

УДК 159.923 + 159.944.4 + 159.964

**В. А. Дудин**  
**Е. Л. Доценко**

## **ПСИХОСЕМАНТИЧЕСКИЙ ИНСТРУМЕНТ ДИАГНОСТИКИ СИСТЕМЫ ЖИЗНЕОБЕСПЕЧЕНИЯ ЛИЧНОСТИ**

Описаны этапы разработки и результаты психометрической проверки инструмента диагностики реакций людей на жизненные трудности. В основу методики положена модель «Система жизнеобеспечения личности», описывающая уровни реагирования на жизненные трудности: психосоматическое реагирование, защитные и копинг-стратегии, личностные ресурсы.

**К л ю ч е в ы е с л о в а:** система жизнеобеспечения личности; жизненная трудность; психосоматическое реагирование; психологические защиты; копинг-стратегии; личностные ресурсы; психосемантика; семантический дифференциал; психометрическая проверка.

Действия, с помощью которых человек справляется со своими жизненными трудностями, определяют его личностный потенциал, социальную компетентность, самочувствие и состояние здоровья. В работе психолога порой возникает необходимость оценить стратегии жизнеобеспечения человека в целом, их выраженность относительно друг друга. Диагностика элементов системы жизнеобеспечения у индивидуума с помощью существующих методик затруднительна, так как: 1) среди сравнительно релевантных методик (подвергнуты анализу 53 из них, суммарно 240 шкал) не было обнаружено тех, которые давали бы прямой результат; 2) с помощью батареи методик это сделать слишком трудоемко, да и разработаны они в рамках разных теоретических и методических подходов. В связи с чем возникла потребность в разработке оригинального инструмента.

---

ДУДИН Виталий Александрович — аспирант кафедры общей и социальной психологии Тюменского государственного университета (e-mail: dudinvitalij@yandex.ru).

ДОЦЕНКО Евгений Леонидович — доктор психологических наук, профессор кафедры общей и социальной психологии Тюменского государственного университета (e-mail: dotsenko\_e@bk.ru).

© Дудин В. А., Доценко Е. Л., 2016

При создании новой методики разработчик должен считаться с возможностями и ограничениями как вопросниковых, так и проективных методик. Промежуточное положение между ними занимают психосемантические методы, потому как они в большей мере позволяют объективно выявлять информацию о слабо осознаваемых поведенческих стратегиях, связях и установках человека. Важно также то, что они в меньшей степени подвержены риску мотивационных искажений, что достигается за счет «непрозрачности» для испытуемого стимульного материала.

**Цель** работы — подготовить и дать психометрическое обоснование методике диагностики уровней жизнеобеспечения (локуса жизнеобеспечения).

**Возможности инструмента** (сведения, которые предполагается получить посредством инструмента):

1. Характер субъективно значимых жизненных трудностей человека: интерес к экзистенциальным вопросам; озабоченность защитой себя от мира, воспринимаемого как опасный или враждебный, отсутствие интереса к чему-либо другому; сведение своих интересов к вопросам здоровья, которое «постоянно подводит».

2. Предпочитаемые стратегии решения значимых жизненных трудностей — то, как на момент тестирования испытуемый справляется со своими трудностями. Возможно, он преодолел трудности, раньше казавшиеся ему неразрешимыми; или, не преодолев их, избегает упоминания об этом (уровень психологических защит). При психологическом консультировании методика способна помочь определить точку начала и возможный вектор интервенции. Методика модельно показывает ведущий уровень системы жизнеобеспечения испытуемого, первоначально актуализируемый в момент встречи с жизненной трудностью. Соответственно, если это будет уровень психосоматических процессов, то в начале интервенции нет большой необходимости выстраивать работу на личностном уровне.

3. Степень адекватности и конструктивности действий по преодолению жизненных затруднений. Так, возможно, испытуемый защищается от аффекта, в то время когда необходимо принять вызов и выработать решение.

4. Способность человека корректировать свои стратегии преодоления жизненных трудностей. Речь идет о гибкости при их выборе, учете эффективности первоначально использованных стратегий.

### Теоретическая основа

Модель «Система жизнеобеспечения личности» (далее — СЖЛ) разработана М. В. Богдановой и Е. Л. Доценко [3] для целостного описания процессов, ответственных за решение человеком своих жизненных задач, равно как и для объяснения механизмов взаимодействия между ними.

Выделены четыре группы способов, используемых людьми при решении жизненных трудностей (даны в порядке их появления в качестве предмета исследований):

- психологические защиты [7, 12, 14, 15, 17];
- психосоматические процессы [1, 5, 9, 18],
- копинг-стратегии [2, 13, 19, 20],

- личностные ресурсы [6, 8, 10, 11].

В модели СЖЛ эти процессы иерархизированы в уровни следующим образом («снизу» до «верху»):

Уровень *психосоматических процессов* составляют разного рода соматические реакции, реализующие защитно-адаптационные функции организма. Процессы могут локализоваться в рамках иммунной системы, психофизиологических ответов на стресс, а также в виде психосоматических сбоев.

Уровень *психологических защит* представляет собой набор неосознаваемых защитно-адаптационных механизмов, включающихся в ответ на фрустрирующую и угрожающую психологическую ситуацию. Тревога по поводу такой угрозы снимается за счет частичного искажения реальности.

Уровень *копинг-стратегий* включает в себя систему преимущественно осознаваемых адаптивно ориентированных психических процессов и поведенческих стратегий, направленных на оптимизацию характеристик текущей деятельности (внешнего и внутреннего плана) по решению жизненных задач в случаях возникновения препятствий для ее реализации.

Уровень *личностных ресурсов* составляют душевные и духовные процессы, такие как личностный потенциал, личностная сила и жизнестойкость, ключевые поступки, ценностные предпочтения и смысловые преобразования.

Модель полагает, что затруднения при решении жизненных проблем возникают при нарушении работы уровней СЖЛ: при диспропорциях, функциональном несоответствии, рассогласовании и т. п.

### Ход разработки инструмента

Предметом диагностики, обеспечивающим доступ к интересующей информации, определена операциональная готовность, под которой понимается часть категориальной системы индивидуальных значений [4] и одновременно «сквозной» процесс для всех уровней системы жизнеобеспечения. Операциональная готовность возникает как результат категоризации события (явления или объекта) в терминах действий (операций) с ним, окрашенной мотивационно значимым отношением. В соответствии с моделью системы жизнеобеспечения выделены 4 типа операциональных готовностей: а) проявить отношение телесно; «выпустить пар», дать волю чувствам или, наоборот, заблокировать телесный импульс; б) защититься, спрятаться, оправдаться, сбежать, скрыться; в) подумать, составить план, логически решить задачу; г) открыться, принять вызов, развить себя, отнестись по-философски и пр. В качестве инструмента, адекватного предмету диагностики, был выбран семантический дифференциал (далее — СД).

Для отбора **дескрипторов** использовались результаты 3 фокус-семинаров (всего 58 участников) — процедуры качественного исследования, позволяющей извлечь семантический материал из более глубоких слоев сознания участников. Далее с помощью *экспертной оценки* (30 психологов, 12 из которых кандидаты психологических наук) семантический материал, полученный на фокус-семинаре, распределялся по уровням системы жизнеобеспечения. На основе данных оценок

были определены словосочетания, пригодные для включения в СД в качестве дескрипторов. Для определения возможных **объектов шкалирования** был составлен список из 24 ситуаций, описывающих типичные жизненные затруднения (список жизненных трудностей).

**Процедура обследования** состоит из трех шагов:

1. Испытуемому предлагается выбрать из списка жизненных трудностей четыре, которые оставили след в его жизни, запомнились ему.

2. Испытуемый отвечает на уточняющие вопросы методики, позволяющие наполнить ситуации реальными событиями, а исследователю — однозначно установить релевантность выбранных им трудностей тому или иному уровню СЖЛ.

3. Испытуемый заполняет таблицу СД, где объектами шкалирования выступают отобранные им жизненные трудности, а дескрипторами — слова или словосочетания, откалиброванные по уровням СЖЛ (и соответственно шкалам СД) и выражающие активизацию соответствующих уровней.

4. Для обеспечения большей глубины обследования в инструмент закладывается процедура *структурированного наблюдения*. Эта возможность обеспечивается за счет того, что ситуация обследования в некоторой степени воспринимается испытуемым как трудная: методика требует от испытуемого обращения к личному опыту, рефлексии и выполнения монотонной работы. Психолог может наблюдать, каким образом человек действует, находясь в состоянии решения трудности (осмысление скучного задания, самоорганизация, поддержка состояния и т. п.).

### Пилотажная проверка методики

Испытуемыми выступили 202 человека в возрасте 18–65 лет. Перед применением статистических критериев обработки выполнена *проверка на нормальность распределения* данных по каждой шкале. Данные всех шкал диагностического инструмента имеют нормальное распределение, с медианой, близкой к центру шкалы. Оценка с помощью *t*-критерия Стьюдента показала статистически значимые различия между шкалами инструмента.

Для оценки сходства применялся коэффициент корреляции Пирсона (табл. 1).

Таблица 1

#### Корреляционные связи шкал диагностического инструмента

Уровень СЖЛ	Копинг-стратегии	Психологические защиты	Психосоматическое реагирование
Личностные ресурсы	0,81***	0,40***	0,35***
Копинг-стратегии		0,36***	0,31***
Психологические защиты			0,73***

\*\*\* —  $p \leq 0,001$ .

Наличие корреляционной связи шкал, наряду со статистически значимыми различиями между ними, свидетельствует о том, что психодиагностический инструмент настроен на диагностику разных феноменов, при этом относящихся к единой взаимосвязанной системе. Низкие корреляционные связи между шкалами, диагностирующими отдаленные друг от друга феномены, и высокие корреляции между «соседними» феноменами хорошо согласуются с теоретической моделью СЖЛ.

Для выявления возможных латентных переменных, соответствующих операциональным готовностям и определяющих различия феноменов (теоретически выявленных уровней) жизнеобеспечения, проведен факторный анализ. Факторизовались дескрипторы СД, получены 4 фактора (табл. 2).

Таблица 2

**Доля объясненной дисперсии**

Факторы	Величина вклада фактора в общую дисперсию	Сумма вкладов факторов в общую дисперсию нарастающим итогом
1	22,0	22,0
2	12,0	34,1
3	4,1	38,2
4	3,1	41,3

В табл. 3 показано распределение дескрипторов, соотнесенных с уровнями СЖЛ, по полюсам факторов.

Таблица 3

**Распределение дескрипторов по факторам**

Уровень СЖЛ	Фактор 1 (22 %)	Фактор 2 (12 %)	Фактор 3 (4,1 %)	Фактор 4 (3,1 %)
Положительный полюс фактора				
Личностные ресурсы	2	1	7	6
Копинг-стратегии	7	0	2	0
Психологические защиты	2	10	0	2
Психосоматическое реагирование	0	8	2	0
Диапазон значений факторных нагрузок дескрипторов (от – до)	0,75 – 0,63	0,75 – 0,44	0,67 – 0,48	0,41 – 0,21
Отрицательный полюс фактора				
Личностные ресурсы	0	7	0	2
Копинг-стратегии	0	0	0	0
Психологические защиты	4	0	5	0
Психосоматическое реагирование	4	0	3	6
Диапазон значений факторных нагрузок дескрипторов (от – до)	-0,16 – 0,03	-0,13 – 0,05	-0,15 – 0,04	-0,44 – 0,20

Из табл. 3 видна тенденция к дифференциации дескрипторов, отнесенных к уровням СЖЛ. Положительный полюс фактора 1 сгруппировал дескрипторы, релевантные уровню копинг-стратегий, на противоположном полюсе ему противопоставлены защиты и психосоматические реакции. Положительный полюс фактора 2 наполнен дескрипторами из уровня психологических защит (сопряжен с психосоматическими реакциями), на противоположном полюсе ему противопоставлены дескрипторы из уровня личностных ресурсов. Фактор 3 хорошо дифференцирует уровни личностных ресурсов и психологических защит, а фактор 4 — уровни личностных ресурсов и психосоматических реакций.

Дескрипторы, релевантные уровням психологических защит и психосоматического реагирования, имеют тенденцию к объединению (см. факторы 1 и 2 в табл. 3 и корреляцию между ними в табл. 1). В обыденном сознании эти феномены слабо дифференцируются, вероятно, в силу того, что и те и другие в значительной степени лежат за рамками осознания и выполняют схожие «архаические» функции — защиту тела и психики соответственно. Как следствие, они репрезентируются схожими, а иногда и одинаковыми вербальными средствами. А вот феномены уровней личностных ресурсов и копинг-стратегий, высоко связанные между факторами в целом (табл. 1), внутри факторов не склеивались.

В каждый фактор вошло некоторое количество дескрипторов, отнесенных процедурой экспертной калибровки к другим уровням СЖЛ (вероятно, в раздаточном материале фокус-семинаров не удалось полностью развести типы жизненных трудностей по уровням). С целью настроить шкалы диагностического инструмента на диагностику требуемых феноменов проведены ряд процедур. Среди дескрипторов выбирались те, которые потенциально могут усложнять дифференциацию феноменов:

- с высокой и низкой средней факторной нагрузкой;
- с высоким и низким средним значением оценок их испытуемыми;
- преимущественно встречающиеся (во всех факторах) среди дескрипторов, отнесенных к другому уровню СЖЛ.

Далее проводился качественный анализ и сопоставление вышеописанных показателей. В результате принималось решение об исключении либо переквалификации дескриптора под задачи другого уровня. Описанным операциям были подвергнуты 18 (из 61) дескрипторов (14 исключены, 4 переквалифицированы). В табл. 4 представлены примеры проделанных операций.

Внесенные изменения позволили немного сократить список дескрипторов, сделать методику более компактной. Повторная факторизация скорректированной матрицы показала более высокое соответствие факторной структуры (шкал методики), заложенной в основу методики модели жизнеобеспечения личности. Таким образом, была повышена точность измерения исследуемого конструкта (конструктная валидность) и надежность шкал инструмента по внутренней согласованности.

Таблица 4

**Примеры совершенных операций по модификации инструмента**

№ п/п	Формулировка дескриптора	Уровень СЖЛ, к которому отнесен дескриптор при калибровке	Операция, совершенная с дескриптором	Основания операции
1	Глубокие размышления	Личностные ресурсы	Исключен	Высокое среднее значение оценки (4,55), смешивание с дескрипторами всех уровней
2	Забывать, забытый	Копинг-стратегии	Исключен	Смешивание с дескрипторами иных уровней, низкая факторная нагрузка (0,17)
3	Безответственность, переключивание ответственности	Психологические защиты	Исключен	Низкая средняя факторная нагрузка (0,18), смешивание со всеми уровнями
4	Кусать	Психосоматические процессы	Исключен	Низкое среднее значение по оценкам всех испытуемых (1,29), смешивание с уровнями личностных ресурсов и психологической защиты
5	Прощение	Психологические защиты	Переквалифицирован в дескриптор уровня ЛР	Встречается преимущественно среди дескрипторов уровня личностных ресурсов, в том числе с высокой нагрузкой

**Выводы**

1. Разработана методика, названная «Локус жизнеобеспечения», позволяющая: а) выявить характер субъективно значимых жизненных трудностей человека и действий, применяемых им для их преодоления; б) оценить степень адекватности и конструктивности используемых действий; г) оценить способность человека корректировать действия по преодолению жизненных трудностей.

2. Факторная структура диагностического инструмента соответствует заложенным в него шкалам, измеряющим операциональные готовности, релевантные психосоматическим процессам, психологическим защитами, копинг-стратегиям, личностным ресурсам.

3. Эмпирически зафиксировано наличие в обыденном сознании качественно разных способов преодоления жизненных трудностей, хорошо

корреспондирующих с заложенными в теоретическую модель, а именно: психосоматическое реагирование, психологические защиты, копинг-стратегии, личностные ресурсы.

1. *Александр Ф.* Психосоматическая медицина / пер. с англ. С. Могилевского. М., 2002. 352 с.
2. *Богданова М. В.* Место копингов в системе жизнеобеспечения личности. // Психология стресса и совладающего поведения : материалы III Междунар. науч.- практ. конф. : в 2 т. Кострома, 2013. С. 80–81.
3. *Богданова М. В., Доценко Е. Л.* Саморегуляция личности: от защит к созиданию. Тюмень, 2010. 203 с.
4. *Доценко Е. Л., Вахитова З. З.* Психосемантика. Тюмень, 2013. 336 с.
5. *Доценко Е. Л., Суховой Ю. Г.* Психоиммунное единство системы жизнеобеспечения // Вестн. ТюмГУ. 2012. № 9. С. 134–141.
6. *Леонтьев Д. А.* Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. 2-е изд., испр. М., 2003. 487 с.
7. *Мак-Вильямс Н.* Психоаналитическая диагностика: понимание структуры личности в клиническом процессе : пер. с англ. М., 2001. 480 с.
8. *Омаров Э. З., Доценко Е. Л.* Особенности личностной зрелости успешных и неуспешных предпринимателей : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Тюмень, 2011.
9. *Райх В.* Функции оргазма. М., 1997. 150 с.
10. *Столин В. В.* Самосознание личности. М., 1983. 288 с.
11. *Франкл В.* Воля к смыслу. М., 2000. 368 с.
12. *Фрейд З.* Психология бессознательного СПб., 2007. 140 с.
13. *Хекхаузен Х.* Личностные и ситуационные подходы к объяснению поведения // Психология социальных ситуаций : хрестоматия / сост. и общ. ред. Н. В. Гришиной. СПб., 2001.
14. *Хорни К.* Наши внутренние конфликты. СПб., 1997. 240 с.
15. *Хорни К.* Невроз и развитие личности. М., 1998. 375 с.
16. *Шмелев А. Г.* Психодиагностика личностных черт. СПб., 2002. 480 с.
17. *Wovins B.* Psychological Defense Mechanisms: A New Perspective // The American Journal of Psychoanalysis. 2014. № 64(1). P. 1–26.
18. *Glasser W.* Counseling With Choice Theory: The New Reality Therapy. N. Y., 2000.
19. *Jim H. S., Richardson S. A., Golden-Kreutz D. M., Andersen B. L.* Strategies used in coping with a cancer diagnosis predict meaning in life for survivors // Health Psychology. 2006. № 25 (6).
20. *Lazarus R., Folkman S.* Stress, Appraisal and Coping. N. Y., 1984.

*Статья поступила в редакцию 26.04.2016 г.*