Ориентация женщин рода на семью» (-0,31), «Эмоционально сдержанные отношения с отцом» (0,35), «Эмоционально близкие отношения в диаде «мать – дочь» (-0,48), «Связь с родом (негативные чувства)» (0,41), «Связь с родом (позитивные чувства)» (-0,43). Подобная совокупность параметров свидетельствует о нарушенной эмоциональной связи с родом, об отсутствии эмоционально близких отношений между членами расширенной семьи, как по материнской, так и по отцовской линии. Род при таком характере отношений не может выступать в качестве опоры или ресурса для жен-

щины, ввиду этого данный фактор получил название **«Невозможность опереться на семейный ресурс»**.

Основными переменными, вошедшими в состав 3-го фактора, стали «Разводы во втором поколении» (0,54), «Алкоголизм (1-е поколение)» (0,50), «Алкоголизм (2-е поколение)» (0,47), «Алкоголизм (3-е поколение)» (0,59), «Женский алкоголизм» (0,31), «Конфликты (3-е поколение)» (0,41), «Неофициальные браки (1-е поколение)» (0,56), «Слабая связь с родом» (-0,48), «Связь с родом (позитивные чувства)» (0,33). Несмотря на то, что присутствует большое количество параметров, отражающих негативный родовой опыт (алкоголизм, конфликты и др.), наблюдается сильная связь с родом. В данном случае связь имеет характер зависимости, поэтому данный фактор обозначен нами как **«Конфликтная связь с родом»**.

Последний выделенный нами фактор объединил в себе следующие параметры семейной истории: «Закрытые семейные границы (1-е поколение)» (0,70), «Закрытые семейные границы (2-е поколение)» (0,70), «Закрытые семейные границы (3-е поколение)» (0,77), «Закрытые семьи по отцовской линии» (0,68), «Закрытые семьи по материнской линии» (0,70), «Закрытые внутриродовые границы» (0,30). Данные параметры раскрывают характер психологических границ семьи, в частности, их закрытость, которая свидетельствует о том, что семья закрыта от внешнего влияния. Подобный характер семейных границ дал название фактору **«Закрытость границ семьи»**.

Нетрудно заметить, что обозначенные факторы семейной истории в определенной степени согласуются с ведущими параметрами семейной истории, выделенными нами в ходе структурографического анализа.

После того как нами были выделены факторы семейной истории, мы обратились к МРА, в результате которого были выделены вклады факторов семейной истории в кризисные переживания женщины, позволившие говорить о влиянии данных факторов на переживания (Приложение 21).

Таким образом, в рамках фактора, описывающего женские переживания в континууме **«Опустошенность – Наполненность»**, отрицательный вклад вносит

«Невозможность опереться на семейный ресурс» ( $\beta = -0,31$ ;  $p < 0,05$ ). Это значит, что женщина чувствует себя опустошенной в сложные жизненные периоды, если не видит в семье опоры. Опыт, накопленный несколькими поколениями внутри рода, является ориентиром для женщины, позволяя ей иметь определенные представления и варианты проживания данного возрастного периода. Имея возможность опереться на ресурс рода и воспользоваться знанием, передающимся из поколения в поколение, женщина чувствует прилив сил, ощущает себя наполненной. Подобное состояние возможно лишь при сохранной эмоциональной связи между поколениями, то есть при отсутствии препятствий для передачи опыта.

Если связь между поколениями нарушена, отсутствует чувство близости с прауродителями, семейный опыт не может выступать в качестве опоры.

Наиболее сильное влияние семейная история оказывает на переживания, выраженные как **«Позитивное предвосхищение (Надежда на внешнего спасителя)»**. В данном случае положительный вклад вносят «Женская доминирующая позиция» ( $\beta = 0,26$ ;  $p < 0,05$ ), «Невозможность опереться на семейный ресурс» ( $\beta = 0,44$ ;  $p < 0,001$ ), отрицательный вклад вносит «Конфликтная связь с родом» ( $\beta = -0,43$ ;  $p < 0,001$ ).

При женском доминировании в роду усиливается женская позиция, влияние женских фигур. Мужская роль в данном случае либо слабо выражена, либо не представлена вообще. Отсутствие мужской опоры приводит к тому, что женщины рода принимают на себя ответственность за семью, удерживая ее от распада. Женщины с доминирующей позицией умеют успешно справляться с жизненными трудностями, они ориентированы на карьеру, обеспечивают контакт семьи с внешним миром, иными словами, ориентированы на созидание внешней реальности. Отчасти данный механизм является компенсаторным для женщины, а истинные потребности остаются не выраженными. Середина жизни для женщины с доминирующей позицией становится своеобразным рубежом, когда подавленные ранее потребности (в защите, безопасности и т. д.) «прорываются наружу» в форме переживаний, связанных с позитивным предвосхищением (надеждой на «внешнего спасителя»). Смысл переживаний в том, чтобы снять с себя груз ответ-



ственности, разделить ее. Подобное состояние отличается от привычной доминирующей роли, однако позволяет более глубоко познать собственные истинные потребности.

При этом невозможность опереться на семейный ресурс только усиливает вероятность возникновения подобных переживаний. Чтобы понять, каким образом данный фактор оказывает влияние, необходимо обозначить параметры семейной истории, не позволяющие женщине воспользоваться ресурсом рода. Среди них «Эмоциональная холодность между женщинами рода», «Амбивалентные чувства к роду», «Отсутствие чувства близости с родственниками по материнской линии», «Нестабильность родовых ценностей». В основном это параметры, которые говорят о нарушении связи между поколениями, об отсутствии единой для рода системы ценностей, выступающей в качестве семейного фундамента. В этом случае передача накопленного опыта затрудняется, семья не может выступать в качестве источника семейного знания, которое составляет внутреннюю опору в трудные жизненные периоды. Кризисные переживания связаны с поиском ресурса извне и с надеждой на внешние силы.

Таким образом, семантическое пространство переживаний «Позитивное предвосхищение (надежда на внешнего спасителя)» зависит от наличия таких факторов семейной истории, как женское доминирование и невозможность опереться на семейный ресурс. Однако подобного рода переживания маловероятны в случае конфликтной связи с родом, это обусловлено отрицательным вкладом данного фактора. Несмотря на большое количество параметров, свидетельствующих о негативном родовом опыте (алкоголизм, конфликты и др.), наблюдается сильная связь с родом. Подобная эмоциональная связь делает женщину зависимой, ограничивая ее негативным родовым опытом. В основе любой связи по типу зависимости лежит конфликт, в данном случае это конфликт между желанием выйти за рамки негативного родового опыта, не повторить его в своей судьбе и невозможностью сделать это, так как присутствует страх потерять связь с родом, быть отчужденной. В период кризиса середины жизни конфликтная связь с родом, которой обременена женщина, препятствует возникновению переживания «Позитив-

ного предвосхищения». Есть основания полагать, что данный фактор в середине жизни выступает как отягощающий, обуславливая кризисное состояние.

Большое влияние факторы семейной истории оказывают на переживание, описываемое как **«Активизирующие – Астенизирующие чувства»**. Положительный вклад вносят такие факторы, как «Невозможность опереться на семейный ресурс» ( $\beta = 0,20$ ;  $p < 0,05$ ) и «Закрытость границ семьи» ( $\beta = 0,32$ ;  $p < 0,01$ ). Иными словами, данные факторы влияют на возникновение у женщины астенизирующих чувств (метафоры «Холод будущего», «Обиженное сердце» и др.) в середине жизни. Данные чувства свидетельствуют о том, что собственного ресурса становится недостаточно. Возникает необходимость воспользоваться ресурсом извне (в семье или в социуме). В этом случае оба фактора семейной истории препятствуют этому, подкрепляя астенизирующие чувства. Невозможность опереться на семейный ресурс не позволяет использовать ресурс, сосредоточенный внутри рода, а закрытые семейные границы – внешний ресурс. Таким образом, женщина чувствует себя астенизированной, если в кризисный период (в силу влияния описываемых факторов семейной истории) у нее нет иного источника ресурса, кроме своего собственного.

Несмотря на существенный вклад факторов семейной истории, нами было выделено семантическое пространство кризисных переживаний свободное от влияния факторов семейной истории. Речь идет о «Закрытости (опора на стабильность) – Открытости новому опыту (готовность к переменам)». Открытость новому опыту – это, вероятнее всего, результат личностного развития человека и его субъективного опыта, а не прошлого. Готовность к новому опыту является определенным параметром личностной зрелости человека, связана с желанием расширить свой опыт, а следовательно, постоянно развиваться. В основе закрытости человека лежит нежелание что-либо менять в жизни, когда в качестве приоритета выбирается стабильность.

Таким образом, анализ полученных данных позволяет нам подтвердить предположение о том, что субъективная семантика кризисных переживаний зависит не только от индивидуального опыта женщины, но и от опыта, передающего-

ся из поколения в поколение, хранящегося в семейной истории каждого отдельного рода. Особая роль семейной истории в индивидуализации женских кризисных переживаний позволяет рассматривать ее как социально – психологический фактор, детерминирующий кризисные переживания женщины в кризисный период.

## ВЫВОДЫ ПО ЧЕТВЕРТОЙ ГЛАВЕ

1. Анализ изменений, наблюдаемых участницами наших исследований в середине жизни, позволил сделать вывод о том, что данные изменения концентрируются вокруг восьми сфер: «Ценности», «Здоровье», «Жизненный тонус», «Внешность», «Отношения с близкими людьми», «Отношения с коллегами», «Эмоции», «Отношения с мужчинами». Установлено, что наиболее актуальными для женщины в период кризиса середины жизни являются изменения, связанные с ухудшением здоровья и общим снижением жизненного тонуса. Данные изменения ставят перед женщиной сложную трансформационную задачу, связанную с сохранением, переосмыслением и преобразованием собственной жизненной энергии с учетом наблюдаемых возрастных изменений.

2. Сравнение профилей значимости жизненных сфер на разных возрастных этапах, полученных в результате ретроспективного самоанализа женщин, позволило сделать вывод об изменении удельного веса отдельных жизненных сфер («Здоровье», «Эмоции», «Отношения с мужчинами») в период кризиса середины жизни. Это свидетельствует об изменении значимости описываемых жизненных сфер и является показателем нарушения динамического равновесия (баланса) в жизненном пространстве личности, что лежит в основе возникновения определенного комплекса переживаний.

3. Феноменологический анализ кризисных переживаний женщин позволил выделить структуру опыта переживания, представленную следующими компонентами:

- переживание утраты старых ценностей, ощущение отсутствия опоры;
- переживание неизбежности конечности существования;
- чувство опустошенности, непродуктивности;
- неприятие собственной телесности;
- осознание своей роли (значимости) в жизни близких людей, переживание близости;

- ощущение уязвимости, желание укрепить границы;
- динамика эмоционального состояния;
- желание обрести целостность, внутреннюю свободу.

4. Кризисные переживания женщин группируются в 4 семантические пространства, своеобразные смысловые поля, отражающие в полном объеме многообразии и неоднозначности переживаний: «Опустошенность – Наполненность», «Активизирующие чувства – Астенизирующие чувства», «Закрытость (Опора на стабильность) – Открытость новому опыту (Готовность к переменам)» и «Позитивное предвосхищение (Надежда на внешнего спасителя)».

5. Существует взаимосвязь между субъективной семантикой кризисных переживаний и уровнем выраженности отдельных компонентов самоотношения женщины. Выявленные различия в профилях самоотношения у женщин, испытывающих различные переживания, позволяют понять смысл отдельных переживаний по отношению к собственному «Я», а также раскрывают особенности внутреннего самоощущения женщины в период кризиса середины жизни.

6. Наиболее значимыми параметрами, лежащими в основе дифференциации кризисных переживаний, являются параметры, отражающие сценарий женской линии (вдовство, бездетность, одиночество и др.), в том числе роль значимых родовых женских фигур (мама, бабушка, тетя, сестра); характер межпоколенных отношений между представителями рода в общем и женщинами рода в частности; ценности рода (стабильность, принятие потомками), а также характер границ расширенной семьи.

Отдельные параметры семейной истории выполняют различные смыслообразующие роли, одновременно могут выступать и в качестве ресурса для женщины, оптимизируя кризисные переживания, и в качестве отягощающего фактора. Из этого следует, что влияние данных параметров следует рассматривать в широком контексте семейной истории.

7. Структурографический анализ позволил выявить качественные различия в структурной организации параметров семейной истории у женщин с разной субъективной семантикой кризисных переживаний (по уровню согласованности и по

ведущим параметрам). Наиболее высокой организованностью отличаются структуры семейной истории при переживаниях «Позитивное предвосхищение», «Закрытость (Опора на стабильность)» и «Астенизирующие чувства», наименьшей организованностью – структуры семейной истории при переживаниях «Открытость (Готовность к переменам)» и «Активизирующие чувства». Ведущие параметры семейной истории, образующие сильные взаимосвязи между собой, составляют ядро структуры и отражают основные социально-психологические закономерности развития и функционирования семьи в нескольких поколениях, обуславливающие особый для каждого семантического пространства переживаний семейно-родовой опыт.

8. К факторам семейной истории, оказывающим влияние на субъективную семантику кризисных переживаний, относятся «Женская доминирующая позиция», «Невозможность опереться на семейный ресурс», «Конфликтная связь с родом», «Закрытость границ семьи». Так, **женская доминирующая позиция** в роду оказывает влияние на «Позитивное предвосхищение (Надежда на внешнего спасителя)», **невозможность опереться на семейный ресурс** лежит в основе «Опущенности», «Астенизирующих чувств», а также актуализирует переживания, связанные с надеждой на «внешнего спасителя», **конфликтная связь с родом** вносит отрицательный вклад в «Позитивное предвосхищение (Надежда на внешнего спасителя)», **закрытость границ семьи** обуславливает возникновение переживаний по типу «Астенизирующих чувств».

9. Выделено семантическое пространство переживаний, свободное от влияния семейной истории. Содержание данного семантического пространства связано с *открытость – закрытостью* для нового опыта. Открытость новому опыту – это в большей степени результат личностного развития человека. Готовность к новому опыту является определенным маркером личностной зрелости человека, которая выражена в желании расширять свой опыт, в стремлении постоянно развиваться.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Настоящее диссертационное исследование посвящено изучению влияния семейной истории на субъективную семантику кризисных переживаний.

Актуальность исследования обусловлена, прежде всего, несоответствием между возрастающими потребностями психологической практики в понимании субъективной картины переживаний человека в кризисный период и степенью изученности проблемы. С учетом этого наиболее актуальным остается вопрос о факторах, которые детерминируют субъективную семантику кризисных переживаний, обеспечивая их многообразие и уникальность для каждого отдельного человека. Наряду с субъективным опытом человека, обеспечивающим индивидуализацию кризисных переживаний, выделяется группа факторов, которые относятся к системе семейных, родовых отношений, находящих свое отражение в семейной истории каждого отдельного рода.

Научный интерес к исследованию семейной истории как фактора, влияющего на кризисные переживания, связан с изменением общественной обстановки. В современном обществе все больше подчеркивается важность обращения к традициям и ценностям рода, обеспечивающим психологическое благополучие и стабильность человека. Транслируемое из поколения в поколение совокупное семейное знание (о старших членах семьи, об особенностях отношений между членами рода, семейных традициях, ритуалах и т. д.) составляет опору и ориентир для человека в кризисный жизненный период. При этом, с одной стороны, оно может выступать как ресурс, с другой – как отягощающий фактор, что обеспечивает неоднозначность влияния семейного фактора на судьбу человека.

Традиционно в нашей стране хранительницами семейной истории, семейных традиций, норм и правил, а также семейных ценностей, которые обеспечивают стабильность и сохранность семейной системы, считаются женщины. Именно женщины являются связующим звеном между поколениями, обеспечивая передачу семейной истории от старших поколений к младшим. В связи с этим, а также

принимая во внимание существование половых различий в проживании данного кризисного периода, объектом организованного нами исследования выступают именно женские кризисные переживания.

В ходе проведенного исследования была достигнута поставленная цель и подтвердилась гипотеза о том, что субъективная семантика кризисных переживаний обусловлена влиянием факторов семейной истории.

Результаты проведенного эмпирического исследования позволили сделать следующие выводы:

1. В середине жизни наблюдаемые женщиной изменения концентрируются вокруг восьми сфер, отражающих наиболее значимые отношения с внешним миром, а также особенности внутреннего самоощущения женщины на данном возрастном этапе. Наиболее значимыми для женщины в кризисный период являются изменения в сферах «Здоровье», «Эмоции» и «Отношения с мужчинами». Дисбаланс в жизненном пространстве, связанный с изменением удельного веса (субъективной значимости) данных сфер, провоцирует возникновение комплекса переживаний.

2. Феноменологическое исследование кризисных переживаний женщины в период середины жизни позволило выявить основные компоненты, активные в сознании женщины относительно исследуемых переживаний. Таким образом, структура опыта переживаний включает в себя 8 компонентов.

3. Метафора как образная форма выражения актуального состояния позволила вербализовать кризисные переживания, а также выделить семантические поля переживаний, объединяющие разные метафоры на основе близости их смыслов в сознании испытуемых. Семантические поля кризисных переживаний имеют различную смысловую наполненность, однако существует базовое, универсальное для каждого смыслового поля переживаний чувство – чувство тревоги, свидетельствующее о глубоких преобразованиях, происходящих во внутреннем пространстве субъективной реальности.

4. В кризисный период особую роль для женщины играют параметры семейной истории, характеризующие женскую линию в роду. Значимые женские



фигуры, их судьбы, а также характер отношений между женщинами рода лежат в основе дифференциации переживаний и являются ориентиром для женщины в трансформационный жизненный период.

5. Субъективная семантика кризисных переживаний обусловлена факторами семейной истории. Семейно-родовой опыт, представленный в структуре семейной истории и отражающий социально-психологические закономерности развития и функционирования семьи в нескольких поколениях, лежит в основе индивидуализации кризисных переживаний и составляет базовый контекст семейной истории, необходимый для интерпретации переживаний.

Результаты исследования могут быть использованы в практике индивидуального и семейного психологического консультирования. Выявленные глубинные факторы (факторы семейной истории), лежащие в основе дифференциации кризисных переживаний, способствуют более объемному пониманию жизненного контекста клиента, что немаловажно при выборе соответствующего способа психологической помощи.

Полученные данные позволяют наметить перспективы дальнейших исследований, которые связаны, в первую очередь, с изучением социально-психологических факторов, в частности факторов семейной истории, детерминирующих мужские кризисные переживания. Данные исследования позволят выявить глубинные факторы, которые обуславливают различия в индивидуальной картине кризисных переживаний мужчин и женщин.

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Абрамова, Г. С. Возрастная психология : учеб. пособие для студентов вузов / Г. С. Абрамова. – М. : Академия, 1997. – 704 с.
2. Абульханова, К. А. Субъектно-личностные проблемы психологии саморегуляции / К. А. Абульханова // Психология саморегуляции в XXI веке / отв. ред. В. И. Моросанова. – СПб. : Нестор – История, 2011. – С. 56-73.
3. Адлер, А. Воспитание детей. Взаимодействие полов / А. Адлер ; пер. с англ. А. А. Валеева, Р. А. Валеевой. – Ростов н/Д : Феникс, 1998. – 448 с.
4. Акмеология : учеб. пособие / А. Деркач, В. Зазыкин. – СПб. : Питер, 2004. – 256 с.
5. Алешина, Ю. Е., Волович, А. С. Проблема усвоения ролей мужчины и женщины / Ю. Е. Алешина, А. С. Волович // Вопросы психологии. – 1991. – № 4. – С. 74-82.
6. Альтенвергер, А., Бюрги-Майер, К., Крамер, М., Бернье-Хюрбин, А., Юттнер, Ф. Судьбоанализ Липота Зонди / А. Альтенвергер, К. Бюрги-Майер, М. Крамер, А. Бернье-Хюрбин, Ф. Юттнер // Психология судьбы : сборник статей по глубинной психологии / 2-е изд., исправленное и дополненное / под общ. ред. д. ф. н. проф. В. Б. Куликова. – Екатеринбург : Изд-во УрО РАН. – 1994. – № 1. – С. 23-26
7. Амбрумова, А. Г. Анализ состояний психологического кризиса и их динамика / А. Г. Амбрумова // Психологический журнал. – 1985. – Т. 6. – № 6. – С. 107-115.
8. Ананьев, Б. Г. Психологическая структура личности и ее становление в процессе индивидуального развития человека / Б. Г. Ананьев // Психология личности в трудах отечественных психологов / сост. и общ. ред. Л. В. Куликова. – СПб. : Питер, 2001. – С. 48-55.

9. Андреева, М. В. Забота как психологический феномен: теоретические и практические аспекты : учеб. пособие / М. В. Андреева, А. А. Баранов. – Ижевск : Удмуртский университет, 2013. – 88 с.
10. Анцыферова, Л. И. Психология формирования и развития личности / Л. И. Анцыферова // Психология личности в трудах отечественных психологов / сост. и общ. ред. Л. В. Куликова. – СПб. : Питер, 2001. – С. 344-358.
11. Анцыферова, Л. И. Личность в тяжелых жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита / Л. И. Анцыферова // Психологический журнал. – 1994. – № 1. – С. 3-16.
12. Анцыферова, Л. И. Психология повседневности: жизненный мир личности и «техники» ее бытия / Л. И. Анцыферова // Психологический журнал. – 1998. – № 2. – С. 3-16.
13. Артемьева, Е. Ю. Основы психологии субъективной семантики / Е. Ю. Артемьева. – М. : Наука – Смысл, 1999. – 350 с.
14. Артемьева, Е. Ю. Психология субъективной семантики / Е. Ю. Артемьева. – М. : ЛКИ, 2007. – 136 с.
15. Асмолов, А. Г. Психология личности: культурно-историческое понимание развития человека / А. Г. Асмолов. – М. : Смысл, 2007. – 528 с.
16. Ахмеров, Р. А. Биографические кризисы личности : автореф. дис. ... канд. психол. наук / Ахмеров Рашад Анварович. – М., 1994. – 19 с.
17. Ахмеров, Р. А. Особенности субъективной картины жизненного пути человека в периоды подведения итогов разных этапов жизненного пути / Р. А. Ахмеров // Психология зрелости и старения. – 2015. – № 2. – С. 5-23.
18. Байчинская, К. К. Методологический эскиз в психологии развития взрослого / К. К. Байчинская // Психология личности в социалистическом обществе. Личность и ее жизненный путь / отв. ред. Б. Ф. Ломов, К. А. Абульханова-Славская. – М. : Наука, 1990 – С. 26-32.
19. Баканова, А. А. Отношение к жизни и смерти в критических жизненных ситуациях : автореф. дис. .... канд. психол. наук / Баканова Анастасия Александровна. – СПб., 2000. – 24 с.

20. Балтес, Б. П. Всевозрастной подход в психологии развития: исследование динамики подъемов и спадов на протяжении жизни / Б. П. Балтес // Психология развития. – СПб. : Питер, 2001. – С. 436-458.
21. Барабанщиков, В. А. Восприятие и событие / В. А. Барабанщиков. – СПб. : Алетейя, 2002. – 512 с.
22. Басина, Е. З. Идентификация с другими как механизм формирования смысловой сферы личности : автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. – М. : МГУ, 1986. – 23 с.
23. Бебчук, М. А., Дианова, О. В. Избранные техники семейной реконструкции / М. А. Бебчук, О. В. Дианова // Семейная психология и семейная терапия. – 2002. – № 1.
24. Бейкер, К., Гиппенрейтер, Ю. Б. Влияние сталинских репрессий конца 30-х годов на жизнь семей в трех поколениях / К. Бейкер, Ю. Б. Гиппенрейтер // Теория семейных систем Мюррея Боуэна: основные понятия, методы и клиническая практика. – М. : Когито-Центр, 2005. – С. 419-452.
25. Бейкер, К. Теория семейных систем М. Боуэна / К. Бейкер // Вопросы психологии. – 1991. – № 6. – С. 155-165.
26. Березина, Т. Н. Жизненный путь личности: осознаваемые и неосознаваемые аспекты / Т. Н. Березина // Российский менталитет: вопросы психологической теории и практики / под ред. К. А. Абульхановой, А. В. Брушлинского, М. И. Володиковой. – М. : Институт психологии РАН, 1997. – С. 318.
27. Берн, Э. Игры, в которые играют люди / Эрик Берн. – М. : АСТ, 2007. – 224 с.
28. Битянова, Н. Р. Проблема саморазвития личности / Н. Р. Битянова. – СПб. : Питер, 2001. – 286 с.
29. Бодалев, А. А., Столин, В. В. Психодиагностика / А. А. Бодалев, В. В. Столин. – М. : МГУ, 1997. – 280 с.
30. Большой психологический словарь / сост. и общ. ред. Б. Г. Мещеряков, В. П. Зинченко. – СПб. : ОЛМА-ПРЕСС, 2004. – 666 с.

31. Божович, Л. И. Этапы формирования личности в онтогенезе / Л. И. Божович // Психология развития. – СПб. : Питер, 2001. – С. 227-271.
32. Боулби, Дж. Привязанность / Дж. Боулби. – М. : Гардарики, 2003. – 480 с.
33. Боулби, Дж. Создание и разрушение эмоциональных связей / Дж. Боулби ; пер. с англ. В. В. Старовойтова. – М. : Академический Проект, 2004. – 232 с.
34. Братусь, Б. С. К изучению смысловой сферы личности / Б. С. Братусь // Вестник МГУ. Серия 14. Психология. – 1981. – № 2. – С. 46-55.
35. Братчикова, Т. А. Индивидуальная система значений субъективного опыта: психосемантический подход / Т. А. Братчикова // Вестник ЗабГУ, г. Чита. – Выпуск 88. – 2012. – № 9. – С. 40-44.
36. Братусь, Б. С. К проблеме развития личности в зрелом возрасте Б. С. Братусь // Вестник МГУ. – Сер. 14: Психология. – 1980. – № 2. – С. 3-13.
37. Брокмейер, Й., Харре, Р. Нарратив: проблемы и обещания одной альтернативной парадигмы / Й. Брокмейер, Р. Харре // Вопросы философии. – 2000. – № 3. – С. 29-42.
38. Бурлачук, Л. Ф., Коржова, Е. Ю. Психология жизненных ситуаций / Л. Ф. Бурлачук, Е. Ю. Коржова. – М. : Мысль, 1998. – 300 с.
39. Бурлачук, Л. Ф., Морозов, С. М. Словарь-справочник по психодиагностике / Л. Ф. Бурлачук, С. М. Морозов. – СПб., 1999. – 517 с.
40. Бучацкая, М. В. Психологическое благополучие работающих женщин : дис. ... канд. психол. наук / М. В. Бучацкая, РГГУ. – М., 2006. – 250 с.
41. Бьюдженталь, Дж. В поисках сущности бытия: диалоги между терапевтом и пациентами в гуманистической психотерапии / Дж. Бьюдженталь. – М., 1999.
42. Бюрги-Майер, К. Вера как судьба: Религиозная глубинная психология по Леопольду Зонди / К. Бюрги-Майер // Психология судьбы : сборник статей по глубинной психологии / 2-е изд., исправленное и дополненное / под общ.

ред. д. ф. н. проф. В. Б. Куликова. – Екатеринбург : Изд-во УрО РАН. – 1994. – № 1. – С. 145-156

43. Варга, А. Я. Системная семейная психотерапия / А. Я. Варга. – СПб. : Речь, 2001. – 144 с.

44. Варга, А. Я., Драбкина Т. С. Системная семейная психотерапия / А. Я. Варга, Т.С. Драбкина // Краткий лекционный курс. СПб. : Речь, 2001. – с. 144

45. Вайзер, Г. А. Смысл жизни и «двойной кризис» в жизни человека / Г. А. Вайзер // Психологический журнал. – 1998. – № 5. – С. 3-14.

46. Векилова, С. А. Генограмма как метод исследования межпоколенческих отношений семьи / С. А. Векилова // Современные проблемы психологии семьи: феномены, методы, концепции. Вып. 3. – СПб. : Изд-во АНО «ИПП», 2009. – С. 30-34.

47. Василюк, Ф. Е. Жизненный мир и кризис: типологический анализ критических ситуаций / Ф. Е. Василюк // Психологический журнал. – 1995. – № 3. – С. 90-101.

48. Василюк, Ф. Е. Переживание и молитва (Опыт общепсихологического исследования) / Ф. Е. Василюк. – М. : Смысл, 2005. – 190 с.

49. Василюк, Ф. Е. Проблема критической ситуации / Ф. Е. Василюк // сост. А. Е. Тарас, К. В. Сельченко // Психология экстремальных ситуаций : хрестоматия. – М. : Харвест, 1999. – 480 с.

50. Василюк, Ф. Е. Психология переживания (Анализ преодоления критических ситуаций) / Ф. Е. Василюк. – М. : Издательство Московского университета, 1984. – 200 с.

51. Вачков, И. В. Метафора как инструмент практического психолога / И. В. Вачков // Вестник практической психологии образования. – 2004. – № 1. – С. 64-67.

52. Верстелле, Л. Ф. Личностные особенности женщин с тяжело протекающим постразводным кризисом : дис. ... канд. психол. наук: 19.00.11 / Верстелле Лариса Филипповна. – М., 1998. – 234 с.

53. Витакер, К. Полночные размышления семейного терапевта / К. Витакер. – М. : Класс, 1998. – 208 с.
54. Возрастная психология: личность от молодости до старости : учеб. пособие / М. В. Гамезо, В. С. Герасимова, Г. Г. Горелова, Л. М. Орлова. – М. : Ноосфера, 1999. – 272 с.
55. Восковская, Л. В. Духовный кризис: проблемы определения и диагностики / Л. В. Восковская, А. В. Ляшук // Психологическая диагностика. – 2005. – № 1. – С. 51-71.
56. Выготский, Л. С. Собр. соч. : в 6-ти т. – М. : Педагогика, 1982. – Т. 4. – 488 с.
57. Выготский, Л. С. Развитие высших психических функций / Л. С. Выготский. – М. : Изд-во Академии пед. наук, 1960. – 560 с.
58. Выготский, Л. С. Проблемы развития психики / Л. С. Выготский // Собр. соч. : в 6 томах. – М., 1982. – Т. 3. – 504 с.
59. Головаха, Е. И., Кроник, А. А. Понятие психологического времени. Категория материалистической диалектики в психологии / Е. И. Головаха, А. А. Кроник. – М. : Педагогика, 1988. – С. 199-215.
60. Гольжак, В. История и наследство / В. Гольжак. – М. : Изд-во Института психотерапии, 2003. – 233 с.
61. Горелова, Г. Г. Кризис зрелости и проблема профессионально-личностной реадaptации / Г. Г. Горелова // Проблема гармонизации мироотношения. – Челябинск : Изд-во Челяб. гос. пед. ун-та, 1998. – С. 109-113.
62. Горелова, Г. Г. Личность и профессия (Профессионально-личностная реадaptация в условиях «тройного» кризиса) / Г. Г. Горелова ; под ред. М. В. Гамезо. – Челябинск : Изд-во Челяб. гос. пед. ун-та, 2002. – 402 с.
63. Горностай, П. П. Творчество как форма освоения времени личности / П. П. Горностай // Психология личности и время : тез. Всерос. конф. – Черновцы, 1991. – Т. 1. – С. 58-61.
64. Грановская, Р. А. Элементы практической психологии / Р. А. Грановская. – СПб. : Питер, 2002. – 486 с.

65. Гришина, Н. В. Психология жизненного пути / Н. В. Гришина // Психологический журнал. – 2007. – Т. 28. – № 5. – С. 81-88.
66. Гроф, С., Гроф, К. Духовный кризис: понимание эмоционального кризиса / С. Гроф, К. Гроф // Духовный кризис: статьи и исследования. – М. : МТМ, 1995. – 256 с.
67. Даль, В. И. Большой иллюстрированный словарь русского языка / В. И. Даль. – М. : Астрель: АСТ: Хранитель, 2007. – 349 с.
68. Дамбис, М. К. Смыслжизненный кризис у женщин и его преодоление / М. К. Дамбис // Вестник Российского нового университета (Серия 1. Человек в современном мире). – 2015. – № 1. – С. 28-34.
69. Дарвиш, О. Б. Возрастная психология : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / под ред. В. Е. Ключко. – М. : ВЛАДОС – ПРЕСС, 2003. – 264 с.
70. Деркач, А. А. Методолого-прикладные основы акмеологических исследований / А. А. Деркач. – М. : Смысл, 1999. – 289 с.
71. Деркач, А. А., Орбан, Л. Э. Акмеологические основы становления психологической и профессиональной зрелости личности / А. А. Деркач, Л. Э. Орбан. – СПб. : Питер, 1995. – 257 с.
72. Дильтей, В. Описательная психология / В. Дильтей. – СПб. : Алетейя, 1996. – 156 с.
73. Дорожевец, А. Н. Когнитивные механизмы адаптации к кризисным событиям / А. Н. Дорожевец // Журнал практического психолога. – 1998. – № 4. – С. 3-17.
74. Дружинин, В. Н. Варианты жизни. Очерки экзистенциальной психологии / В. Н. Дружинин. – СПб. : ПЕР-СЭ, 2000.
75. Ефимкина, Р. П. Пробуждение Спящей Красавицы. Психологическая инициация женщины в волшебных сказках : монография / Р. П. Ефимкина. – СПб. : Речь, 2006. – 263 с.
76. Ефимкина, Р. М. Социально-психологическое содержание возрастных кризисов женщины в инициатических сюжетах волшебных сказок : дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05 / Ефимкина Римма Павловна. – Ярославль, 2003. – 185 с.



77. Жедунова, Л. Г. Психология личностного кризиса : дис. ... д-ра психологических наук: 19.00.01 / Жедунова Людмила Григорьевна. – Ярославль, 2010. – 310 с.
78. Жедунова, Л. Г. Личностный кризис и образ мира (субъективная реальность кризиса) : монография / Л. Г. Жедунова. – Ярославль : ЯГПУ, 2009. – 136 с.
79. Жедунова, Л. Г. Тиреопатия как одна из форм деструктивного разрешения личностного кризиса / Л. Г. Жедунова // Актуальные вопросы теоретической и клинической психондокринологии. – 2007. – № 2. – С. 3-8.
80. Жедунова, Л. Г., Пузырева, Л. А. Зависимость индивидуальной семантики кризисных переживаний от соотношения временных элементов структуры самосознания / Л. Г. Жедунова, Л. А. Пузырева // Вестник КГУ. – 2005. – № 10. – С. 8-16.
81. Жедунова, Л. Г. Ритмозависимые заболевания как форма деструктивного разрешения личностного кризиса / Л. Г. Жедунова // Ярославский педагогический вестник. – 2008. – № 4. – С. 8-16.
82. Жизнь и судьба: построение индивидуальной мифологии, самопроектирование и субкультура личности // Известия ТулГУ – Серия «Психология» / под ред. Е. Е. Сапоговой. – Тула : ТулГУ, 2003. – Вып. 3. – С. 195-214.
83. Жуковская, Л. В. Психологическое благополучие и родительские установки женщин : дис. ... канд. психол. наук / Л. В. Жуковская, СПбГУ. – СПб., 2011. – 193 с.
84. Залученова, Е. А., Калинова, О. В. Исследование семейных ритуалов в работах М. Морваль / Е. А. Залученова, О. В. Калинова // Психологический журнал. – 2000. – Т. 21. – № 5. – С. 96-105.
85. Заманаева, Ю. В. Переживание утраты близкого как процесс изменений во внутреннем мире личности : дис. ... канд. психол. наук / Ю. В. Заманаева, СПбГУ. – СПб., 2004. – 320 с.
86. Захаров, А. И. Неврозы у детей и психотерапия / А. И. Захаров. – СПб. : СОЮЗ, 1998. – 336 с.

87. Захаров, А. И. Происхождение детских неврозов и психотерапия / А. И. Захаров. – М. : ЭКСМО-Пресс, 2000. – 448 с.
88. Зеер, Э. Ф., Сыманюк, Э. Э. Кризисы профессионального становления личности / Э. Ф. Зеер, Э. Э. Сыманюк // Психологический журнал. – 1997. – № 6. – Т. 18. – С. 35-44.
89. Иванец, В. В. К вопросу об исследовании исторической памяти / В. В. Иванец // Психология XXI века : сборник статей Международного конгресса. – Ярославль, 2002.
90. Иванова, Н. Л. Качественный анализ: репертуарные личностные методики / Н. Л. Иванова. – Изд. 2-е. – Москва - Ярославль: МАПН, 2007. – 82 с.
91. Ипполитова, Е. А. Особенности представлений о жизненных перспективах личности в период кризиса середины жизни : дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / Ипполитова Елена Александровна. – Барнаул, 2005. – 196 с.
92. Казанцева, Т. В. Новое в исследованиях психологической близости / Т. В. Казанцева // Вестник СПбГУ. Серия 12. Социология. – 2011. – № 2. – С. 250-254.
93. Калинин, И. В. Психология внутреннего конфликта человека : учебно-методическое пособие / И. В. Калинин. – Ульяновск : УИПКПРО, 2003. – 164 с.
94. Калитина, С. В. Психологический смысл кризиса середины жизни / С. В. Калитина // Психология зрелости и старения. – 2004. – № 4. – С. 7-15.
95. Калмыкова, Е. С. Качество привязанности как фактор устойчивости к психической травме / Е. С. Калмыкова, М. А. Падун // Журнал практической психологии и психоанализа. – 2002. – № 1. – URL: <http://psyjournal.ru>. (Дата обращения: 16. 04.2019).
96. Камышева, А. В. Функции прародителей (бабушек) в духовно-нравственном развитии современного ребенка: постановка проблемы / А. В. Камышева // Материалы V городской научно-практической конференции молодых ученых и студентов. – М. : МГППУ, 2006. – 557 с.
97. Капрара, Дж., Сервон, Д. Психология личности / Дж. Капрара, Д. Сервон. – СПб. : Питер, 2004. – 640 с.

98. Карпинский, К. В. Опросник смысложизненного кризиса : монография / К. В. Карпинский. – Гродно : ГрГУ, 2008. – 108 с.
99. Карпинский, К. В. Взаимосвязь самоотношения и смысложизненного кризиса в развитии личности / К. В. Карпинский // Мир психологии. – 2010. – № 4(64). – С. 152-167.
100. Карпинский, К. В. Конфликт ценностей как предпосылка смысложизненного кризиса в развитии личности / К. В. Карпинский // Вопросы психологии. – 2013. – № 1. – С. 78-94.
101. Карпинский, К. В. Неконгруэнтность смысла жизни и противодействие значимых других: факторы кризисного развития личности / К. В. Карпинский // Психология жизненного пути личности: методологические, теоретические, методические и прикладные проблемы / под. ред. Н. А. Логиновой. – Гродно : ГрГУ, 2012. – С. 89-119.
102. Карпов А. В., Скитяева И. М. Психология рефлексии : монография. – М. ; Ярославль : Институт психологии РАН, 2002. – 304 с.
103. Карцева, Т. Б. Понятие жизненного события в психологии / Т. Б. Карцева // Психология личности в социалистическом обществе. Личность и ее жизненный путь / отв. ред. Б. Ф. Ломов, К. А. Абульханова-Славская. – М. : Наука, 1990. – С. 88-102.
104. Каслоу, Ф. Генограмма как проективная техника в диагностике и психотерапии : учебное пособие / Ф. Каслоу. – М. : Московский психолого-социальный институт, 2006. – 160 с.
105. Квале, С. Исследовательское интервью / С. Квале. – М. : Смысл, 2003. – 301 с.
106. Келли, Дж. Психология личности. Теория личных конструктов / Дж. Келли. – СПб. : Речь, 2000. – 256 с.
107. Киселев, Ю. Трансформация личности и психодуховный кризис / Ю. Киселев // Психотехнологии в социальной работе : сб. / под ред. В. В. Козлова. – Ярославль : МАПН, 1998. – С. 90.

108. Клочко, В. Е., Галажинский, Э. В. Самореализация личности: системный взгляд / В. Е. Клочко, Э. В. Галажинский. – Томск : Изд-во ТГУ, 1999. – 295 с.
109. Козлов, В. В. Социальная работа с кризисной личностью : методическое пособие / В. В. Козлов. – Ярославль : Изд-во ЯРГУ, 1999. – 303 с.
110. Козлов, В. В. Чарующее пространство внутренней целостности : методическое пособие / В. В. Козлов. – Ярославль : Изд-во ЯРГУ, 1996. – 52 с.
111. Козлов, В. В. Работа с кризисной личностью : метод. пособие / В. В. Козлов. – М. : Изд-во Ин-та психотерапии, 2004. – 302 с.
112. Козлов, В. В. Работа с кризисной личностью / В. В. Козлов. – М. : Психотерапия, 2007. – 336 с.
113. Коржова, Е. Ю. Психологическое познание судьбы человека / Е. Ю. Коржова. – СПб. : Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2002. – 334 с.
114. Корнилова, Т. В. Методологические основы психологии / Т. В. Корнилова, С. Д. Смирнов. – М. : Юрайт, 2011. – 483 с.
115. Корнилова, Т. В., Смирнов С. Д. Методологические основы психологии : учебное пособие / Т. В. Корнилова. – СПб. : Питер, 2007. – 320 с.
116. Коротяев, А. И., Бабичев, С. А. Зарождение и эволюция жизни на земле / А. И. Коротяев, С. А. Бабичев. – Нальчик : Эльбрус, 2009. – 240 с.
117. Крайг, Г. Психология развития / Г. Крайг. – СПб. : Питер, 2000. – 796 с.
118. Кроник, А. А., Кроник, Е. А. В главных ролях: Вы, Мы, Он, Ты, Я: Психология значимых отношений / А. А. Кроник, Е. А. Кроник. – М. : Мысль, 1989. – 204 с.
119. Кроник, А. А. Субъективная картина жизненного пути как предмет психологического исследования, диагностики и коррекции / А. А. Кроник. – М. : ИП РАН, 1994. – С. 149-152.
120. Крэйн, У. Теории развития / У. Крэйн. – СПб. : Питер, 2004. – 478 с.
121. Крюкова, Т. Л. Психология совладающего поведения в разные периоды жизни / Т. Л. Крюкова. – Кострома : КГУ им. Н. А. Некрасова, 2010. – 296 с.

122. Крюкова, Т. Л., Петрова, Е. А. Семейные ресурсы совладающего поведения: значение прародителей и предков / Т. Л. Крюкова, Е. А. Перова // Психология и практика : сб. науч. статей / под ред. Т. Л. Крюковой, С. А. Хазовой. – Кострома : КГУ им. Н. А. Некрасова, 2006. – С. 12-22.
123. Крюкова, Т. Л., Сапоровская, М. В. и др. Психология межпоколенных отношений: конфликты и ресурсы / отв. ред. М. В. Сапоровская. – Кострома : КГУ им. Н. А. Некрасова, 2009. – 340 с.
124. Крюкова, Т. Л., Сапоровская, М. В., Куфтяк, Е. В. Психология семьи: жизненные трудности и совладание с ними / Т. Л. Крюкова, М. В. Сапоровская, Е. В. Куфтяк. – СПб. : Речь, 2005. – 240 с.
125. Кулагина, И. Ю., Коллюцкий, В. Н. Возрастная психология : учебное пособие / И. Ю. Кулагина, В. Н. Коллюцкий. – М. : Смысл, 2001. – 382 с.
126. Кумыкова, Е. В. Психологические особенности внутренне независимых женщин молодого и зрелого возраста : дис. ... канд. психол. наук / Е. В. Кумыкова, Институт Психологии РАН. – М., 2010. – 200 с.
127. Куфтяк, Е. В. Психология семейного совладания : дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.13 / Куфтяк Елена Владимировна. – Кострома, 2011. – 477 с.
128. Куфтяк, Е. В. Отношение привязанности в трех поколениях женщин и межпоколенная травма / Е. В. Куфтяк // Личность в экстремальных условиях и кризисных ситуациях жизнедеятельности. – 2014. – № 4. – С. 159-165.
129. Куфтяк, Е. В., Сизова, М. А. Развитие семейного совладания и функциональности семьи / Е. В. Куфтяк, М. А. Сизова. – Кострома : КГУ им. Н. А. Некрасова, 2009. – 120 с.
130. Лессинг, Д. Лето перед закатом / Д. Лессинг. – М. : Эксмо, 2008. – 256 с.
131. Леонтьев, А. А. Психологическая структура значения / А. А. Леонтьев // Семантическая структура слова. – М. : Издательство «Наука», 1971. – С. 7-18.
132. Леонтьев, А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев. – М. : Политиздат, 1995. – 334 с.

133. Леонтьев, А. Н. О механизме чувственного восприятия / А. Н. Леонтьев // Вопросы психологии. – 1959. – № 2. – С. 19-41.
134. Леонтьев, А. Н. Собрание сочинений : в 2-х т. / А. Н. Леонтьев. – М. : Педагогика, 1983. – Т. 1. – 287 с.
135. Леонтьев, А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев. – М. : Политиздат, 1995. – 334 с.
136. Леонтьев, А. Н. Избранные психологические произведения / А. Н. Леонтьев. – М. : Издательство «Педагогика», 1983. – 391 с.
137. Леонтьев, А. Н. Психология образа / А. Н. Леонтьев // Вестник МГУ. Серия 14. Психология. – 1979. – № 2. – С. 3-14.
138. Леонтьев, Д. А. Тест смысло-жизненных ориентации (СЖО). – 2-е изд. / Д. А. Леонтьев. – М. : Смысл, 2000. – 18 с.
139. Леонтьев, Д. А. Личностный смысл и трансформация психического образа / Д. А. Леонтьев // Вестник МГУ. Сер. 14. Психология. – 1988. – № 2. – С. 3-13.
140. Леонтьев, Д. А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности / Д. А. Леонтьев. – М. : Смысл, 2006. – 522 с.
141. Леонтьев, Д. А. Психология смысла / Д. А. Леонтьев. – М. : Смысл, 1999. – 487 с.
142. Ливехуд, Б. Кризисы жизни – шансы жизни / Б. Ливехуд. – СПб. : Питер, 2001. – 245 с.
143. Липская, Т. А. Возможности метафоры как психологического метода / Т. А. Липская // Известия Самарского научного центра Российской академии наук. – 2009. – Т. 11. – № 4(3). – С. 691 – 695.
144. Логунова, Л. Ю. Социально-философский анализ семейно-родовой памяти как программы социального наследования : автореф. дис. ... д-ра филос. наук: 09.00.11 / Логунова Лариса Юрьевна. – Кемерово, 2011. – 21 с.
145. Ломов, Б. М. О системном подходе в психологии / Б. М. Ломов // Вопросы психологии. – 1975. – № 2. – С. 31-45.

146. Ломов, Б. Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии / Б. Ф. Ломов. – М. : Наука, 1984. – 44 с.
147. Лосева, В., Луньков, А. Родитель, ребенок, школа / В. Лосева, А. Луньков // Психологическая консультация. – 1988. – № 4. – С. 54–65.
148. Лушин, П. В. Психология личностного изменения / П. В. Лушин. – Кировоград, 2002. – 352 с.
149. Магомед-Эминов, М. Ш. Деятельностно-смысловой подход к психологической трансформации личности : дис. ... д-ра психологических наук: 19.00.01 / Магомед-Эминов Мадрудин Шамсудинович. – М., 2009. – 530 с.
150. Мазиллов, В. А. Теория и метод в психологии / В. А. Мазиллов. – Ярославль : МАПН, 1998. – 356 с.
151. Мазиллов, В. А. Психология индивидуальности: некоторые методологические проблемы / В. А. Мазиллов // Психология индивидуальности : материалы Всероссийской конференции. – Москва, 2-3 ноября 2006 г. – М. : Издательский дом ГУ ВШЭ, 2006. – 370 с. – С. 304–307.
152. Мазиллов, В. А. Актуальные методологические проблемы современной психологии / В. А. Мазиллов. – Ярославль : Изд-во ЯГПУ, 1999. – 108 с.
153. Макарова, Е. Ю. Семейные мифы как отражение проблем созависимости в семье / Е. Ю. Макарова // Психологические проблемы современной семьи : материалы Всероссийской научной конференции : в 2 ч. – Ч. 1 / под ред. В. К. Шабельникова, А. Г. Лидерса. – М., 2003. – С. 50-54.
154. Малкова-Пых, И. Г. Возрастные кризисы: справочник практического психолога / И. Г. Малкова-Пых. – М. : Эксмо, 2004. – 894 с.
155. Малькова, И. Н. Семейная история как фактор формирования материнского отношения : дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / Малькова Инна Николаевна. – Ярославль, 2015. – 170 с.
156. Малых, С. Б., Егорова, М. С., Мешкова, Т. А. Основы психогенетики / С. Б. Малых, М. С. Егорова, Т. А. Мешкова. – М. : Эпидавр, 1988. – 744 с.

157. Массен, П. Развитие личности в среднем возрасте / П. Массен // Психология личности : тексты / под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер. – М. : Наука, 1982. – С. 182-186.
158. Михайлова, Е. В. «Наши мертвые не покинут нас в беде»: психодраматическая работа с семейной историей / Е. В. Михайлова // Информационно-аналитический бюллетень «Психологи о мигрантах и миграции России». – 2001. – № 3. – URL: [http://www.igisp.ru/igisp/index.php?inpg = public&int\\_ind = 37](http://www.igisp.ru/igisp/index.php?inpg = public&int_ind = 37)
159. Моргун, В. Ф., Ткачева, Н. Ю. Проблемы периодизации развития личности в психологии : учеб. пособие / В. Ф. Моргун, Н. Ю. Ткачева. – М. : Изд-во МГУ, 1981. – 128 с.
160. Морено Я. Психодрама / пер. с англ. Г. Пимочкиной, Е. Рачковой. – М. : Апрель: Эксмо, 2001. – 528 с.
161. Морено, Я. Л. Социометрия: Экспериментальный метод и наука об обществе / Я. Л. Морено ; пер. с англ. А. Боковинова. – М. : Академический Проект, 2001. – 206 с.
162. Муздыбаев, К. Переживание времени в период кризисов / К. Муздыбаев // Психологический журнал. – 2000. – Т. 21. – № 4. – С. 5-21.
163. Мэй, Р. Проблема тревоги / Р. Мэй. – М. : ЭКСМО-Пресс, 2001. – 432 с.
164. Наследов, А. Д. Математические методы психологического исследования: Анализ и интерпретация данных : учеб. пособие / А. Д. Наследов. – 3-е изд., стереотип. – СПб. : Речь, 2007. – 392 с.
165. Настольная книга практического психолога / сост. С. Т. Посохова, С. Л. Соловьева. – М. : АСТ: Хранитель; СПб. : Сова, 2008. – 671 с.
166. Нартова-Бочавер, С. К. Человек суверенный: психологическое исследование субъекта в его бытии : учебное пособие / С. К. Нартова-Бочавер. – СПб. : Питер, 2008. – 400 с.
167. Некрасов, А. А. Материнская любовь / А. Некрасов. – М. : Амрита, 2009. – 208 с.



168. Нуркова, В. В. Фотография как средство регуляции автобиографической памяти / В. В. Нуркова // Ежегодник Российского психологического общества : материалы 3-го Всероссийского Съезда психологов, 25-28 июня 2003. – СПб. : Изд-во С.-Петербур. унив., 2003. – С. 356 – 360.

169. Нуркова, В. В., Василевская, К. Н. Автобиографическая память в трудной жизненной ситуации: новые феномены / В. В. Нуркова, К. Н. Василевская // Вопросы психологии. – 2003. – № 5. – С. 93-102.

170. Обухова, Л. Ф. Детская возрастная психология / Л. Ф. Обухова. – М. : Пед. об-во России, 1999. – 443 с.

171. Общая психодиагностика / под ред. А. А. Бодалева, В. В. Столина. – М. : Издательство Московского университета, 1987. – 269 с.

172. Овсяник, О. А. Социально-психологическая адаптация женщин второго периода взрослости : дис. ... д-ра психол. наук / О. А. Овсяник, МГУ. – М., 2013. – 398 с.

173. Павлова, О. Феномен «Мертвой матери» / О. Павлова // Психоаналитический вестник. – 2002. – № 10. URL: <https://arbat25.ru/o-czentre/publikaczii-i-stati/fenomen-%C2%ABmertvoj-materi%C2%BB>

174. Палуди, М. Психология женщины / М. Палуди. – СПб. : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. – 384 с.

175. Парфенюк, И. В. Роль прародителей в современной семье и их влияние на воспитание детей / И. В. Парфенюк // Материалы Всероссийской научной конференции «Психологические проблемы современной семьи» : в 2 ч. – Ч. 1 / под ред. В. К. Шабельникова, А. Г. Лидерса. – М., 2003. – С. 265-267.

176. Пезешкиан, Н. Позитивная семейная психотерапия: семья как терапевт / Н. Пезешкиан ; пер. с нем. – М. : Март, 1996. – 336 с.

177. Пергаменщик, Л. А. Кризисная психология (курс лекций) / Л. А. Пергаменщик. – Минск, 2003. – 146 с.

178. Петренко, В. Ф. Основы психосемантики : учебное пособие / В. Ф. Петренко. – М. : Изд-во МГУ, 1997. – 400 с.

179. Петренко, В. Ф. Построение семантических пространств как метод и форма модельного представления / В. Ф. Петренко // Вестник СамГУ. Психология. – 1998. – № 3. – С. 132-141.

180. Петрова, Е. А. Межпоколенные отношения как ресурс совладающего поведения : автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.13 / Петрова Евгения Анатольевна. – М., 2008. – 26 с.

181. Поваренков, Ю. П. Общая характеристика кризисов профессионального пути личности / Ю. П. Поваренков // Психотехнологии в социальной работе / под ред. В. В. Козлова. – Ярославль : МАПН, 1999. – С. 166-177.

182. Поливанова, К. Н. Психология возрастных кризисов / К. Н. Поливанова. – М. : АCADEMIA, 2000. – 182 с.

183. Поливанова, К. Н. Психологический анализ кризисов возрастного развития / К. Н. Поливанова // Вопросы психологии. – 1994. – № 2. – С. 5-21.

184. Поливанова, К. Н. Детство в меняющемся мире / К. Н. Поливанова // Современная зарубежная психология. – 2016. – Т. 5. – № 2. – С. 5-10.

185. Психологический словарь // Словари и энциклопедии на Академике. – URL: <http://dic.academic.ru/contents.nsf/psihologic/>.

186. Психология среднего возраста, старения, смерти / под ред. А. А. Реан. – СПб. : Еврознак, 2003. – 384 с.

187. Психологический словарь / под ред. В. П. Зинченко, Б. Г. Мещерякова. – М. : Астрель Транзиткнига, 2004. – 479 с.

188. Пузырева, Л. А. Влияние когнитивного компонента субъективного опыта на индивидуальную семантику кризисных переживаний : дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / Пузырева Людмила Александровна. – Ярославль, 2003. – 139 с.

189. Ребер, А. Большой толковый психологический словарь: основные термины и понятия по психологии и психиатрии : в 2 т. / А. Ребер ; пер. с англ. Е. Ю. Чеботарева. – М. : Вече : АСТ, 2003. – Т. 1: А – О. – 592 с.

190. Рикер, П. Что меня занимает последние 30 лет / П. Рикер // Историко-философский ежегодник. – М. : Наука, 1991. – С. 296-316.

191. Ромек, В. Г., Конторович, В. А., Крукович, Е. И. Психологическая помощь в кризисных ситуациях / В. Г. Ромек, В. А. Конторович, Е. И. Крукович. – СПб. : Речь, 2004. – 256 с.
192. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2001. – 720 с.
193. Салихова, Н. Р. Ценностно-смысловая организация жизненного пространства личности / Н. Р. Салихова. – Казань : Казан. ун-т, 2010. – 452 с.
194. Сапогова, Е. Е. Психология развития человека : учеб. пособие / Е. Е. Сапогова. – М. : Педагогика, 2001. – 311 с.
195. Сапогова, Е. Е. Экзистенциальная психология взрослости / Е. Е. Сапогова. – М. : Смысл, 2013. – 767 с.
196. Сапоровская, М. В. Психология межпоколенных отношений : автореф. дис. ... д-ра псих. наук 19.00.05 / Сапоровская Мария Вячеславовна. – Кострома, 2013. – 48 с.
197. Сапоровская, М. В. Теория и практика исследования межпоколенной связи в семейном контексте / М. В. Сапоровская // Психологические исследования. – 2010. – № 1(9). – URL: [URL:http://psystudy.ru](http://psystudy.ru) (Дата обращения: 18. 04.2017).
198. Сапоровская, М. В. Родители и дети: развитие совладающего поведения в семье. Психология совладающего поведения / под ред. Т. Л. Крюковой, Е. А. Сергиенко. – М. : ИП РАН, 2008. – С. 347–365.
199. Сапоровская, М. В. Межпоколенная трансгенерация паттернов совладающего поведения / М. В. Сапоровская // Материалы 2-й Международной научно-практической конференции «Психология стресса и совладающего поведения в современном обществе : в 2 томах. – Кострома, 2010. – С. 267-279.
200. Серкин, В. П. Методы психосемантики : учебное пособие для студентов вузов / В. П. Серкин. – М. : Аспект Пресс, 2004. – 207 с.
201. Серкин, В. П. Методы психологии субъективной семантики и психосемантики / В. П. Серкин. – М. : ПЧЕЛА, 2008. – 382 с.
202. Сидоренко, Е. В. Методы математической обработки в психологии / Е. В. Сидоренко. – СПб. : ООО «Речь», 2000. – 350 с.

203. Сизова, М. А. К вопросу изучения связи между поколениями / М. А. Сизова // Вестник Костромского государственного университета имени Н. А. Некрасова. – 2010. – Т. 16. – № 4. – С. 134-139.
204. Сизова, М. А. Взаимосвязь межпоколенных отношений и функциональности семьи : автореферат дис. ... канд. псих. наук: 19.00.05 / Сизова Мария Александровна. – Кострома, 2012. – 24 с.
205. Сизова, М. А. Прародители как ресурс совладающего поведения / М. А. Сизова // Психологические исследования / под ред. А. Л. Журавлева, Е. А. Сергиенко. – М. : Институт психологии РАН, 2008. – Вып. 3. – С. 249-258.
206. Слободчиков, В. И., Исаев, Е. И. Основы психологической антропологии. Психология человека. Введение в психологию субъективности / В. И. Слободчиков, Е. И. Исаев. – М. : Школа-Пресс, 1995. – 384 с.
207. Слободчиков, В. И. Психологические проблемы становления внутреннего мира человека / В. И. Слободчиков // Вопросы психологии. – 1986. – № 4. – С. 14-22.
208. Слободчиков, В. И. Психология развития человека: Развитие субъективной реальности в онтогенезе / В. И. Слободчиков, Е. И. Исаев. – М. : Изд-во ПСТГУ, 2013. – 400 с.
209. Слободчиков, В. И., Исаев, Е. И. Психология развития человека / В. И. Слободчиков, Е. И. Исаев. – М. : Школьная пресса, 2000. – 324 с.
210. Слободчиков, В. И., Цукерман, Г. А. Интегральная периодизация общего психического развития / В. И. Слободчиков, Г. А. Цукерман // Вопросы психологии. – 1996. – № 5. – С. 41-52.
211. Слободчиков, В. И., Исаев, Е. И. Психология человека / В. И. Слободчиков, Е. И. Исаев. – М. : Педагогика, 2000. – 357 с.
212. Солдатова, Е. Л. К вопросу о нормативных кризисах взрослости / Е. Л. Солдатова // Теоретическая, экспериментальная и практическая психология : сб. науч. трудов. – Т. 5 / отв. ред. Н. А. Батулин. – Челябинск : Изд-во ЮУрГУ, 2006. – С. 101-118.

213. Солдатова, Е. Л. Психология нормативных кризисов взрослости : монография / Е. Л. Солдатова. – Челябинск : Изд-во ЮУрГУ, 2005. – 281 с.
214. Солдатова, Е. Л. Развитие и кризисы зрелости / Е. Л. Солдатова // Вестник Челябинского государственного педагогического университета: Серия 10. Экология. Валеология. Педагогическая психология. – Т. 2. – № 6. – 2005. – С. 192-201.
215. Солдатова, Е. Л. Динамика эго-идентичности и представлений о будущем в нормативных кризисах взрослости / Е. Л. Солдатова // Психологическая наука и образование. – 2006. – № 2. – С. 16-30.
216. Солдатова, Е. Л. Психология нормативных кризисов взрослости / Е. Л. Солдатова. – Челябинск, 2005. – 281 с.
217. Сонди, Л. Судьбоанализ / Л. Сонди. – М. : Три квадрата, 2007. – 476 с.
218. Социальная психология: Словарь / под. ред. М. Ю. Кондратьева // Психологический лексикон : энциклопедический словарь : в 6 т. / под общ. ред. А. В. Петровского. – М. : PerSe, 2005. – Т. 2. – 175 с.
219. Спасибенко, С. Г. Поколения как субъекты общественной жизни / С. Г. Спасибенко // Социально-политический журнал. – 1995. – № 4. – С. 101-109.
220. Старовойтенко, Е. Б. Психология личности в парадигме личностных отношений / Е. Б. Старовойтенко. – М. : Трикста, 2004. – 253 с.
221. Стайн, М. В середине жизни. Юнгианский подход / М. Стайн. – М. : Когито-Центр, 2009. – 160 с.
222. Степанова, В. И. Психология взрослых / В. И. Степанова. – СПб. : Питер, 2004. – 478 с.
223. Столин, В. В. Самосознание личности / В. В. Столин. – М. : МГУ, 1983. – 284 с.
224. Суховеров, А. В. Общая теория биологической и социальной памяти: семиотический и процессуальный подходы / А. В. Суховеров // Научный журнал КубГАУ. – 2011. – № 74 (10). – С. 3-10.

225. Талызина, Н. Ф. Сущность деятельностного подхода в психологии / Н. Ф. Талызина // Методология и история психологии. – 2007. – Т. 2. – Вып. 4. – С. 157-162.
226. Теория семейных систем Мюррея Боуэна: основные понятия, методы и клиническая практика / ред. А. Я. Варга. – М. : Когито-Центр, 2005. – 496 с.
227. Труженикова, Н. С. Психологические условия развития личности в процессе преодоления экзистенциальных кризисов середины жизни : автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / Труженикова Наталья Сергеевна, ДГУ. – Сочи, 2006. – 22 с.
228. Улановский, А. М. Качественная методология и конструктивистская ориентация в психологии / А. М. Улановский // Вопросы психологии. – 2006. – № 3. – С. 27-37.
229. Улановский, А. М. Феноменологическая психология: качественные исследования и работа с переживанием / А. М. Улановский. – М. : Смысл, 2012. – 255 с.
230. Фахрутдинова, Л. Р. Психология переживания человека / Л. Р. Фахрутдинова. – Казань : Изд-во Казан. гос. ун-та, 2008. – 676 с.
231. Феномен и категория зрелости в психологии / отв. ред. А. Л. Журавлев, Е. А. Сергиенко. – М. : Институт психологии РАН, 2007. – 252 с.
232. Франкл, В. Духовность, свобода и ответственность / общ. ред. Л. Я. Гозмана и Д. А. Леонтьева // Человек в поисках смысла : сборник / пер. с англ. и нем. – М. : Прогресс, 1990. – 368 с.
233. Франкл, В. Психотерапия на практике / В. Франкл. – СПб. : Ювента, 1999. – 256 с.
234. Фрейд, З. Введение в психоанализ : лекции / пер. с нем. Г. В. Барышниковой. – М. : Наука, 1989. – 456 с.
235. Фрейд, З. Тотем и табу // «Я» и «Оно»: Труды разных лет / пер. с нем. – Тбилиси : Мерани, 1991. – Книга 1. – С. 193–350.
236. Фромм, Э. Анатомия человеческой деструктивности / Э. Фромм. – М. : Издательство «Республика», 1994. – 447 с.

237. Фромм, Э. Бегство от свободы. Человек для себя / Э. Фромм ; пер. с англ. – М. : АСТ: АСТ МОСКВА, 2006. – 571 с.
238. Хазова, С. А. Ментальные ресурсы субъекта: феноменология и динамика / С. А. Хазова. – Кострома : КГУ им. Н. А. Некрасова, 2012. – 250 с.
239. Хамитова, И. Ю. Межпоколенные связи. Влияние семейной истории на личную историю ребенка / И. Ю. Хамитова // Журнал практической психологии и психоанализа. – 2003. – № 4. – URL: <http://psyjournal.ru>
240. Хамитова, И. Ю. Диагностика семьи. Инструкция по применению / И. Ю. Хамитова // Журнал практической психологии и психоанализа. – 2004. – № 4. – URL: <http://psyjournal.ru>
241. Хеллингер, Б. Источнику не нужно спрашивать пути / Б. Хеллингер. – М. : Институт консультирования и системных решений, 2007. – 308 с.
242. Холлис, Дж. Перевал в середине пути: как преодолеть кризис среднего возраста и найти новый смысл жизни / Дж. Холлис. – М. : Когито-Центр, 2009. – 208 с.
243. Хорни, К. Психология женщины. Невротическая личность нашего времени : собр. соч. : в 3-х т. – Т. 1. / К. Хорни. – М. : Смысл, 1997. – 495 с.
244. Хухлаева, О. В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции / О. В. Хухлаева. – М. : Академия, 2000. – 269 с.
245. Хухлаева, О. В. Психология развития / О. В. Хухлаева. – М. : Академия, 2002. – 467 с.
246. Хьелл, Л., Зиглер, Д. Теории личности / Л. Хьелл, Д. Зиглер. – СПб. : Питер, 2003. – 608 с.
247. Хьелл, Л., Зиглер, Д. Теории личности (основные положения, исследования и примечания) / Л. Хьелл, Д. Зиглер. – СПб. : Питер Ком, 1999. – 589 с.
248. Цуркин, В. А. Связь образа физического «Я» и эмоциональной привязанности к матери во взрослости / В. А. Цуркин // Научные ведомости БелГУ. Серия Гуманитарные науки. – 2015. – № 6(203). – С. 211-218.
249. Чудновский, В. Э. Психологические составляющие оптимального смысла жизни / В. Э. Чудновский // Вопросы психологии. – 2003. – № 3. – С. 3-16.

250. Чудновский, В. Э. Смысл жизни: проблема относительной эмансипированности от «внешнего» и «внутреннего» / В. Э. Чудновский // Психологический журнал. – 1995. – Т. 16. – № 12. – С. 15 - 26
251. Черников, А. В. Системная семейная терапия. Классика и современность / А. В. Черников. – М. : Независимая фирма «Класс», 2005. – 400 с.
252. Черников, А. В. Генограмма и категории анализа семейной жизни / А. В. Черников // Психологическое консультирование. – 1998. – № 1. С. 109-124.
253. Шаповаленко, И. В. Возрастная психология / И. В. Шаповаленко. – СПб. : Питер, 2004. – 348 с.
254. Шаров, А. С. Психология переживания: природа, механизмы, феномены / А. С. Шаров // Мир психологии. – 2004. – № 1 (37). – С. 214-226.
255. Шаров, А. С. Жизненный кризис в развитии личности / А. С. Шаров. – Омск : ОмГТУ, 2005. – 166 с.
256. Шильштейн, Е. С. Глубинное переживание «Я»: содержание и функциональное значение / Е. С. Шильштейн // Вестник МГУ. Сер. 14. Психология. – 2003. – № 3. – С. 3-14.
257. Шихи, Г. Возрастные кризисы / Г. Шихи. – Ювента ; СПб., 1999. – с. 436
258. Шихи, Г. Тайны жизненного цикла / Г. Шихи // Психология возрастных кризисов / под ред. К. В. Сельченков. – М. : Харвест, 2000. – С. 100-142.
259. Шмелев, А. Г. Введение в экспериментальную психосемантику: теоретико-методологические основания и психодиагностические возможности / А. Г. Шмелев. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1983. – 158 с.
260. Шмелев, А. Г. Традиционная психометрика и экспериментальная психосемантика: объектная и субъектная парадигма анализа данных / А. Г. Шмелев // Вопросы психологии. – 1982. – № 5. – С. 36-47.
261. Шутценбергер, А. А. Синдром предков: трансгенерационные связи, семейные тайны, синдром годовщины, передача травм и практическое использование геносоциограммы / А. А. Шутценбергер. – М. : Изд-во Института психотерапии, 2005. – 256 с.



262. Шутценбергер, А. А. Тяжелобольной пациент (15-летний опыт применения психодрамы для лечения рака) / А. А. Шутценбергер // Вопросы психологии. – 1990. – № 5. – С. 94-105.
263. Эльконин, Д. Б. К проблеме периодизации психического развития / Д. Б. Эльконин // Вопросы психологии. – 1971. – № 4. – С. 6-21.
264. Эльячефф, К. Дочки-матери. Третий лишний? / К. Эльячефф, Н. Эйниш / под ред. Н. Поповой ; перев. с франц. О. Бессоновой. – М. : Институт общегуманитарных исследований, 2014. – 448 с.
265. Эриксон, Э. Детство и общество / Э. Эриксон – СПб. : Ленато, АСТ, Фонд «Университетская книга», 1996. – 592 с.
266. Эриксон, Э. Идентичность: юность и кризис / Э. Эриксон ; пер. с англ. ; общ. ред. и предисл. А. В. Толстых. – 2-е изд. – М. : Флинта: МПСИ: Прогресс, 2006. – 352 с.
267. Эстес, К. П. Бегущая с волками. Женский архетип в мифах и сказаниях / К. П. Эстес / перевод Т. Науменко = Clarissa Pinkola Estes. Women who run with the wolves. Myths and stories of the wild woman archetype. – N. Y. : Ballantine books, 1995. – К. : София. – М. : Гелиос, 2002. – с. 447
268. Эйдемиллер, Э. Г., Юстицкис, В. В. Психология и психотерапия семьи / Э. Г. Эйдемиллер, В. В. Юстицкис. – СПб. : Питер, 2001. – 656 с.
269. Юнг, К. Г. Архетип и символ / К. Г. Юнг ; пер. с нем. – М. : Ренессанс, 1991. – 304 с.
270. Юнг, К. Г. Брак как психологическое отношение / К. Г. Юнг // Конфликты детской души / пер. с нем. – М. : Канон, 1997. – С. 209–224.
271. Юттнер, Ф. Судьбоанализ в выводах / Ф. Юттнер ; пер. с нем. А. В. Тихомирова. – Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та, 2002. – 262 с.
272. Юттнер, Ф. Судьбоанализ Липота Зонди / Ф. Юттнер // «Психология судьбы»: сборник статей по глубинной психологии. – 2-е изд., исправленное и дополненное / под общ. ред. д. ф. н. проф. В. Б. Куликова. – Екатеринбург : Изд-во УрО РАН. – 1994. – № 1.
273. Юнг, К. Психология архетипов / К. Юнг. – М. : Смысл, 1990. – 456 с.

274. Ялом, И. Экзистенциальная психотерапия / И. Ялом ; пер. Т. С. Драбкиной. – М. : Независимая фирма «Класс», 1999. – 576 с.
275. Ясперс, К. Общая психопатология / К. Ясперс. – М. : Практика, 1997. – 1056 с.
276. Ainsworth, M. D. S. Patterns of infant – mother attachment as related to maternal care / M. D. S. Ainsworth // Magnusson D., Alien V. (Eds.). Human development: An interactional perspective. – N. Y. : Academic Press, 1983.
277. Aldwin, C. M., Levenson, M. R. Stress, Coping, and Health at Mid-Life: A Developmental Perspective / M. E. Lachman (Ed.), Handbook of Midlife Development. New York: Wiley. 2001. – P. 188-214.
278. Bernice, L. Neugarten. Middle Age and Aging, 1968. – 610 p.
279. Campbell, A. A. Mind of her own. The evolutionary psychology of women. University Press, 2002. – 401 p.
280. Collins, N. L. An attachment theory perspective on closeness and intimacy / N. L. Collins, B. C. Feeney // Handbook of closeness and intimacy. – New Jersey, 2004. – P. 163–189.
281. Drake Pamela J. Fullerton Genealogy Study A Master's Thesis California State University, Fullerton, 2004.
282. Ellenberger, H. Das mens chliche Schicksalalswissens chaftliches Problem. Psyche, IV. H. 11.1951. – S. 576-610.
283. Fraley, R. C. Introduction to the special issue: The psychodynamics of adult attachments – Bridging the gap between disparate research traditions / R. C. Fraley // Attachment and Human Development. – 2002. – V. 4. – P. 131-132.
284. Giorgy, A. Sketch of a Psychological Phenomenological Method // Phenomenology and Psychological Research / Ed. By A. Giorgy, Duquesne University Press, Pittsburgh. PA. – 2007. – P. 1-8.
285. Hoff, L. A. People in crisis: understanding and helping. – Menlopark (Calif.): Addison-Wesley publ., 1978. – 339 p.
286. Jacobson, G. Programs and techniques of crises intervention / G. Jacobson // American handbook of psychiatry. – N. Y., 1974. – 825 p.

287. Jackson, K. P. The of Solving problems / K. Jackson. – London, Heine-  
mann, 1975. – 247 p.
288. Lavigne, K. M. The personality of meaning in life: Associations between  
dimensions of life meaning and the Bib five / K. M. Lavigne, S. Hofman, A. J. Ring,  
A. G. Rider, T. S. Woodward / Journal of Positive Psychology. – 2013. – Vol. 8 (1). –  
P. 34-43.
289. Levinson, D. J. The seasons of a mensch life / D. J. Levinson. – New York :  
Knopf, 1981. – P. 145-157.
290. Lewin, K. A dynamic theory of personality / K. Lewin. – N. Y., 1935. –  
286 p.
291. Mashek, D. J. Confusions of Self With Close Others / D. J. Mashek,  
A. Aron, M. Boncimino // Personality and Social Psychology Bulletin. – 2003. – Vol.  
29. – № 3. – P. 382-392.
292. May, R. Freedom and destiny / R. May. – N. Y. : Norton, 1981.
293. Mayer, N. The male mid-life crisis / N. Mayer. – N. Y., 1972. – P. 91-109.
294. Moustakas, G. Theory and Method of Phenomenological Research /  
G. Moustakas. – N. Y. : Press, 1998. – 241 p.
295. Neimeyer, R. A. Mourning and meaning / R. A. Neimeyer, H. G. Prigerson,  
B. Davies // American behavioral scientist. – 2002. – Vol. 46. – № 2. – P. 235-251.
296. Obegi, J. H. Exploring intergenerational transmission of attachment style in  
young female adults and their mothers / J. H. Obegi, T. L. Morrison, Ph. R. Shaver //  
Journal of Social and Personal Relationships. – 2004. – Vol. 21. – № 5. – P. 625-638.
297. Oerter, G., Montana, I. Entwicklungs psychiologi / G. Oerter, I. Montana. –  
Wiesbaden, 1987. – 398 s.
298. Osgood, Ch. The nature and measurement of meaning / Ch. Osgood //  
Psychol. Bull. – 1952. – V. 49. – P. 197-237.
299. Pierret, C. Sandwich generation: women caring for parents and children /  
C. Pierret // Monthly Labor Review. – 2006. – Vol. 129 (September). – P. 3-9.
300. Platon (427-347), Er le Pamphylien in La Republique. X 614. Paris,  
Gallimard, 1950, reed. La Pleiade, 1989, 1, 1231 et s.

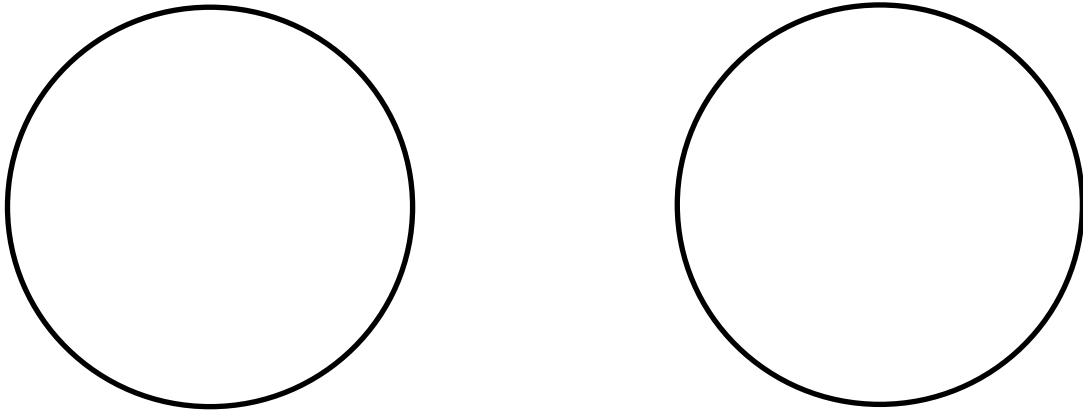
301. Prend, A. D. *Transcending loss* / A. D. Prend. – N. Y. : Berkley Books, 1997. – 304 p.
302. Pressley, M., Borkowski, J. J., Schneider, W. *Cognitive strategies: good strategy users coordinate metcognition and knowledge*. Jn. R. Vasta and G. Whitehurst (Eds.), *Annals of Child Development*. Vol. 5. Greenwich, CT: JAI Press, 1987. – P. 89-129.
303. Register, L. *The Phenomenology of Intimacy* / L. Register, T. Henley // *Journal of Social and Personal Relationships*. – 1992. – Vol. 9. – Nov. – P. 467–482.
304. Rogers, C. R. *A theory of therapy, personality and interpersonal relationships, as developed in the client-centered framework* / C. R. Rogers // *Psychology: a study of a science* / S. Koch. – New York : McGraw-Hill, 1959. – Vol. 3. – P. 184-256.
305. Schmidt, H. *Allgemeine Entwicklungs psychiologi* / H. Schmidt. – Berlin, 1987. – 432 s.
306. Taylor, S. E. *Adjustment of threatening events: A theory of cognitive adaptation* / S. E. Taylor // *American psychologist*. – 1983. – P. 1161-1173.
307. Thelen, M. *Fear of Intimacy among Dating Couples* / M. Thelen, Wal J. Vander, A. Tomas // *Harmon Behavior Modification*. – 2000. – Vol. 24. – P. 223-240.
308. Thomae, H. *Die biografische Methode in den anthropologischen Wissenschaft* / H. Thomae // *Studium Generale*. 1952. Bd. 5. – S. 163-177.
309. Thomae, H. *Psychologische Biographic als Synthes eidiographischer und not mothetischer Forschung*. Jbidem. – 1987. – S. 108-116.
310. Waad, S. *Entwicklungs psychiologi* / S. Waad. – Berlin, 1991. – 395 s.
311. Waters, E. *Bowlby's Secure Base Theory and the Social / Personality Psychology of Attachment Styles: Work(s) in Progress* / E. Waters, J. Crowell, M. Elliott, D. Corcoran, D. Treboux // *Attachment and Human Development*. – 2002. – № 4. – P. 230-242.

## ПРИЛОЖЕНИЯ

### Приложение 1

#### Проективная методика (модифицированный вариант)

Методика представляет собой две окружности, в которых женщинам предлагалось выделить определенный сектор для той или иной сферы, а также выразить в процентном соотношении каждую сферу, исходя из того, насколько они значимы для них. В первом круге испытуемые должны были обозначить распределение сфер по секторам в 35 лет, а во втором – в настоящее время.



Инструкция: проранжируйте нижеперечисленные сферы в процентном соотношении по мере их значимости в 35 лет и на сегодняшний день.

1. Ценности.
2. Здоровье.
3. Жизненный тонус.
4. Внешность.
5. Отношения с близкими людьми.
6. Отношения с коллегами.
7. Эмоции.
8. Отношения с мужчинами.

**Список метафор, описывающий кризисные переживания женщины  
в середине жизни**

Инструкция: выберите 5 метафор, которые наиболее полно описывают ваше актуальное состояние.

**Метафоры**

1. Заживо содранная шкура.
2. Холод будущего.
3. Ускользящая из-под ног почва.
4. Освобожденная узница.
5. Случайный человек.
6. Пустое время.
7. Плывающая по течению.
8. Сотрясающие душу взрывы чувств.
9. Буря чувств.
10. Дух бунтарства.
11. Собака.
12. Рабыня.
13. Ревниво оберегаемое одиночество.
14. Время расправить крылья.
15. Открытая рана.
16. Уходящие жизненные соки.
17. Выпотрошенная кукла.
18. Обиженное сердце.
19. Смакующая свободу.
20. Девочка на побегушках.
21. Мишень для критики.
22. Узница.
23. Приспособленная машина.
24. Глас вопиющего в пустыне.

25. Раненая птица.
26. Забитая птица.
27. Замученное животное.
28. Метущаяся душа.
29. Инвалид.
30. Дурман.
31. Кусок льда.
32. Невидимка.
33. Подопытная крыса.
34. Грязное болото.
35. Горделивый олень.
36. Во все «тяжкие».
37. Вол в упряжке.
38. Одинокая женщина.
39. Неизменная статуя.
40. Парящая в пространстве.
41. Все двери открыты.
42. Закручивающий ураган.
43. Затишье перед бурей.
44. Траур.
45. Теплая осень.
46. Сон.
47. «Псих».
48. Ребенок, предвкушающий праздник.
49. Ожидание чуда.
50. Перед грозой.
51. Спринтер на длинной дистанции.
52. Выжатая тряпка.
53. Богатырь на развилке трех дорог.

### Протокол 1

Испытуемая 39 лет, в разводе, имеет сына 12 лет. В ходе обследования часто жалуется на неудачи в личной жизни, пытается найти причины во внешних обстоятельствах («никому не нужна женщина с ребенком, еще и проблемным»), в «плохих» мужчинах. В процессе обследования испытуемая много говорит, рассуждает, выносит категорические суждения относительно своей личной жизни. Демонстрирует неустойчивое эмоциональное состояние: то плачет, то смеется. Чувствуется неуверенность в словах испытуемой (переспрашивает, правильно ли она сделала, просит совета). При работе с переживанием испытывает трудности: переключается на отвлеченные темы, делает паузы. Наблюдаются трудности с вербализацией переживания. В ходе обследования испытуемой было предложено подобрать несколько метафор, которые наиболее объемно описывали бы ее актуальные переживания. Таким образом, были выбраны следующие метафоры: «Холод будущего», «Собака», «Уходящие жизненные соки», «Обиженное сердце», «Время расправить крылья». Учитывая семантическую наполненность данных метафор, можно предположить, что испытуемая переживает состояние стагнации, неопределенности («Холод будущего»), убывающего ресурса («Уходящие жизненные соки»), а также состояние неволи, угнетенности, обиды («Собака», «Обиженное сердце»). Данные переживания не осознаются испытуемой, наблюдаются попытки обесценить их, отвергнуть. Однако работа с метафорами позволила испытуемой сфокусироваться на собственном внутреннем мире и состоянии.

Испытуемая сообщает, что не чувствует опоры, у нет никаких ориентиров и будущее представляется ей чем-то туманным. Чувствует огромное влияние собственной матери, испытывает раздражение по этому поводу («...мамаша вечно лезет в мою жизнь», «она везде, всех мужчин отпугнула»). Испытуемая является единственным ребенком в семье. Отношения с мамой описывает как «тяжелые». Однако связь в диаде «мать – дочь» весьма сильная, по типу зависимости. Многие решения в жизни принимаются с участием матери, наблюдается финансовое участие



родителей. Очевидно, что семейные границы размыты, отделения от родительской семьи не произошло.

Испытуемая замечает, что во всех поколениях в роду наблюдаются нарушенные супружеские отношения. Главным образом это связано с женской гиперфункциональностью и «тотальным неуважением к мужчинам». Женщин рода испытуемая описывает как «огромных», «заполняющих собою все». Усиление женской роли в роду привело к размытости, практически отсутствию мужской роли. Мужчины в роду – это «средство выполнения женских прихотей». Несмотря на это, разводов в роду не было, поэтому развод переживался испытуемой как некое нарушение родового сценария.

Испытуемая проявляет лояльность по отношению к членам семьи, нарушающим ее границы (главным образом к матери). Возникают такие чувства, как обида, злость, однако не происходит осознания глубинных механизмов, запускающих подобные чувства. Несмотря на то, что между женщинами рода возникает сильная связь, данная связь имеет характер зависимости. Она не способна дать испытуемой опору в кризисный период. Нарушение эмоционального компонента в отношениях «мать – дочь» в данном случае дает ощущение беспомощности, отсутствия авторства собственной жизни.

Стратегия работы предполагает усиление осознанности причин возникающих переживаний через осознание особенностей отношений между женщинами рода, специфики выстраивания внутрисемейных границ; проработку возможных негативных чувств, связанных с этим.

## Протокол 2

Испытуемая 44 года, не замужем, детей нет. Кризисные переживания связаны с ощущением пустоты, бесперспективности существования. В ходе обследования часто плачет. Свое актуальное состояние описывает следующими метафорами: «Холод будущего», «Плывущая по течению», «Стоячая вода», «Время расправить крылья».

Испытуемая замечает, что чувствует себя одиноко. Родителей уже нет в живых, она является единственным ребенком в семье. Родители испытуемой были в разводе, уход отца был воспринят как «трагедия». После расставания родителей с отцом не общались. Несмотря на это, испытуемая чувствует близость с родственниками по отцовской линии. Отношения с матерью были конфликтные. Часто ссорились, помирились только перед уходом матери. Осознание скорой смерти матери помогло отпустить все обиды, которые главным образом были связаны с тем, что мама уделяла дочери недостаточно внимания, была ориентирована на карьеру. Рассказывая про отношения с мамой, испытуемая плачет. Замечает, что осталось чувство вины, поскольку очень много времени было потеряно на обиды.

Испытуемая отмечает, что в родительской семье не было сформированных, стабильных ценностей, поскольку родители рано развелись. Описывая многочисленных родственников по материнской линии, испытывает чувство гордости, так как семьи были многодетные. Сохранила эмоциональную связь с тетей по материнской линии до настоящего времени.

Испытуемая описывает судьбу женщин рода как несчастливую: «...каждая женщина была в какой-то степени неудовлетворенной, считала, что не сделано что-то важное». В роду наблюдалось смешение ролей, по словам испытуемой, «все девочки должны были родиться мальчиками, и наоборот». В роду наблюдается 2 сценария: нарушенные супружеские отношения и женское одиночество. Единственная тетья по материнской линии, с которой испытуемая имеет тесную эмоциональную связь, была одинока. Именно данный сценарий транслируется в роду через эмоциональную связь «тетя – племянница».

Кризисные переживания обращают испытываемую к необходимости идентификации с женщинами рода, в частности с тетей, чтобы найти опору и способы адаптации к кризисной ситуации. Стратегия психологической работы в данном случае может заключаться в поиске ресурса внутри рода, через идентификацию со значимыми женскими фигурами, а также в осознании передаваемого из поколения в поколение сценария «несчастливой женской судьбы», что позволит выйти за рамки данного сценария, обрести перспективы.

**Семантический дифференциал (модифицированный вариант)**

Инструкция: оцените, пожалуйста, в какой степени нижеперечисленные состояния относятся к вам:

1 или -1 – относится ко мне в меньшей степени.

2 или -2 – относится ко мне в средней степени.

3 или -3 – полностью относится ко мне.

0 – затрудняюсь ответить.

1. Внутренний	3-2-1-0-1-2-3	Внешний
2. Критичный	3-2-1-0-1-2-3	Терпимый
3. Угнетенный	3-2-1-0-1-2-3	Свободный
4. Опустошенный	3-2-1-0-1-2-3	Наполненный
5. Принимающий	3-2-1-0-1-2-3	Отвергающий
6. Изменчивый	3-2-1-0-1-2-3	Стабильный
7. Спокойный	3-2-1-0-1-2-3	Тревожный
8. Ненужный	3-2-1-0-1-2-3	Востребованный
9. Плодотворный	3-2-1-0-1-2-3	Непродуктивный
10. Отстраненный	3-2-1-0-1-2-3	Включенный
11. Мудрый	3-2-1-0-1-2-3	Наивный (неопытный)
12. Глубокий	3-2-1-0-1-2-3	Поверхностный
13. Скоротечный	3-2-1-0-1-2-3	Вялотекущий
14. Неуловимый	3-2-1-0-1-2-3	Осязаемый
15. Испуганный	3-2-1-0-1-2-3	Бесстрашный
16. Суетливый	3-2-1-0-1-2-3	Спокойный
17. Истинный	3-2-1-0-1-2-3	Притворный
18. Негативный	3-2-1-0-1-2-3	Позитивный
19. Устаревший	3-2-1-0-1-2-3	Обновленный
20. Страждущий	3-2-1-0-1-2-3	Счастливым
21. Открытый	3-2-1-0-1-2-3	Закрытый (замкнутый)

22. Безысходный	3-2-1-0-1-2-3	Обнадеживающий
23. Отчужденный	3-2-1-0-1-2-3	Близкий
24. Бессознательный	3-2-1-0-1-2-3	Осознанный

### Методика исследования самоотношения С. Р. Пантिलеева (МИС)

**Инструкция.** Вам предложен перечень суждений, характеризующих отношение человека к себе, к своим поступкам и действиям. Внимательно прочитайте каждое суждение. Если Вы согласны с его содержанием, в бланке для ответов рядом с порядковым номером суждения поставьте «+», если не согласны, то «-». Работайте быстро и внимательно, не пропускайте ни одного суждения. Возможно, некоторые суждения покажутся Вам излишне личными, затрагивающими интимные стороны Вашей личности. Постарайтесь определить их соответствие себе как можно более искренне. Ваши ответы никому не будут демонстрироваться.

#### Опросник

1. Мои слова довольно редко расходятся с делами.
2. Случайному знакомому я, скорее всего, покажусь человеком приятным.
3. К чужим проблемам я всегда отношусь с тем же пониманием, что и к своим.
4. У меня нередко возникает чувство, что то, о чем я с собой мысленно разговариваю, мне неприятно.
5. Думаю, что все мои знакомые относятся ко мне с симпатией.
6. Самое разумное, что может сделать человек в своей жизни, это не противиться собственной судьбе.
7. У меня достаточно способностей и энергии, чтобы воплотить в жизнь задуманное.
8. Если бы я раздвоился, мне было бы довольно интересно общаться со своим двойником.
9. Я не способен причинять душевную боль самым любимым и родным мне людям.
10. Я считаю, что не грех иногда пожалеть самого себя.
11. Совершив какой-то промах, я часто не понимаю, как же мне могло прийти в голову, что из задуманного получится что-нибудь хорошее.
12. Чаще всего я одобряю свои планы и поступки.

13. В моей личности есть, наверное, что-то такое, что способно вызвать у других острую неприязнь.
14. Когда я пытаюсь оценить себя, я, прежде всего, вижу свои недостатки.
15. У меня не получается быть для любимого человека интересным длительное время.
16. Можно сказать, что я ценю себя достаточно высоко.
17. Мой внутренний голос редко подсказывает мне то, с чем я, в конце концов, не согласился бы.
18. Многие мои знакомые не принимают меня так уж всерьез.
19. Бывало, и не раз, что я сам остро ненавидел себя.
20. Мне очень мешает недостаток энергии, воли и целеустремленности.
21. В моей жизни возникали такие обстоятельства, когда я шел на сделку с собственной совестью.
22. Иногда я сам себя плохо понимаю.
23. Порой мне бывает мучительно больно общаться с самим собой.
24. Думаю, что без труда смог бы найти общий язык с любым разумным и знающим человеком.
25. Если я и отношусь к кому-нибудь с укоризной, то, прежде всего, к самому себе.
26. Иногда я сомневаюсь, можно ли любить меня по-настоящему.
27. Нередко мои споры с самим собой обрываются мыслью, что все равно выйдет не так, как я решил.
28. Мое отношение к самому себе можно назвать дружеским.
29. Вряд ли найдутся люди, которым я не по душе.
30. Часто я не без издевки подшучиваю над собой.
31. Если бы мое второе «Я» существовало, то для меня это был бы довольно скучный партнер по общению.
32. Мне представляется, что я достаточно сложился как личность, поэтому не трачу много сил на то, чтобы в чем-то стать другим.
33. В целом меня устраивает то, какой я есть.

34. К сожалению, слишком многие не разделяют моих взглядов на жизнь.
35. Я вполне могу сказать, что уважаю сам себя.
36. Я думаю, что имею умного и надежного советчика в себе самом.
37. Сам у себя я довольно часто вызываю чувство раздражения.
38. Я часто, но довольно безуспешно пытаюсь в себе что-то изменить.
39. Я думаю, что моя личность гораздо интереснее и богаче, чем это может показаться на первый взгляд.
40. Мои достоинства вполне перевешивают мои недостатки.
41. Я редко остаюсь непонятым в самом важном для меня.
42. Думаю, что другие в целом оценивают меня достаточно высоко.
43. То, что со мной случается, – это дело моих собственных рук.
44. Если я спорю с собой, то всегда уверен, что найду единственно правильное решение.
45. Когда со мной случаются неприятности, как правило, я говорю: «И поделом тебе».
46. Я не считаю, что духовно достаточно интересен для того, чтобы быть притягательным для многих людей.
47. У меня нередко возникают сомнения: а таков ли я на самом деле, каким себе представляюсь?
48. Я не способен на измену даже в мыслях.
49. Чаще всего я думаю о себе с дружеской иронией.
50. Мне кажется, что мало кто может подумать обо мне плохо.
51. Уверен, что на меня можно положиться в самых ответственных делах.
52. Я могу сказать, что в целом контролирую свою судьбу.
53. Я никогда не выдаю понравившиеся мне чужие мысли за свои.
54. Каким бы я ни казался окружающим, я-то знаю, что в глубине души лучше, чем большинство других.
55. Я хотел бы оставаться таким, какой я есть.
56. Я всегда рад критике в свой адрес, если она обоснованна и справедлива.



57. Мне кажется, что если бы таких людей, как я, было больше, то жизнь изменилась бы в лучшую сторону.

58. Мое мнение имеет достаточный вес в глазах окружающих.

59. Что-то мешает мне понять себя по-настоящему.

60. Во мне есть немало такого, что вряд ли вызывает симпатию.

61. В сложных обстоятельствах я обычно не жду, пока проблемы разрешатся сами собой.

62. Иногда я пытаюсь выдать себя не за того, кто я есть.

63. Быть снисходительным к собственным слабостям – вполне естественно.

64. Я убедился, что глубокое проникновение в себя – малоприятное и довольно рискованное занятие.

65. Я никогда не раздражаюсь и не злюсь без особых на то причин.

66. У меня бывали такие моменты, когда я понимал, что меня есть за что презирать.

67. Я часто чувствую, что мало влияю на то, что со мной происходит.

68. Именно богатство и глубина моего внутреннего мира определяют мою ценность как личности.

69. Долгие споры с собой чаще оставляют горький осадок в моей душе, чем приносят облегчение.

70. Думаю, что общение со мной доставляет людям искреннее удовольствие.

71. Если говорить откровенно, иногда я бываю очень неприятен.

72. Можно сказать, что я себе нравлюсь.

73. Я человек надежный.

74. Осуществление моих желаний мало зависит от везения.

75. Мое внутреннее «Я» всегда мне интересно.

76. Мне очень просто убедить себя не расстраиваться по пустякам.

77. Близким людям свойственно меня недооценивать.

78. У меня в жизни нередко бывают минуты, когда я сам себе противен.

79. Мне кажется, что я все-таки не умею злиться на себя по-настоящему.

80. Я убедился, что в серьезных делах на меня лучше не рассчитывать.
81. Порой мне кажется, что я какой-то странный.
82. Я не склонен пасовать перед трудностями.
83. Мое собственное «Я» не представляется мне чем-то достойным глубокого внимания.
84. Мне кажется, что, глубоко обдумывая свои внутренние проблемы, я научился гораздо лучше себя понимать.
85. Сомневаюсь, что вызываю симпатию у большинства окружающих.
86. Мне случалось совершать такие поступки, которым вряд ли можно найти оправдание.
87. Где-то в глубине души я считаю себя слабаком.
88. Если я искренне и обвиняю себя в чем-то, то, как правило, обличительного запала хватает ненадолго.
89. Мой характер, каким бы он ни был, вполне меня устраивает.
90. Я вполне представляю себе, что меня ждет впереди.
91. Иногда мне бывает трудно найти общий язык со своим внутренним «Я».
92. Мои мысли о себе по большей части сводятся к обвинениям в собственный адрес.
93. Я не хотел бы сильно меняться даже в лучшую сторону, потому что каждое изменение – это потеря какой-то дорогой частицы самого себя.
94. В результате моих действий слишком часто получается совсем не то, на что я рассчитывал.
95. Вряд ли во мне есть что-то, чего я не знал бы.
96. Мне еще многого не хватает, чтобы с уверенностью сказать себе: «Да, я вполне созрел как личность».
97. Во мне вполне мирно уживаются как мои достоинства, так и мои недостатки.
98. Иногда я оказываю «бескорыстную» помощь людям только для того, чтобы лучше выглядеть в собственных глазах.

99. Мне слишком часто и безуспешно приходится оправдываться перед самим собой.

100. Те, кто меня не любит, просто не знают, какой я человек.

101. Убедить себя в чем-то не составляет для меня большого труда.

102. Я не испытываю недостатка в близких и понимающих меня людях.

103. Мне кажется, что мало кто уважает меня по-настоящему.

104. Если не мелочиться, то в целом меня не в чем упрекнуть.

105. Я сам создал себя таким, каков я есть.

106. Мнение других обо мне вполне совпадает с моим собственным.


107. Мне бы очень хотелось во многом себя переделать.

108. Ко мне относятся так, как я того заслуживаю.

109. Думаю, что моя судьба сложится все равно не так, как мне хотелось бы теперь.

110. Уверен, что в жизни я на своем месте.

### Условные обозначения для построения геносоциогаммы

Условные обозначения	
	МУЖЧИНА
	ЖЕНЩИНА
	ГРАЖДАНСКИЙ БРАК
	ОФИЦИАЛЬНЫЙ БРАК
	ПРЕРВАННЫЕ ОТНОШЕНИЯ
	РАЗВОД
	КОНФЛИКТНЫЕ ОТНОШЕНИЯ
	РОДИТЕЛИ. ДЕТИ: НОМЕР УКАЗЫВАЕТ ПОРЯДОК РОЖДЕНИЯ; ЗДЕСЬ 3-Й РЕБЕНОК ОБОЗНАЧАЕТ ВЫКИДЫШ.
 	СМЕРТЬ
 	ВЫКИДЫШ ИЛИ АБОРТ В СЛУЧАЕ, ЕСЛИ ПОЛ РЕБЕНКА БЫЛ УСТАНОВЛЕН
	ВЫКИДЫШ ИЛИ АБОРТ В СЛУЧАЕ, ЕСЛИ ПОЛ РЕБЕНКА НЕИЗВЕСТЕН

**Вопросы интервью при построении геносоциограммы**

1. Посмотрев на свой род, можете ли вы сказать, что как-то поменялись ценности рода? Согласуются ли ваши ценности с ценностями рода?
2. Каково ваше отношение к здоровью в роду? Есть ли повторяющиеся заболевания?
3. Можете ли вы охарактеризовать женщин вашего рода как энергичных? Что являлось главным ресурсом, источником энергии для женщин рода?
4. Какое внимание уделялось внешности среди женщин рода? Каким образом реагировали на изменения во внешности, в том числе возрастные?
5. Счастливы ли женщины вашего рода?
  - Какова роль женщины в семье: как было принято относиться к женщине в семье?
  - Были ли эмоционально близкие отношения между старшими и младшими представительницами рода? Каков характер этих отношений: мать – дочь, бабушка – внучка; сестра – сестра; тетя – племянница и т. д.
  - С какой женской фигурой рода вы себя идентифицируете?
  - Женщины рода ориентированы на семью или на карьеру, социальный статус?
6. Как вы можете охарактеризовать границы вашей расширенной семьи: открытые – закрытые, проницаемые – непроницаемые? Наблюдается ли динамика в отношениях с окружающими?
7. Были ли внутрисемейные конфликты (супружеские)? Как складывались отношения у женщин рода с противоположным полом?
  - Охарактеризуйте роль мужчины (отца) в семье.

**Метод феноменологического описания данных (А. Джорджи)**

Метод феноменологического анализа описаний опыта, предложенный А. Джорджи, состоит из четырех основных этапов.

1. Прочтение всего описания, чтобы понять общий смысл всего высказывания.
2. Выделение «знаковых фрагментов» (смысловых элементов) с психологической точки зрения и фокусировка на явлении, которое выступает объектом исследования.
3. Повторное прочтение выделенных смысловых элементов и более конкретное выражение их психологического содержания.
4. Синтез трансформированных смысловых отрезков в сообразные заявления относительно опыта субъекта. Это обычно называется структурой опыта.

Удельный вес категорий контент-анализа (кризисных переживаний) в текстах испытуемых

<i>Переживание утраты старых ценностей, ощущение отсутствия опоры и пребывания в состоянии внутреннего «диалога с собой»</i>	<i>Переживание неизбежности конечности существования (концентрация на телесных ощущениях), осознание своей телесности</i>	<i>Чувство опустошенности, переживание реорганизации внутренних ресурсов, несоответствия внешним требованиям среды, непродуктивности</i>	<i>Ощущение несоответствия внешней и внутренней реальности (образ тела), переживание конкуренции, непринятие собственной телесности</i>	<i>Переживание близости, осознание своей роли (значимости) в жизни близких людей</i>	<i>Ощущение уязвимости, желание контролировать свои чувства, укрепить границы</i>	<i>Ощущение динамики эмоционального состояния</i>	<i>Осознание собственной целостности, внутренней свободы</i>
0,74	0,74	0,51	0,81	0,40	0,63	0,70	0,40

**Уровень значимости различий кризисных переживаний женщин  
в зависимости от наличия или отсутствия отдельных параметров семейной истории**

**Разводы в 3-м поколении**  
Mann-Whitney U Test (1.sta)  
By variable NEWVAR20  
Group 1: 1 Group 2: 0

	Rank Sum	Rank Sum				Z			Valid N	Valid N
	Group 1	Group 2	U	Z	p-level	adjusted	p-level		Group 1	Group 2
<b>Опущошенность - Наполненность</b>	454	2472	301	-2,4992468	0,0124507	-2,4998279	<b>0,01243033</b>	*	17	59
<b>Позитивное предвосхищение</b>	787,5	2138,5	368,5	1,6578546	0,0973566	1,658172	0,09729256		17	59
<b>Закрытость – Открытость новому опыту</b>	604	2322	451	-0,6294861	0,5290353	-0,6296368	0,52893674		17	59
<b>Активизирующие – Астенизирующие чувства</b>	821,5	2104,5	334,5	2,0816669	0,0373808	2,082037	<b>0,03734701</b>	*	17	59

**Конфликты во 2-м поколении**  
Mann-Whitney U Test (1.sta)  
By variable NEWVAR26  
Group 1: 1 Group 2: 0

	Rank Sum	Rank Sum				Z			Valid N	Valid N
	Group 1	Group 2	U	Z	p-level	adjusted	p-level		Group 1	Group 2
<b>Опущошенность - Наполненность</b>	1345	1581	442	-2,8415158	0,0044928	-2,8421762	<b>0,00448351</b>	**	42	34
<b>Позитивное предвосхищение</b>	1724	1202	607	1,1178021	0,2636599	1,1180161	0,26356852		42	34
<b>Закрытость – Открытость новому опыту</b>	1779	1147	552	1,6923733	0,0905845	1,6927783	0,09050740		42	34
<b>Активизирующие – Астенизирующие чувства</b>	1699,5	1226,5	631,5	0,8618568	0,3887728	0,86201	0,38868850		42	34

**Межпоколенный конфликт**  
Mann-Whitney U Test (1.sta)  
By variable NEWVAR29  
Group 1: 1 Group 2: 0

	Rank Sum	Rank Sum				Z			Valid N	Valid N
	Group 1	Group 2	U	Z	p-level	adjusted	p-level		Group 1	Group 2
<b>Опущошенность - Наполненность</b>	1094,5	1831,5	598,5	-1,0463895	0,2953891	-1,0466328	0,29527688		31	45
<b>Позитивное предвосхищение</b>	1425,5	1500,5	465,5	2,4521449	0,014206	2,4526143	<b>0,01418753</b>	*	31	45
<b>Закрытость – Открытость новому опыту</b>	1082,5	1843,5	586,5	-1,1732246	0,2407145	-1,1735053	0,24060196		31	45
<b>Активизирующие – Астенизирующие чувства</b>	1330,5	1595,5	560,5	1,4480339	0,1476174	1,4482913	0,14754535		31	45



**Неофициальные браки в 1-м поколении**

Mann-Whitney U Test (1.sta)

By variable NEWVAR30

Group 1: 1 Group 2: 0

	Rank Sum	Rank Sum				Z			Valid N	Valid N
	Group 1	Group 2	U	Z	p-level	adjusted	p-level		Group 1	Group 2
<b>Опущошенность - Наполненность</b>	810,5	2115,5	432,5	-2,4854259	0,0129447	-2,4860036	<b>0,01292373</b>	*	27	49
<b>Позитивное предвосхищение</b>	810,5	2115,5	432,5	-2,4854259	0,0129447	-2,4859018	<b>0,01292742</b>	*	27	49
<b>Закрытость – Открытость новому опыту</b>	1009	1917	631	-0,3310283	0,7406253	-0,3311076	0,74056542		27	49
<b>Активизирующие – Астенизирующие чувства</b>	1278,5	1647,5	422,5	2,5939598	0,0094921	2,5944209	<b>0,00947936</b>	**	27	49

**Раннее вдовство во 2-м поколении**

Mann-Whitney U Test (1.sta)

By variable NEWVAR39

Group 1: 1 Group 2: 0

	Rank Sum	Rank Sum				Z			Valid N	Valid N
	Group 1	Group 2	U	Z	p-level	adjusted	p-level		Group 1	Group 2
<b>Опущошенность - Наполненность</b>	965,5	1960,5	582,5	0,4637523	0,6428284	0,4638601	0,64275116		24	52
<b>Позитивное предвосхищение</b>	1035,5	1890,5	512,5	1,245985	0,212779	1,2462236	0,21269147		24	52
<b>Закрытость – Открытость новому опыту</b>	785,5	2140,5	485,5	-1,5477034	0,1217036	-1,5480738	0,12161445		24	52
<b>Активизирующие – Астенизирующие чувства</b>	687	2239	387	-2,6484168	0,0080909	-2,6488874	<b>0,00807969</b>	**	24	52

**Одинокие женщины во 2-м поколении**

Mann-Whitney U Test (1.sta)

By variable NEWVAR42

Group 1: 1 Group 2: 0

	Rank Sum	Rank Sum				Z			Valid N	Valid N
	Group 1	Group 2	U	Z	p-level	adjusted	p-level		Group 1	Group 2
<b>Опущошенность - Наполненность</b>	390,5	2535,5	285,5	-1,9898111	0,0466202	-1,9902737	<b>0,04656928</b>	*	14	62
<b>Позитивное предвосхищение</b>	549,5	2376,5	423,5	0,1406937	0,8881128	0,1407207	0,88809150		14	62
<b>Закрытость – Открытость новому опыту</b>	355	2571	250	-2,4654899	0,0136878	-2,46608	<b>0,01366529</b>	*	14	62
<b>Активизирующие – Астенизирующие чувства</b>	459	2467	354	-1,0719521	0,2837496	-1,0721427	0,28366402		14	62

**Бездетные женщины во 2-м поколении**

Mann-Whitney U Test (1.sta)

By variable NEWVAR46

Group 1: 1 Group 2: 0

	Rank Sum	Rank Sum				Z			Valid N	Valid N
	Group 1	Group 2	U	Z	p-level	adjusted	p-level		Group 1	Group 2
<b>Опущошенность - Наполненность</b>	398,5	2527,5	278,5	-2,3360801	0,0194932	-2,3366232	<b>0,01946492</b>	*	15	61
<b>Позитивное предвосхищение</b>	617	2309	418	0,5155037	0,6062046	0,5156024	0,60613567		15	61
<b>Закрытость – Открытость новому опыту</b>	476,5	2449,5	356,5	-1,3181235	0,1874717	-1,3184389	0,18736620		15	61
<b>Активизирующие – Астенизирующие чувства</b>	537,5	2388,5	417,5	-0,5220291	0,6016537	-0,5221219	0,60158902		15	61

**Бездетные женщины в 4-м поколении**

Mann-Whitney U Test (1.sta)

By variable NEWVAR48

Group 1: 1 Group 2: 0

	Rank Sum	Rank Sum				Z			Valid N	Valid N
	Group 1	Group 2	U	Z	p-level	adjusted	p-level		Group 1	Group 2
<b>Опустошенность - Наполненность</b>	7	2919	4	-2,2714984	0,0231234	-2,2720265	<b>0,02309151</b>	*	2	74
<b>Позитивное предвосхищение</b>	47	2879	44	-0,9734994	0,3303125	-0,9736857	0,33022001		2	74
<b>Закрытость – Открытость новому опыту</b>	56	2870	53	-0,6814495	0,495592	-0,6816126	0,49548888		2	74
<b>Активизирующие – Астенизирующие чувства</b>	55	2871	52	-0,7138995	0,4752945	-0,7140264	0,47521606		2	74

**Ранняя смерть матери**

Mann-Whitney U Test (1.sta)

By variable NEWVAR57

Group 1: 1 Group 2: 0

	Rank Sum	Rank Sum				Z			Valid N	Valid N
	Group 1	Group 2	U	Z	p-level	adjusted	p-level		Group 1	Group 2
<b>Опустошенность - Наполненность</b>	263	2663	235	-0,1167576	0,9070529	-0,1167847	0,90703142		7	69
<b>Позитивное предвосхищение</b>	393,5	2532,5	117,5	2,2273753	0,0259291	2,2278016	<b>0,02590067</b>	*	7	69
<b>Закрытость – Открытость новому опыту</b>	409	2517	102	2,5057971	0,0122225	2,5063968	<b>0,01220179</b>	*	7	69
<b>Активизирующие – Астенизирующие чувства</b>	366	2560	145	1,7334008	0,0830341	1,733709	0,08297934		7	69

**Эмоционально близкие отношения в диаде «мать – дочь»**

Mann-Whitney U Test (1.sta)

By variable NEWVAR58

Group 1: 1 Group 2: 0

	Rank Sum	Rank Sum				Z			Valid N	Valid N
	Group 1	Group 2	U	Z	p-level	adjusted	p-level		Group 1	Group 2
<b>Опустошенность - Наполненность</b>	1660	1266	563	1,6471812	0,0995306	1,6475641	0,09945201		39	37
<b>Позитивное предвосхищение</b>	1531,5	1394,5	691,5	0,3117693	0,7552179	0,311829	0,75517249		39	37
<b>Закрытость – Открытость новому опыту</b>	1679,5	1246,5	543,5	1,8498312	0,0643471	1,8502738	0,06428329		39	37
<b>Активизирующие – Астенизирующие чувства</b>	1129,5	1796,5	349,5	-3,8659394	0,0001109	-3,8666265	<b>0,00011057</b>	***	39	37

**Эмоционально близкие отношения в диаде «бабушка – внучка»**

Mann-Whitney U Test (1.sta)

By variable NEWVAR59

Group 1: 1 Group 2: 0

	Rank Sum	Rank Sum				Z			Valid N	Valid N
	Group 1	Group 2	U	Z	p-level	adjusted	p-level		Group 1	Group 2
<b>Опустошенность - Наполненность</b>	872,5	2053,5	596,5	-0,1469897	0,8831411	-0,1470238	0,88311416		23	53
<b>Позитивное предвосхищение</b>	710	2216	434	-1,9843603	0,0472242	-1,9847401	<b>0,04718191</b>	*	23	53
<b>Закрытость – Открытость новому опыту</b>	575	2351	299	-3,5107913	0,0004474	-3,5116315	<b>0,00044598</b>	***	23	53
<b>Активизирующие – Астенизирующие чувства</b>	815	2111	539	-0,7971362	0,4253778	-0,7972779	0,42529559		23	53

**Эмоционально близкие отношения в диаде «тетя – племянница»**

Mann-Whitney U Test (1.sta)

By variable NEWVAR60

Group 1: 1 Group 2: 0

	Rank Sum	Rank Sum				Z			Valid N	Valid N
	Group 1	Group 2	U	Z	p-level	adjusted	p-level		Group 1	Group 2
<b>Опустошенность - Наполненность</b>	542,5	2383,5	367,5	0,5793654	0,5623467	0,5795001	0,56225586		13	63
<b>Позитивное предвосхищение</b>	546	2380	364	0,6276459	0,5302404	0,6277661	0,53016168		13	63
<b>Закрытость – Открытость новому опыту</b>	321,5	2604,5	230,5	-2,4692004	0,0135467	-2,4697914	<b>0,01352436</b>	*	13	63
<b>Активизирующие – Астенизирующие чувства</b>	477,5	2448,5	386,5	-0,3172716	0,7510396	-0,3173279	0,75099683		13	63

**Эмоционально близкие отношения с сестрой**

Mann-Whitney U Test (1.sta)

By variable NEWVAR61

Group 1: 1 Group 2: 0

	Rank Sum	Rank Sum				Z			Valid N	Valid N
	Group 1	Group 2	U	Z	p-level	adjusted	p-level		Group 1	Group 2
<b>Опустошенность - Наполненность</b>	653	2273	482	-0,4887142	0,6250474	-0,4888279	0,62496692		18	58
<b>Позитивное предвосхищение</b>	885,5	2040,5	329,5	2,3519373	0,0186819	2,3523877	<b>0,01865934</b>	*	18	58
<b>Закрытость – Открытость новому опыту</b>	690	2236	519	-0,0366536	0,9707615	-0,0366623	0,97075444		18	58
<b>Активизирующие – Астенизирующие чувства</b>	451	2475	280	-2,9567213	0,0031116	-2,9572468	<b>0,00310626</b>	**	18	58

**Эмоциональная отстраненность (холодность) между женщинами рода**

Mann-Whitney U Test (1.sta)

By variable NEWVAR62

Group 1: 1 Group 2: 0

	Rank Sum	Rank Sum				Z			Valid N	Valid N
	Group 1	Group 2	U	Z	p-level	adjusted	p-level		Group 1	Group 2
<b>Опустошенность - Наполненность</b>	472,5	2453,5	301,5	-2,6940372	0,0070629	-2,6946635	<b>0,00704965</b>	**	18	58
<b>Позитивное предвосхищение</b>	900	2026	315	2,5290961	0,0114404	2,5295804	<b>0,01142466</b>	*	18	58
<b>Закрытость – Открытость новому опыту</b>	712	2214	503	0,2321393	0,8164313	0,2321948	0,81638819		18	58
<b>Активизирующие – Астенизирующие чувства</b>	1020	1906	195	3,995239	6,477E-05	3,9959493	<b>0,00006458</b>	***	18	58

**Идентификация с бабушкой**

Mann-Whitney U Test (1.sta)

By variable NEWVAR65

Group 1: 1 Group 2: 0

	Rank Sum	Rank Sum				Z			Valid N	Valid N
	Group 1	Group 2	U	Z	p-level	adjusted	p-level		Group 1	Group 2
<b>Опустошенность - Наполненность</b>	1186,5	1739,5	611,5	0,7485061	0,4541604	0,7486802	0,45405552		29	47
<b>Позитивное предвосхищение</b>	977	1949	542	-1,4916658	0,1357966	-1,4919513	0,13572176		29	47
<b>Закрытость – Открытость новому опыту</b>	924	2002	489	-2,0583918	0,0395606	-2,0588846	<b>0,03951336</b>	*	29	47
<b>Активизирующие – Астенизирующие чувства</b>	1155,5	1770,5	642,5	0,4170249	0,676663	0,417099	0,67660880		29	47

**Закрытые семейные границы в 1-м поколении**

Mann-Whitney U Test (1.sta)

By variable NEWVAR71

Group 1: 1 Group 2: 0

	Rank Sum	Rank Sum				Z			Valid N	Valid N
	Group 1	Group 2	U	Z	p-level	adjusted	p-level		Group 1	Group 2
<b>Опущошенность - Наполненность</b>	1353,5	1572,5	650,5	-0,737854	0,4606086	-0,7380255	0,46050432		37	39
<b>Позитивное предвосхищение</b>	1395,5	1530,5	692,5	-0,301377	0,763129	-0,3014347	0,76308501		37	39
<b>Закрытость – Открытость новому опыту</b>	1458	1468	688	0,3481424	0,7277356	0,3482257	0,72767293		37	39
<b>Активизирующие – Астенизирующие чувства</b>	1636,5	1289,5	509,5	2,2031698	0,0275899	2,2035613	<b>0,02756231</b>	*	37	39

**Закрытые семейные границы в 3-м поколении**

Mann-Whitney U Test (1.sta)

By variable NEWVAR73

Group 1: 1 Group 2: 0

	Rank Sum	Rank Sum				Z			Valid N	Valid N
	Group 1	Group 2	U	Z	p-level	adjusted	p-level		Group 1	Group 2
<b>Опущошенность - Наполненность</b>	833,5	2092,5	552,5	0,2903984	0,7715133	0,290466	0,77146167		21	55
<b>Позитивное предвосхищение</b>	756	2170	525	-0,6098367	0,5419743	-0,6099535	0,54189694		21	55
<b>Закрытость – Открытость новому опыту</b>	909	2017	477	1,1674017	0,2430569	1,1676811	0,24294411		21	55
<b>Активизирующие – Астенизирующие чувства</b>	991	1935	395	2,1199086	0,0340214	2,1202855	<b>0,03398964</b>	*	21	55

**Закрытые внутриродовые границы**

Mann-Whitney U Test (1.sta)

By variable NEWVAR77

Group 1: 1 Group 2: 0

	Rank Sum	Rank Sum				Z			Valid N	Valid N
	Group 1	Group 2	U	Z	p-level	adjusted	p-level		Group 1	Group 2
<b>Опущошенность - Наполненность</b>	725,5	2200,5	472,5	-1,3915964	0,1640543	-1,39192	0,16395633		22	54
<b>Позитивное предвосхищение</b>	1086,5	1839,5	354,5	2,7431059	0,0060895	2,7436309	<b>0,00607976</b>	**	22	54
<b>Закрытость – Открытость новому опыту</b>	830,5	2095,5	577,5	-0,1889822	0,850108	-0,1890275	0,85007250		22	54
<b>Активизирующие – Астенизирующие чувства</b>	851	2075	590	0,0458139	0,9634589	0,045822	0,96345240		22	54

**Амбивалентные чувства к роду**

Mann-Whitney U Test (1.sta)

By variable NEWVAR81

Group 1: 1 Group 2: 0

	Rank Sum	Rank Sum				Z			Valid N	Valid N
	Group 1	Group 2	U	Z	p-level	adjusted	p-level		Group 1	Group 2
<b>Опущошенность - Наполненность</b>	855,5	2070,5	477,5	-1,9970235	0,0458311	-1,9974877	<b>0,04578068</b>	*	27	49
<b>Позитивное предвосхищение</b>	1330,5	1595,5	370,5	3,1583359	0,0015882	3,1589406	<b>0,00158491</b>	**	27	49
<b>Закрытость – Открытость новому опыту</b>	961	1965	583	-0,851991	0,3942254	-0,8521948	0,39411235		27	49
<b>Активизирующие – Астенизирующие чувства</b>	1247	1679	454	2,2520781	0,0243241	2,2524784	<b>0,02429880</b>	*	27	49

**Близость с родственниками по материнской линии**

Mann-Whitney U Test (1.sta)

By variable NEWVAR83

Group 1: 1 Group 2: 0

	Rank Sum	Rank Sum				Z			Valid N	Valid N
	Group 1	Group 2	U	Z	p-level	adjusted	p-level		Group 1	Group 2
<b>Опущошенность - Наполненность</b>	2191	735	459	1,7016879	0,0888236	1,7020835	0,08874943		53	23
<b>Позитивное предвосхищение</b>	1860	1066	429	-2,0408947	0,0412695	-2,0412855	<b>0,04123063</b>	*	53	23
<b>Закрытость – Открытость новому опыту</b>	2138,5	787,5	511,5	1,1080759	0,2678374	1,108341	0,26772290		53	23
<b>Активизирующие – Астенизирующие чувства</b>	1942	984	511	-1,1137292	0,2654037	-1,1139272	0,26531878		53	23

**Стабильность родовых ценностей**

Mann-Whitney U Test (1.sta)

By variable NEWVAR85

Group 1: 1 Group 2: 0

	Rank Sum	Rank Sum				Z			Valid N	Valid N
	Group 1	Group 2	U	Z	p-level	adjusted	p-level		Group 1	Group 2
<b>Опущошенность - Наполненность</b>	1851	1075	480	2,4445393	0,0145091	2,4451075	<b>0,01448625</b>	*	42	34
<b>Позитивное предвосхищение</b>	1566	1360	663	-0,5327842	0,5941867	-0,5328862	0,59411603		42	34
<b>Закрытость – Открытость новому опыту</b>	1805	1121	526	1,9639888	0,04954	1,9644588	<b>0,04948554</b>	*	42	34
<b>Активизирующие – Астенизирующие чувства</b>	1231	1695	328	-4,032445	5,533E-05	-4,0331621	<b>0,00005516</b>	***	42	34

**Рассогласование собственных ценностей с ценностями рода**

Mann-Whitney U Test (1.sta)

By variable NEWVAR86

Group 1: 1 Group 2: 0

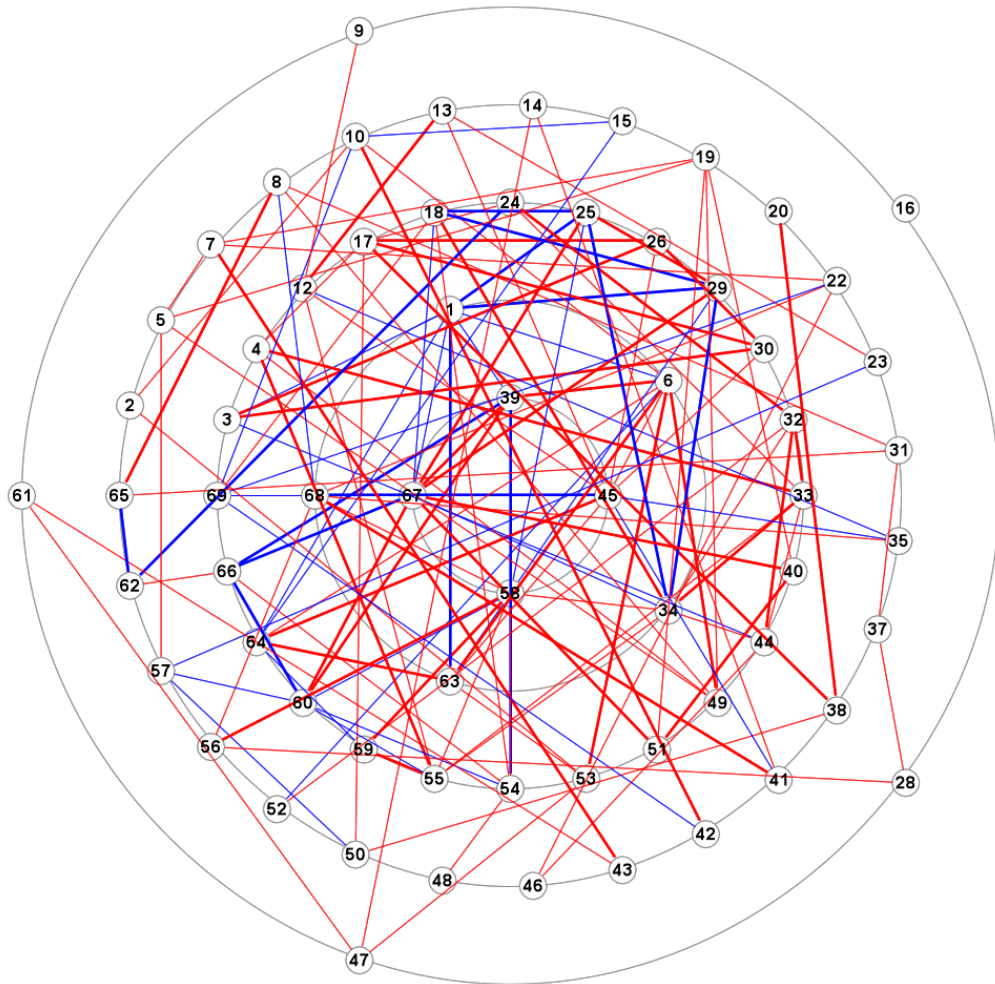
	Rank Sum	Rank Sum				Z			Valid N	Valid N
	Group 1	Group 2	U	Z	p-level	adjusted	p-level		Group 1	Group 2
<b>Опущошенность - Наполненность</b>	844,5	2081,5	409,5	-2,9084811	0,0036344	-2,9091573	<b>0,00362654</b>	**	29	47
<b>Позитивное предвосхищение</b>	1155	1771	643	0,4116784	0,6805779	0,4117572	0,68052012		29	47
<b>Закрытость – Открытость новому опыту</b>	1057,5	1868,5	622,5	-0,6308838	0,5281211	-0,6310347	0,52802229		29	47
<b>Активизирующие – Астенизирующие чувства</b>	1300	1626	498	1,9621555	0,049753	1,9625041	<b>0,04971246</b>	*	29	47





### Матрица интеркорреляций параметров семейной истории и кризисных переживаний

		Опущенность - Наполненность	Позитивное предвосхищение	Закрытость - Открытость новому опыту	Активизирующие - Астенизирующие чувства
1. Общие параметры семейной истории, отражающие опыт 3-х поколений	Разводы в 1-ом поколении	0,10	-0,02	-0,05	0,01
	Разводы во 2-м поколении	-0,14	-0,18	-0,10	0,06
	Разводы в 3-ем поколении	<b>-0,29</b>	<b>0,19</b>	-0,07	<b>0,24</b>
	Алкоголизм (1-е поколение)	-0,17	-0,17	0,13	0,04
	Алкоголизм (2-е поколение)	-0,09	-0,11	<b>-0,19</b>	0,10
	Алкоголизм (3-е поколение)	-0,09	-0,12	<b>-0,27</b>	<b>0,20</b>
	Женский алкоголизм	-0,02	-0,08	<b>-0,25</b>	-0,04
	Конфликты (1-е поколение)	0,00	<b>0,22</b>	<b>0,23</b>	<b>0,19</b>
	Конфликты (2-е поколение)	<b>-0,33</b>	0,13	<b>0,20</b>	0,10
	Конфликты (3-е поколение)	-0,13	0,05	-0,12	-0,07
	Конфликты (4-е поколение)	<b>0,21</b>	0,14	-0,10	-0,11
	Межпоколенный конфликт	-0,12	<b>0,28</b>	-0,14	0,17
	Неофициальные браки (1-е поколение)	<b>-0,29</b>	<b>-0,29</b>	-0,04	<b>0,30</b>
	Неофициальные браки (2-е поколение)	-0,09	-0,11	0,00	<b>-0,35</b>
	Неофициальные браки (3-е поколение)	-0,16	-0,16	-0,05	-0,08
	Случаи насильственной смерти в роду	0,10	0,15	-0,01	<b>-0,25</b>
	Случаи суицидов в роду	-0,05	0,09	0,00	-0,05
	Повторяющиеся заболевания в роду	0,11	<b>-0,26</b>	-0,09	0,16
Тревожное отношение к здоровью	0,00	-0,11	-0,06	0,06	
Попустительское отношение к здоровью	-0,06	0,18	-0,08	<b>-0,20</b>	
2. Параметры, определяющие сценарий женской линии	Раннее вдовство (1-е поколение)	0,00	0,00	0,00	0,00
	Раннее вдовство (2-е поколение)	0,05	0,14	-0,18	<b>-0,31</b>
	Раннее вдовство (3-е поколение)	0,14	<b>-0,37</b>	0,10	0,14
	Одинокие (незамужние) женщины в роду (1-е поколение)	-0,05	0,11	0,09	<b>0,26</b>
	Одинокие (незамужние) женины (2-е поколение)	<b>-0,23</b>	0,02	<b>-0,28</b>	-0,12
	Одинокие (незамужние) женины (3-е поколение)	-0,07	0,12	-0,09	0,06
	Одинокие (незамужние) женщины (4-е поколение)	0,00	0,00	0,00	0,00
	Бездетные женщины (1-е поколение)	0,06	0,15	<b>-0,25</b>	0,03
	Бездетные женщины (2-е поколение)	<b>-0,27</b>	0,06	-0,15	-0,06
	Бездетные женины (3-е поколение)	-0,14	0,03	<b>-0,23</b>	0,15
	Бездетные женины (4-е поколение)	<b>-0,26</b>	-0,11	-0,08	-0,08
	Женская гиперфункциональность в 1-м поколении	0,04	0,15	-0,09	<b>-0,21</b>
	Женская гиперфункциональность во 2-м поколении	0,01	<b>0,20</b>	-0,06	-0,02
	Женская гиперфункциональность в 3-м поколении	-0,09	0,03	-0,07	-0,01
	Повторяемость женской судьбы	0,09	-0,07	0,09	-0,04
	Ориентация женщин рода на семью	-0,14	<b>-0,20</b>	0,04	-0,09
	Ориентация женщин рода на карьеру	0,10	0,02	<b>-0,19</b>	-0,08
	Отсутствие интереса к собственной внешности у женщин рода	-0,03	<b>0,19</b>	<b>0,26</b>	0,07

	Тревожное отношение женщин рода к изменениям во внешности	<b>-0,19</b>	<b>0,25</b>	0,16	0,13
	Ранняя смерть матери	-0,01	<b>0,26</b>	<b>0,29</b>	<b>0,20</b>
3. Характер межпоколенных отношений между женщинами рода	Эмоционально близкие отношения в диаде "мать-дочь"	<b>0,19</b>	0,04	<b>0,21</b>	<b>-0,45</b>
	Эмоционально близкие отношения в диаде "бабушка-внучка".	-0,02	<b>-0,23</b>	<b>-0,41</b>	-0,09
	Эмоционально близкие отношения в диаде "тетя-племянница"	0,07	0,07	<b>-0,29</b>	-0,04
	Эмоционально близкие отношения с сестрой	-0,06	<b>0,27</b>	0,00	<b>-0,34</b>
	Эмоциональная отстраненность (холодность) между женщинами рода	<b>-0,31</b>	<b>0,29</b>	0,03	<b>0,46</b>
	Идентификация с мамой	-0,05	0,11	-0,12	<b>0,22</b>
	Идентификация с тетей	-0,08	-0,06	0,16	-0,11
	Идентификация с бабушкой (прабабушкой)	0,09	-0,17	<b>-0,24</b>	0,05
	Идентификация с сестрой	-0,05	0,14	0,07	0,10
	Отсутствие идентификации с представительницами рода	0,01	-0,10	0,03	0,00
4. Характер отношений с отцом	Идентификация с отцом	<b>0,21</b>	-0,07	0,10	-0,07
	Эмоционально сдержанные (отдаленные) отношения с отцом	-0,17	0,16	0,07	0,09
	Прерванные отношения с отцом	<b>-0,27</b>	-0,05	-0,02	0,07
5. Характер границ семьи (расширенная семья)	Закрытые семейные границы в 1-м поколении	-0,09	-0,03	0,04	<b>0,25</b>
	Закрытые семейные границы во 2-м поколении	0,01	-0,10	<b>0,24</b>	<b>0,22</b>
	Закрытые семейные границы в 3-м поколении	0,03	-0,07	0,13	<b>0,24</b>
	Смешанные семейные границы	<b>-0,23</b>	-0,07	<b>-0,55</b>	0,07
	Закрытые семьи (по отцовской линии)	-0,05	0,04	0,17	0,14
	Закрытые семьи (по материнской линии)	-0,01	-0,01	<b>0,27</b>	0,04
	Закрытые внутриродовые границы	-0,16	<b>0,32</b>	-0,02	0,01
	Закрытые (изолированные) семьи внутри рода	0,07	-0,07	<b>-0,23</b>	0,02
6. Эмоциональное отношение к расширенной семье	Связь с родом (позитивные чувства)	0,04	<b>-0,19</b>	<b>0,19</b>	0,02
	Связь с родом (негативные чувства)	-0,17	-0,01	-0,08	0,10
	Амбивалентные чувства к роду	<b>-0,23</b>	<b>0,36</b>	-0,10	<b>0,26</b>
	Слабая связь с родом	-0,09	0,09	<b>-0,20</b>	0,04
	Чувство близости с родственниками по материнской линии	<b>0,20</b>	<b>-0,24</b>	0,13	-0,13
	Чувство близости с родственниками по отцовской линии	-0,02	0,05	-0,08	-0,03
7. Характер родовых ценностей	Стабильность родовых ценностей	<b>0,28</b>	-0,06	<b>0,23</b>	<b>-0,47</b>
	Рассогласование собственных ценностей с ценностями рода	<b>-0,34</b>	0,05	-0,07	<b>0,23</b>

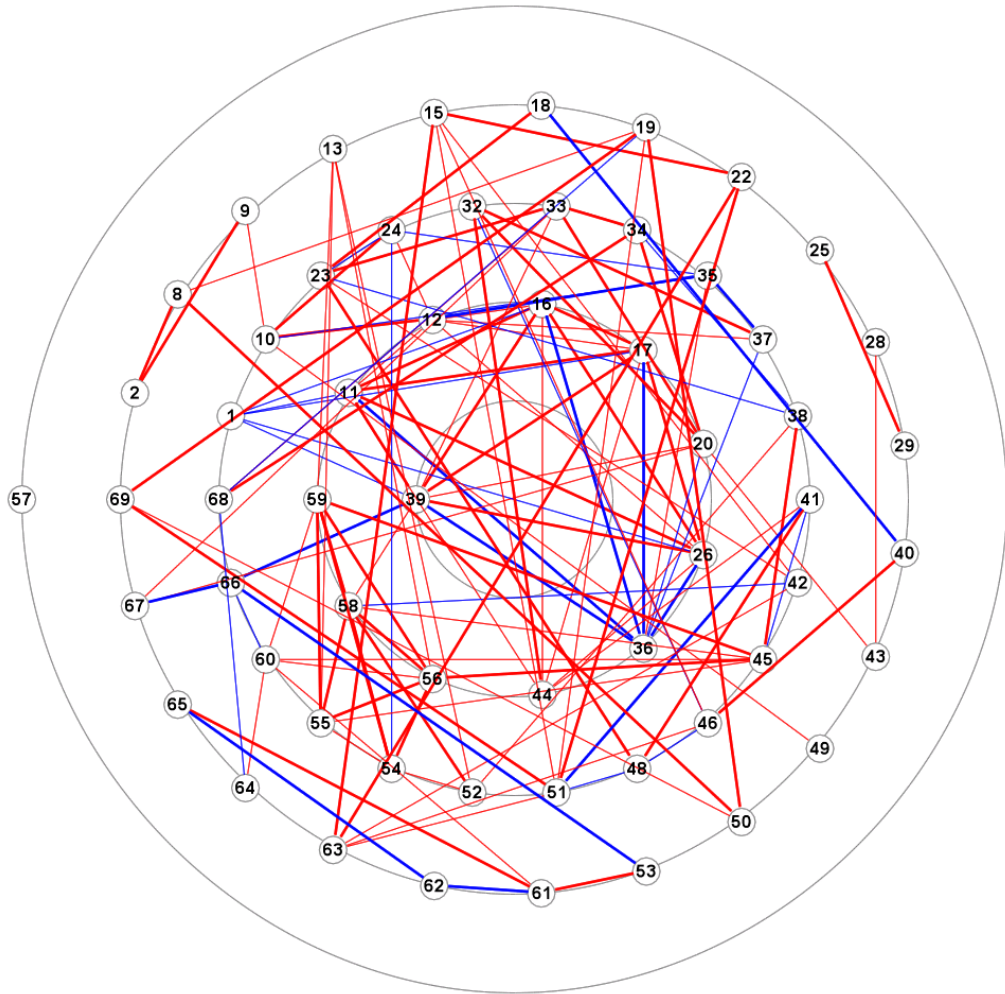
**Структурограмма взаимосвязей параметров семейной истории  
(переживание «Опустошенность»)**







-  – Положительные корреляции на уровне значимости  $p < 0,001$ ;
-  – Положительные корреляции на уровне значимости  $p < 0,05$ ;
-  – Отрицательные корреляции на уровне значимости  $p < 0,001$ ;
-  – Отрицательные корреляции на уровне значимости  $p < 0,05$ .

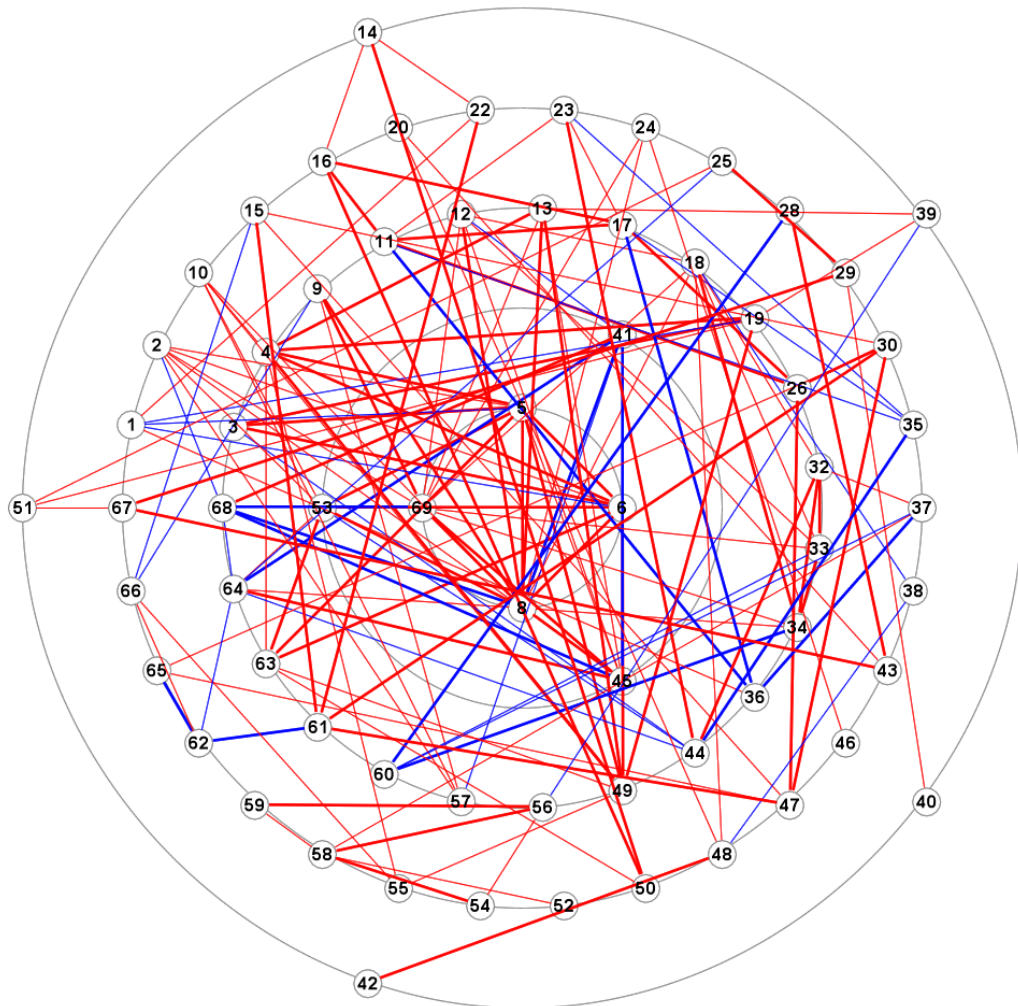


**Структурограмма взаимосвязей параметров семейной истории  
(переживание «Наполненность»)**



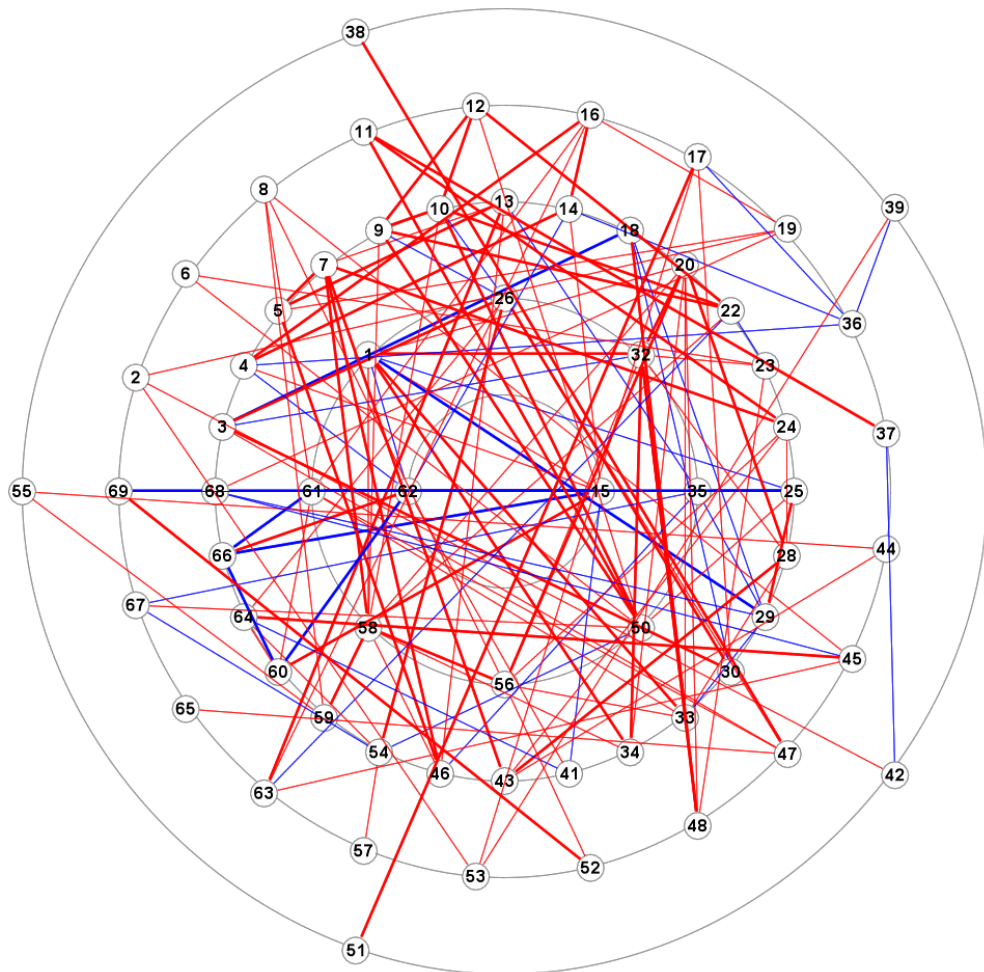
-  – Положительные корреляции на уровне значимости  $p < 0,001$ ;
-  – Положительные корреляции на уровне значимости  $p < 0,05$ ;
-  – Отрицательные корреляции на уровне значимости  $p < 0,001$ ;
-  – Отрицательные корреляции на уровне значимости  $p < 0,05$ .





**Структурограмма взаимосвязей параметров семейной истории  
(переживание «Позитивное предвосхищение  
(Надежда на внешнего спасителя)»)**



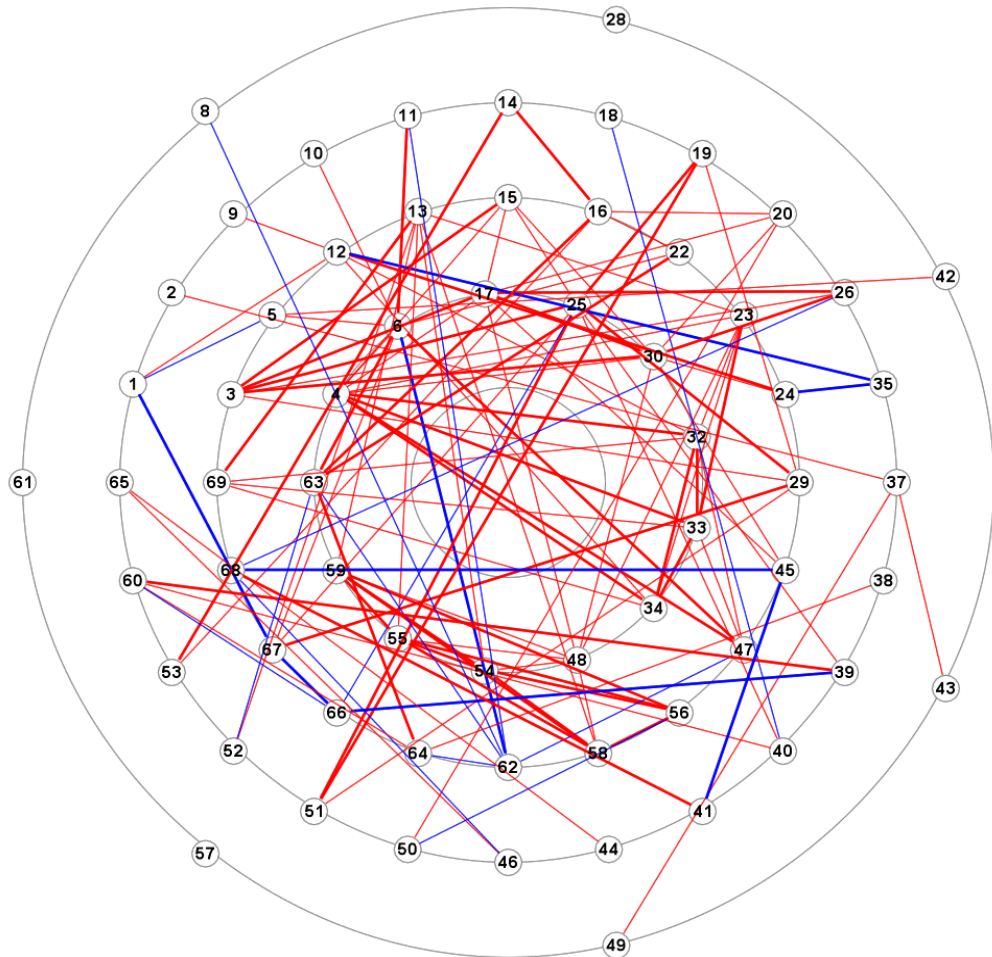
- Положительные корреляции на уровне значимости  $p < 0,001$ ;
- Положительные корреляции на уровне значимости  $p < 0,05$ ;
- Отрицательные корреляции на уровне значимости  $p < 0,001$ ;
- Отрицательные корреляции на уровне значимости  $p < 0,05$ .





**Структурограмма взаимосвязей параметров семейной истории  
(переживание «Закрытость (Опора на стабильность)»)**



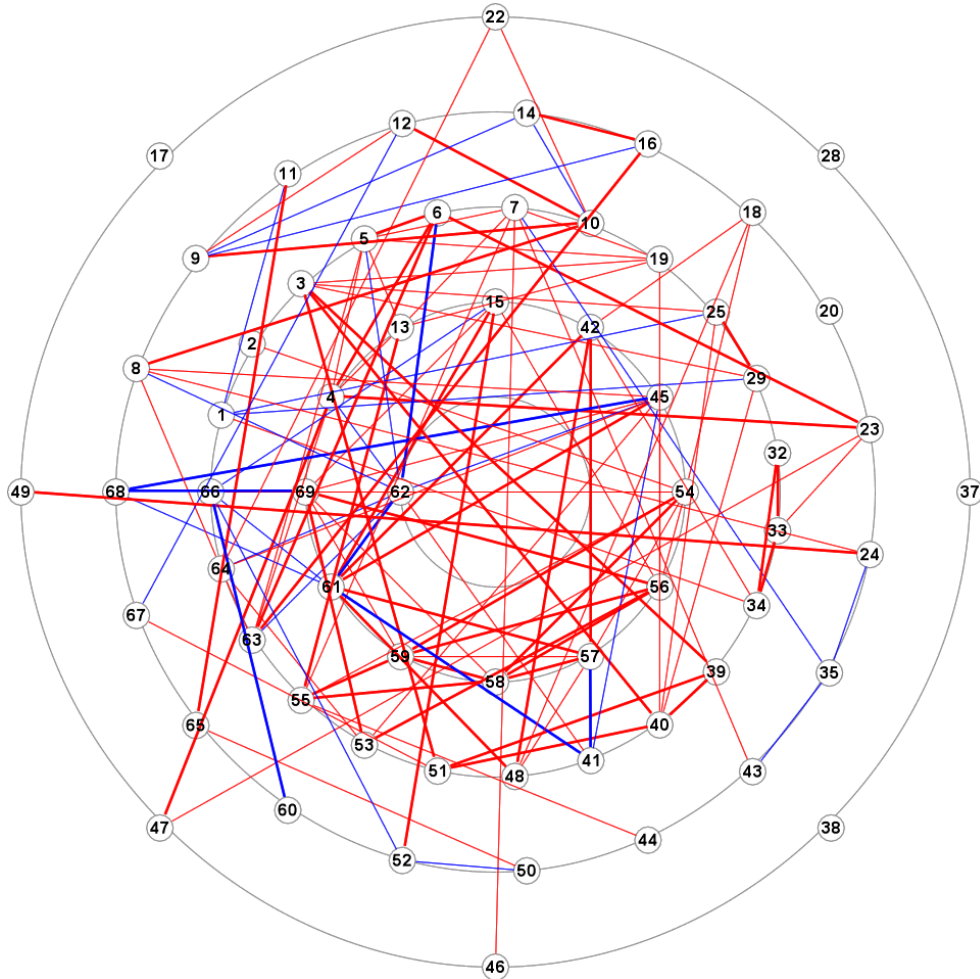
-  – Положительные корреляции на уровне значимости  $p < 0,001$ ;
-  – Положительные корреляции на уровне значимости  $p < 0,05$ ;
-  – Отрицательные корреляции на уровне значимости  $p < 0,001$ ;
-  – Отрицательные корреляции на уровне значимости  $p < 0,05$ .





**Структурограмма взаимосвязей параметров семейной истории  
(переживание «Открытость (Готовность к переменам)»)**



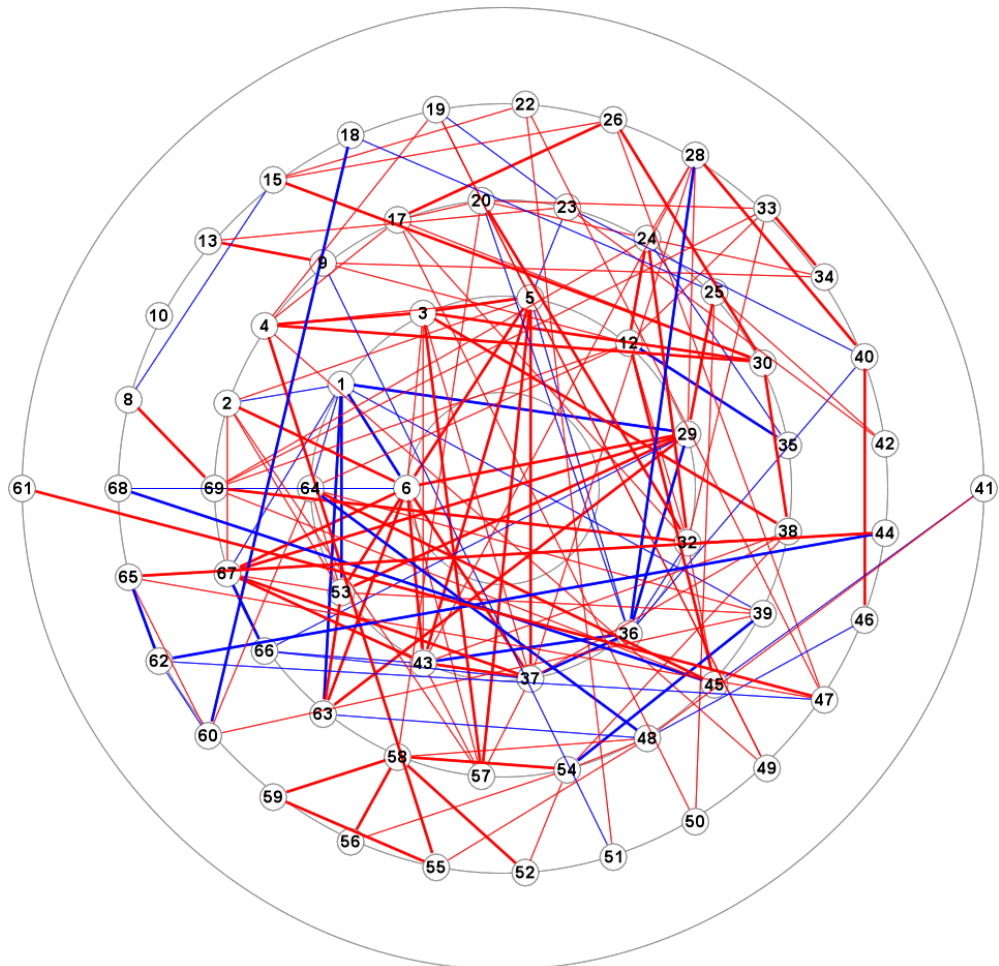
-  – Положительные корреляции на уровне значимости  $p < 0,001$ ;
-  – Положительные корреляции на уровне значимости  $p < 0,05$ ;
-  – Отрицательные корреляции на уровне значимости  $p < 0,001$ ;
-  – Отрицательные корреляции на уровне значимости  $p < 0,05$ .





**Структурограмма взаимосвязей параметров семейной истории  
(переживание «Активизирующие чувства»)**



-  – Положительные корреляции на уровне значимости  $p < 0,001$ ;
-  – Положительные корреляции на уровне значимости  $p < 0,05$ ;
-  – Отрицательные корреляции на уровне значимости  $p < 0,001$ ;
-  – Отрицательные корреляции на уровне значимости  $p < 0,05$ .

**Структурограмма взаимосвязей параметров семейной истории  
(переживание «Астенизирующие чувства»)**



-  – Положительные корреляции на уровне значимости  $p < 0,001$ ;
-  – Положительные корреляции на уровне значимости  $p < 0,05$ ;
-  – Отрицательные корреляции на уровне значимости  $p < 0,001$ ;
-  – Отрицательные корреляции на уровне значимости  $p < 0,05$ .

**Результаты факторизации по методу «главных компонент»  
(факторы семейной истории)**

		Женская доминирующая позиция	Невозможность опереться на семейный ресурс	Конфликтная связь с родом	Закрытость границ семьи
<b>1. Общие параметры семейной истории, отражающие опыт 3-х поколений</b>	Разводы в 1-ом поколении	<b>0,36</b>	-0,15	0,13	0,04
	Разводы во 2-м поколении	0,10	-0,03	<b>0,54</b>	-0,01
	Разводы в 3-ем поколении	-0,24	<b>0,59</b>	0,17	-0,06
	Алкоголизм (1-е поколение)	<b>0,30</b>	0,07	<b>0,50</b>	-0,26
	Алкоголизм (2-е поколение)	0,03	0,04	<b>0,47</b>	-0,10
	Алкоголизм (3-е поколение)	-0,02	0,18	<b>0,59</b>	-0,13
	Женский алкоголизм	0,14	-0,09	<b>0,31</b>	0,13
	Конфликты (1-е поколение)	0,18	<b>0,33</b>	0,23	<b>-0,32</b>
	Конфликты (2-е поколение)	0,23	0,04	0,25	0,25
	Конфликты (3-е поколение)	0,18	0,18	<b>0,41</b>	-0,27
	Конфликты (4-е поколение)	0,24	-0,08	0,07	<b>-0,35</b>
	Межпоколенный конфликт	0,21	<b>0,42</b>	0,26	-0,16
	Неофициальные браки (1-е поколение)	0,14	0,00	<b>0,56</b>	0,14
	Неофициальные браки (2-е поколение)	<b>0,34</b>	-0,02	0,22	-0,26
	Неофициальные браки (3-е поколение)	0,13	0,07	0,01	0,00
	Случаи насильственной смерти в роду	0,16	-0,02	-0,09	<b>-0,34</b>
	Случаи суицидов в роду	<b>0,31</b>	0,24	0,05	-0,18
	Повторяющиеся заболевания в роду	<b>0,36</b>	-0,20	0,18	0,03
	Тревожное отношение к здоровью	0,00	-0,07	<b>0,36</b>	-0,20
Попустительское отношение к здоровью	0,23	0,18	-0,02	-0,13	
<b>2. Параметры, определяющие сценарий женской линии</b>	Раннее вдовство (1-е поколение)	0,06	-0,06	0,19	0,04
	Раннее вдовство (2-е поколение)	0,04	-0,10	<b>0,40</b>	-0,24
	Раннее вдовство (3-е поколение)	<b>0,42</b>	-0,20	0,22	0,03
	Одинокие (незамужние) женщины в роду (1-е поколение)	<b>0,31</b>	0,05	-0,16	<b>0,32</b>
	Одинокие (незамужние) женщины (2-е поколение)	-0,13	-0,02	0,29	0,11
	Одинокие (незамужние) женщины (3-е поколение)	0,14	<b>0,32</b>	-0,19	-0,07
	Бездетные женщины (1-е поколение)	0,23	-0,01	-0,17	0,19
	Бездетные женщины (2-е поколение)	<b>-0,31</b>	0,13	<b>0,31</b>	0,12
	Бездетные женщины (3-е поколение)	-0,20	<b>0,44</b>	0,03	-0,06
	Женская гиперфункциональность в 1-м поколении	<b>0,72</b>	0,08	-0,10	0,06
	Женская гиперфункциональность во 2-м поколении	<b>0,60</b>	0,17	-0,01	-0,02
	Женская гиперфункциональность в 3-м поколении	<b>0,73</b>	0,15	0,08	0,08
	Повторяемость женской судьбы	0,00	-0,22	0,03	0,00
	Ориентация женщин рода на семью	-0,26	<b>-0,31</b>	0,01	-0,06
	Ориентация женщин рода на карьеру	<b>0,34</b>	-0,06	-0,09	0,16
	Отсутствие интереса к собственной внешности у женщин рода	-0,08	<b>0,30</b>	-0,06	-0,08

	Тревожное отношение женщин рода к изменениям во внешности	0,09	0,15	0,01	0,01
	Ранняя смерть матери	-0,29	0,25	-0,08	0,15
3.Характер межпоколенных отношений между женщинами рода	Эмоционально близкие отношения в диаде "мать-дочь"	0,01	<b>-0,48</b>	-0,12	0,03
	Эмоционально близкие отношения в диаде "бабушка-внучка".	0,17	0,02	0,07	-0,11
	Эмоционально близкие отношения в диаде "тетя-племянница"	0,03	-0,25	0,29	0,12
	Эмоционально близкие отношения с сестрой	<b>0,46</b>	-0,11	-0,29	0,03
	Эмоциональная отстраненность (холодность) между женщинами рода	-0,16	<b>0,66</b>	0,08	0,15
	Идентификация с мамой	-0,09	0,00	-0,01	0,11
	Идентификация с тетей	0,02	-0,28	<b>0,38</b>	0,05
	Идентификация с бабушкой (прабабушкой)	<b>0,48</b>	0,10	-0,11	0,05
	Идентификация с сестрой	-0,05	0,15	0,07	-0,22
	Отсутствие идентификации с представительницами рода	-0,23	0,11	-0,08	-0,16
4. Характер отношений с отцом	Идентификация с отцом	<b>-0,34</b>	-0,01	-0,07	-0,04
	Эмоционально сдержанные (отдаленные) отношения с отцом	0,16	<b>0,35</b>	-0,02	0,08
	Прерванные отношения с отцом	-0,14	0,18	0,28	0,00
5.Характер границ семьи (расширенная семья)	Закрытые семейные границы в 1-м поколении	0,10	0,10	-0,11	<b>0,70</b>
	Закрытые семейные границы во 2-м поколении	0,05	-0,16	0,01	<b>0,70</b>
	Закрытые семейные границы в 3-м поколении	0,24	-0,06	0,02	<b>0,77</b>
	Смешанные семейные границы	-0,07	0,17	<b>0,34</b>	0,18
	Закрытые семьи (по отцовской линии)	0,24	-0,25	0,07	<b>0,69</b>
	Закрытые семьи (по материнской линии)	0,18	-0,09	0,09	<b>0,70</b>
	Закрытые внутриродовые границы	-0,22	0,15	-0,08	<b>0,30</b>
	Закрытые (изолированные) семьи внутри рода	0,17	0,13	0,15	0,24
6. Эмоциональное отношение к расширенной семье	Связь с родом (позитивные чувства)	<b>-0,42</b>	<b>-0,43</b>	<b>0,33</b>	-0,04
	Связь с родом (негативные чувства)	0,00	<b>0,41</b>	0,11	-0,23
	Амбивалентные чувства к роду	0,06	<b>0,63</b>	-0,16	0,04
	Слабая связь с родом	0,23	0,26	<b>-0,48</b>	0,09
	Чувство близости с родственниками по материнской линии	-0,21	<b>-0,55</b>	0,25	-0,15
	Чувство близости с родственниками по отцовской линии	-0,02	-0,03	0,27	-0,09
7.Характер родовых ценностей	Стабильность родовых ценностей	0,15	<b>-0,33</b>	<b>-0,36</b>	-0,22
	Рассогласование собственных ценностей с ценностями рода	-0,01	0,20	<b>0,31</b>	<b>0,30</b>
	Собственные значения	4,44	4,11	4,03	4,18
	Доля объясненной дисперсии	0,07	0,06	0,06	0,06



## Результаты регрессионного анализа, определяющие вклад факторов семейной истории в кризисные переживания женщины

<b>Опустошенность – Наполненность</b>						
Regression Summary for Dependent Variable: VAR1 (1.sta) R= ,36396092 RI= ,13246755 Adjusted RI= ,08359249 F(4,71)=2,7103 p<,03675 Std.Error of estimate: ,95699						
	BETA	St. Err. of BETA	B	St. Err. of B	t(71)	p-level
Intercept			0,05	0,12	0,38	0,70306873
Женская доминирующая позиция	0,03	0,11	0,03	0,11	0,25	0,80538362
<b>Невозможность опереться на семейный ресурс</b>	<b>-0,31</b>	<b>0,12</b>	<b>-0,29</b>	<b>0,11</b>	<b>-2,64</b>	<b>0,01005965</b>
Конфликтная связь с родом	-0,04	0,12	-0,04	0,12	-0,34	0,73712182
Закрытость границ семьи	-0,09	0,12	-0,10	0,12	-0,77	0,44230759

<b>Позитивное предвосхищение (Надежда на внешнего спасителя)</b>						
Regression Summary for Dependent Variable: VAR2 (1.sta) R= ,54535867 RI= ,29741607 Adjusted RI= ,25783388 F(4,71)=7,5139 p<,00004 Std.Error of estimate: ,86162						
	BETA	St. Err. of BETA	B	St. Err. of B	t(71)	p-level
Intercept			-0,11	0,11	-1,05	0,29511455
<b>Женская доминирующая позиция</b>	<b>0,26</b>	<b>0,10</b>	<b>0,25</b>	<b>0,10</b>	<b>2,56</b>	<b>0,01261457</b>
<b>Невозможность опереться на семейный ресурс</b>	<b>0,44</b>	<b>0,11</b>	<b>0,40</b>	<b>0,10</b>	<b>4,09</b>	<b>0,00011065</b>
<b>Конфликтная связь с родом</b>	<b>-0,43</b>	<b>0,11</b>	<b>-0,45</b>	<b>0,11</b>	<b>-4,03</b>	<b>0,00013889</b>
Закрытость границ семьи	-0,03	0,10	-0,04	0,11	-0,32	0,74656343

<b>Закрытость (Опора на стабильность) – Открытость новому опыту (Готовность к переменам)</b>						
Regression Summary for Dependent Variable: VAR3 (1.sta) R= ,24677347 RI= ,06089715 Adjusted RI= ,00798994 F(4,71)=1,1510 p<,33983 Std.Error of estimate: ,99530						
	BETA	St. Err. of BETA	B	St. Err. of B	t(71)	p-level
Intercept			0,03	0,12	0,24	0,81348449
Женская доминирующая позиция	-0,10	0,12	-0,10	0,11	-0,86	0,39020959
Невозможность опереться на семейный ресурс	-0,18	0,12	-0,16	0,11	-1,43	0,15808873
Конфликтная связь с родом	-0,13	0,12	-0,13	0,13	-1,03	0,30774537
Закрытость границ семьи	0,12	0,12	0,12	0,13	0,96	0,34077775

<b>Активизирующие – Астенизирующие чувства</b>						
Regression Summary for Dependent Variable: VAR4 (1.sta)						
R= ,49413256 RI= ,24416699 Adjusted RI= ,20158484						
F(4,71)=5,7340 p<,00047 Std.Error of estimate: ,89288						
	BETA	St. Err. of BETA	B	St. Err. of B	t(71)	p-level
Intercpt			0,01	0,11	0,07	0,94253618
Женская доминирующая позиция	-0,07	0,10	-0,07	0,10	-0,70	0,48905799
<b>Невозможность опереться на семейный ресурс</b>	<b>0,29</b>	<b>0,11</b>	<b>0,26</b>	<b>0,10</b>	<b>2,58</b>	<b>0,01181190</b>
Конфликтная связь с родом	0,02	0,11	0,02	0,12	0,20	0,84572881
<b>Закрытость границ семьи</b>	<b>0,32</b>	<b>0,11</b>	<b>0,34</b>	<b>0,12</b>	<b>2,94</b>	<b>0,00439531</b>