



ПРОФІЛАКТИКА ТА КОРЕКЦІЯ НЕГАТИВНИХ ПСИХІЧНИХ СТАНІВ ОСОБИСТОСТІ В УСТАНОВАХ ВИКОНАННЯ ПОКАРАНЬ

Тимофій ЯКИМЧУК

Copyright © 2003

Сутнісна проблема. В умовах інтеграції України у світове співтовариство актуальною соціально-психологічною проблемою є реформування і приведення її пенітенціарної системи відповідно до європейських стандартів. У суспільній свідомості до сьогодні має місце хибне твердження про те, що не існує єдності між поняттями “місця позбавлення волі” та “духовний розвиток особистості”. Поняття “злочин” асоціюється у світосприйнятті пересічних громадян не лише з порушенням закону й заподіянням комусь шкоди, а й з обов’язковим здійсненням над злочинцем помсти і завданням йому морального та фізичного страждання. Разом з тим головна мета будь-якого покарання – перевиховання особистості і створення в установах виконання покарань умов, які б виключали у майбутньому можливість повторного скоєння нею злочинів.

Мета дослідження – обґрунтувати систему психопрофілактичних і психокорекційних засобів задля істотного зниження агресивності та тривожності особистості службовців в установах виконання покарань.

Сутнісний зміст: подаються результати експериментального вивчення негативних психічних станів особистості за умов життєдіяльності у закладах виконання покарань; пропонуються психолого-педагогічні засоби зниження тривожності, агресивності у службовців цих закладів.

Одна з важливих складових виховної роботи із засудженими та співробітниками пенітенціарних закладів – це здійснення такої психологічної роботи, котра забезпечує благополуччя і здійснює супровід їхньої життєдіяльності. Серед заходів, що вирізняються психологічним ефектом, є зведення до мінімуму негативного впливу позбавлення волі на особистість засудженого [3]. Під час проведеного нами констатуючого експерименту встановлено, що негативні психічні стани в яких перебувають засуджені, позначаються не лише на формуванні їхніх особистісних характеристик, а й на психодуховних станах, процесах і властивостях персоналу установ, котрий виконує свої службові обов’язки. Це, природно, вимагає пошуку шляхів і методів корекції аналізованих станів як співробітників, так і засуджених.

З цією метою в установах виконання покарань у Хмельницькій області нами проведений експеримент, завданням якого було формування навичок самоконтролю, усунення негативних емоційних реакцій; відпрацювання прийомів і способів адекватної поведінки; формування стійких навичок емоційно-вольової саморегуляції; розвиток емпатійних почуттів, зменшення рівня тривожності та здолання схильності особистості до агресії.

Дослідну групу склали 89 службовців установ виконання покарань, з яких 30 осіб взяли участь у формувальному експерименті. Було встановлено, що в

обстежуваних наявна схильність до відкритої агресії, відносно високий рівень тривожності (46,4% службовців). Крім того, нами одержаний високий коефіцієнт схильності до агресії за модифікованим тестом О. Розенцвейга [1] на агресивність (67,8%).

Одним із дієвих методів профілактики та корекції агресивності і тривожності особистості, як відомо, є соціально-психологічний тренінг [2]. Саме він використаний нами у подальшому дослідженні. Для зручності роботи, відповідно до вимог проведення тренінгу та враховуючи добровільність участі, група з 30 осіб, що брала також участь і в констатуючому експерименті, була поділена на дві підгрупи (“А” і “Б”) по 15 осіб у кожній.

На відміну від традиційних методів навчання, тренінг був спрямований насамперед на формування ефективних комунікативних умінь, засвоєння навичок міжособистісної взаємодії. Найвагомішим результатом тренінгу повинно було стати розуміння співробітниками пенітенціарного закладу власних психологічних особливостей, причин і механізмів формування агресивності, тривожності, а також способів посилення мотивації до саморозвитку самого себе як особистості.

Запропонована нами програма соціально-психологічного тренінгу базувалася на такій сукупності складових:

1) *моделюванні*: демонструвалися приклади адекватної поведінки тим особам, котрі не мають базових соціальних умінь; переслідувалася мета усунути невідповідні емоційні реакції, а відтак відпрацювати уміння соціальної перцепції і поглибленого самопізнання;

2) *рольових іграх*: розігрувалися ролі, коли можна було уявити себе в ситуаціях самореалізування базових умінь; це давало змогу учасникам повністю виражати свої реальні почуття і думки, глибше усвідомлювати власні дії і краще розуміти себе.

3) *встановленні зворотного зв'язку*: активізувалися найважливіші складові Я кожного, розширювалося пізнання інших людей та оточуючого світу засобами вербальної і невербальної комунікації, оцінювання і спонтанності, раціональності та емоційності;

4) *перенесенні навичків* з навчальної ситуації в реальне довкілля: організовувався спрямований психологічний вплив, котрий забезпечував відпрацювання нових прийомів і способів поведінки на підґрунті змін у пізнавальній сфері і під час їх проектування на життєві ситуації.

Загалом розуміння несе осягання своїх проблем у процесі соціально-психологічного тренінгу відбувалося через усвідомлення мотивів поведінки, своєї ролі у виникненні різних конфліктних ситуацій, більш глибоких причин появи тих чи інших закономірностей, способів поведінки та емоційного реагування. Останнє передбачало вільне асоціювання власних емоцій, щонайперше розуміння і розкриття своїх проблем у єдності з відповідними їм переживаннями, отриманням емоційної підтримки, корекцією власних стосунків, вольовою модифікацією хвилювань тощо.

Розуміння кожним учасником свого Я під час соціально-психологічного тренінгу організовувалося на кількох рівнях:

– осмислення того, як особа-службовець сприймається іншими, якою є в міжособистісних ситуаціях (“Яким мене бачать інші?”);

– усвідомлення власних стратегій і тактик, які застосовуються у поведінці тривалий час (“Яким я сприймаю себе?”);

– самовмотивування того чи іншого стилю поведінки (“Чому я вчиняю саме так?”);

– розуміння першопричин утворення актуальних способів поведінки упродовж індивідуального життя (“Які глибинні причини знаходяться у підвалинах моєї поведінки?”).

Викладені теоретичні положення дали змогу адаптувати програму соціально-психологічного тренінгу (СПТ) до на-

шого експерименту, який забезпечував зниження агресивності і тривожності особистості. Так, курс СПТ складався із восьми зустрічей, кожна з яких мала окреме адресне призначення. Періодичність зустрічей – двічі на тиждень тривалістю три-чотири години. Суть програмного зреалізування СПТ полягала в поетапності розвитку групи, наступності розумінневого проникнення кожного учасника у власний психічний світ. Етапи проходження передбачали: а) орієнтацію в завданнях тренінгу; б) первинну діагностику очікувань і труднощів у реалізації особистістю своєї поведінки; в) дестабілізацію стереотипних уявлень про себе і мотивів своєї активності; г) розширення сфери усвідомлення своїх учинків; д) відпрацювання ефективних способів дії, які відбувалися за час тренінгу; є) прогнозування майбутніх поведінкових стратегій та ін.

Після проведення СПТ нами проведено повторне тестування дослідної групи за тими самими методиками, що були використані під час констатуючого експерименту. Його результати наведені в **табл. 1**. Вони засвідчують, що показник схильності до відкритої агресії в досліджуваній групі зменшився від 1,2 до 0,8. Цей факт вказує на те, що тренінг підвищив у службовців рівень самоконтролю, виробив уміння адекватно реагу-

вати на ситуації, розуміти мотиви своєї поведінки і вчинки інших. Ступінь тривожності співробітників у процесі експерименту також знизився від 46,4% до 34,5%, що констатує покращення психологічного врівноваження і здолання тренінговою групою зайвого емоційного напруження її учасників.

Результати тестування за модифікованим тестом на агресивність С. Розенцвейга дали невисокий коефіцієнт агресивних відповідей – 52,8% (порівняно з попереднім – 67,8%), але збільшилась кількість нейтральних відповідей (які не можна віднести ні до агресивних, ні до неагресивних) – з 21,2% до 35,2%. Істотно знизився під час тренінгу прояв психопатичних рис характеру (з 28,3% до 18,4%), що засвідчило про доцільність корекції зазначених показників. Вартим уваги є ще один факт: 35% опитуваних оцінюють себе, як людей добрих і спокійних (до проведення тренінгу цей показник складав лише 18%); поведінку в критичній ситуації бачать виваженою і розсудливою 51,6% учасників експерименту, проти 25,4% на його початку. До того ж утвердилася тенденція загального зниження роздратованості, імпульсивності, труднощів у стримуванні своїх негативних емоцій усіма співгрупниками.

Отже, в експериментальній підгрупі “А” з допомогою СПТ нами досягнуті

Таблиця 1
Результати тестування дослідної групи до і після проведення тренінгових занять

Досліджувані параметри, Підгрупа "А"	Схильність до відкритої агресії (за методикою "Hand-test")	Рівень тривожності у % (за шкалою тривожності Ж. Тейлора)			Схильність до агресії у % (за модифікованим тестом С. Розенцвейга)		Особистісні якості у % (за методикою PEN Г. Айзенка)								
		Високий	Середній	Низький	агресивні відповіді	неагресивні відповіді	екстраверт	амбіверт	інтроверт	Рівень психотизму			Рівень нейротизму		
										Високий	Середній	Низький	Високий	Середній	Низький
До експерименту	1,2	46,4	38,2	15,4	67,8	12	48	37,4	14,6	28,3	49,5	21,2	6,6	65,4	28
Після експерименту	0,8	34,5	49,7	15,8	52,8	12	48	37,4	14,6	18,4	49	32,6	4	66,8	29,2

позитивні результати. Зважаючи на те, що численні організмичні функції підлягають свідомому вольовому керуванню, ми гіпотетично припустили, що на зниження порогу агресивності особистості позитивний вплив матиме і саморегуляція. Тому, в підгрупі "Б" поряд з тренінговим заняттям проводилося навчання саморегуляційним навичкам. Задля цього нами була розроблена відповідна програма, що містила систему прийомів послідовного самовпливу з метою підвищення емоційно-вольової стійкості кожного учасника тренінгу в напружених ситуаціях. Зазначені процедурні заходи вочевидь розвивають важливі психологічні якості – самовладання в критичних обставинах, упевненість у своїх силах, волездозреалізування, когнітивний самоконтроль тощо.

Разом з тим емоційно-вольова регуляція попереджує розумову та фізичну перевагу, сприяє зміцненню нервової системи і підвищенню стійкості психіки до негативних впливів. Її суть полягає в розвитку у службовців здатності до самостійного впливу на свої нервопсихологічні механізми відомими вправами і прийомами. Серед останніх більшу частку становлять прийоми аутогенного тренування, пов'язані з тимчасовим розслабленням м'язів (релаксацією). І це зрозуміло, адже тілесним вираженням негативних емоцій є м'язове напруження. Тому вміння понижувати тонус м'язів допомагає попереджувати спалахи негатив-

них емоцій, внутрішньо блокувати агресивні формовияви.

Після проведення тренінгових занять, поряд із вправами на емоційно-вольову саморегуляцію, нами протестовані представники підгрупи "Б" експериментальної групи. Отримані результати подані у порівняльній *табл. 2*. Вони мають суттєву відмінність від аналогічних даних, отриманих підгрупою "А". Зокрема, рівень агресивності тут зменшився від 0,8 до мінус 0,5. Це означає, що ймовірність агресії існує, проте лише в особливо значущих, шоккових ситуаціях. Отож, з допомогою СПТ як системи вправ з емоційно-вольової саморегуляції нам вдалося істотно знизити рівень агресивності службовців установи виконання покарань. Понизився також і рівень тривожності в обстежуваній групі: у підгрупі "А" високий рівень тривожності після проведення формувального експерименту становив 34,5%, тоді як у підгрупі "Б" він склав всього 24,2%. За допомогою модифікованого тесту С. Розенцвейга на агресивність виявлено, що коефіцієнт агресивних відповідей у підгрупі "А" відповідає 52,8%, тоді як у підгрупі "Б" – 29,1%. Відтак значно понизився зафіксований рівень нейротизму та психотизму.

Воднораз гіпотеза, висунута нами перед проведенням другої частини формувального експерименту, знайшла своє підтвердження: емоційно-вольова саморегуляція справді має позитивний вплив

Таблиця 2

Результати тестування дослідної групи до і після проведення тренінгових занять

Досліджувані параметри.	Схильність до відкритої агресії (за методикою "Hand-test")	Рівень тривожності у % (за шкалою тривожності Ж. Тейлора)			Схильність до агресії, у % (за модифікованим тестом С. Розенцвейга)		Особистісні якості за методикою PEN Г. Айзенка (у %)								
		Високий	Середній	Низький	Агресивні відповіді	Неагресивні відповіді	екстра-верт	амбі-верт	інтро-верт	Рівень психотизму			Рівень нейротизму		
										високий	середній	низький	високий	середній	низький
"А"	0,8	34,5	49,7	15,8	52,8	12	48	37,4	14,6	18,4	49	32,6	4	66,8	29,2
"Б"	-0,5	24,2	35,4	40,4	29,1	27,4	48	37,4	14,6	9,2	43	47,8	2,3	47	50,7

на зменшення агресивності особистості і, більше того, як система є ефективним засобом психологічної підготовки та самовиховання; вона повинна доповнювати основні методи навчання і виховання службовців установ виконання покарань.

Задля порівняння і підтвердження результативності формувального експерименту нами протестовано контрольну групу, яку склали службовці, котрі не брали участі у цьому експерименті. В результаті тестування встановлено, що показник схильності до відкритої агресії у представників аналізованої групи 1,4. Іншими словами, у них існує реальна ймовірність прояву агресивності та високої тривожності, оскільки отриманий показник близький до коефіцієнта агресивності, що підрахований до проведення формувальної частини обстеження.

Отже, результати проведеного експериментального дослідження показують, що при вдало підібраній системі профілактичних та корекційних засобів можна досягти значного зниження рівня агресивності та особистісної тривожності службовців, котрі працюють в установах виконання покарань.

1. *Бурлачук Л.Ф. Морозов С.М.* Словарь-справочник по психологической диагностике. – К.: Наукова думка, 1989. – 200 с.

2. *Групповая психотерапия* / Под ред. Б.Д. Карвасарского. – М.: Медицина, 1990. – 223 с.

3. *Гундерук Л.М.* Індивідуальні детермінанти агресивної поведінки особистості // Наукові записки Тернопільського державного педуніверситету. Серія “Педагогіка і психологія”. – 1998. – №3. – С. 36–38.

Надійшла до редакції 25.01.2003.