



Публичные
лекции
по психологии

13
апреля
2011

Психология устойчивости

Лектор: Щербакова Анна Михайловна, кандидат педагогических наук,
старший научный сотрудник, зав. кафедрой психологической реабилитации
факультета клинической и специальной психологии МГППУ



Организатор: Управление координации, планирования НИР и подготовки научных кадров
Московский городской психолого-педагогический университет

www.mgppu.ru/lektoriy



ПСИХОЛОГИЯ УСТОЙЧИВОСТИ В КОНТЕКСТЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ

***ЩЕРБАКОВА А.М.
SHCHERBAKOVA17@GMAIL.COM
WWW.PSY-REHAB.RU***

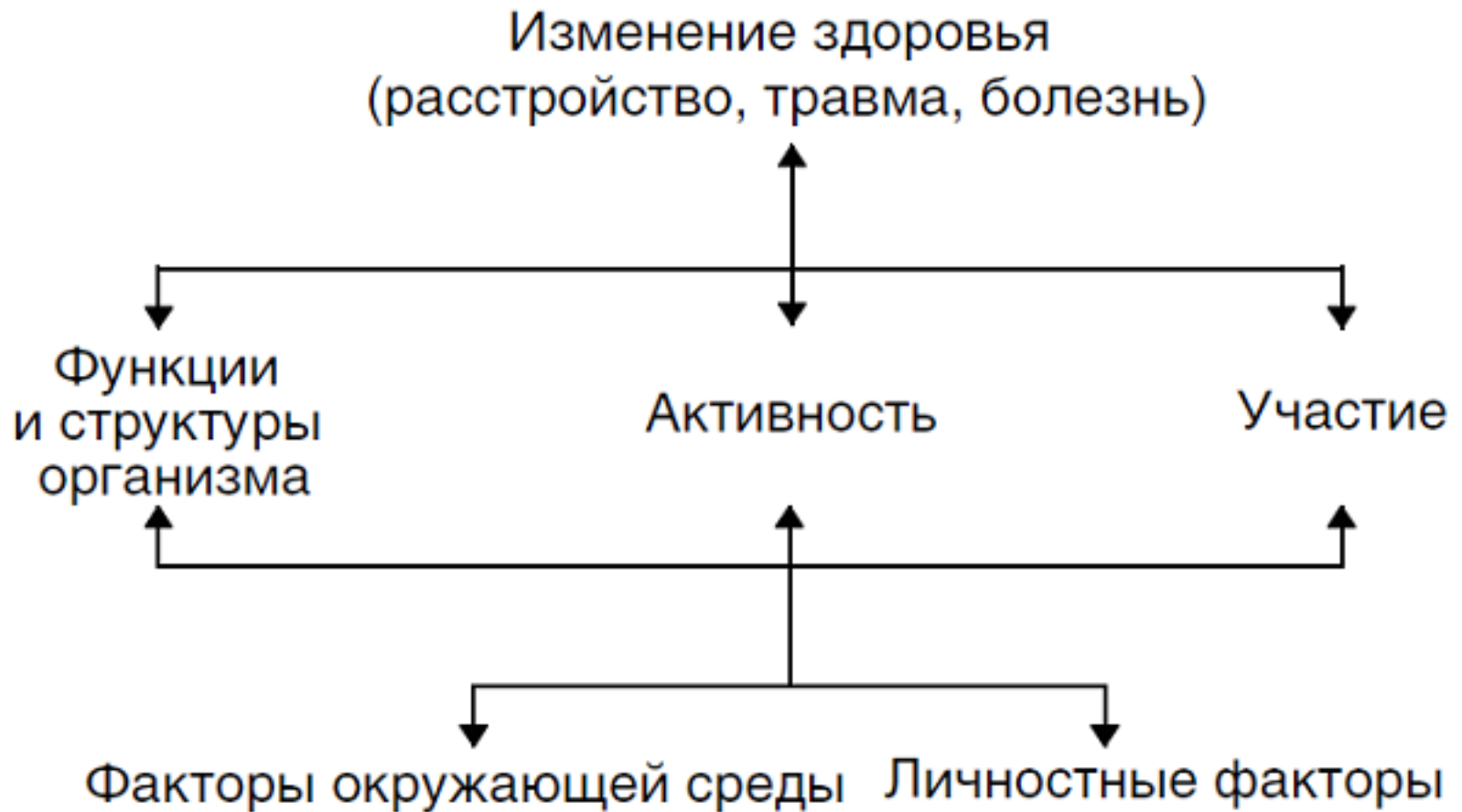


Проблема ограниченных возможностей здоровья

- МКН (1980) – Международная классификация нарушений, ограничений жизнедеятельности и социальной недостаточности ВОЗ – концептуальной позицией является ориентация на «последствия болезни»
- МКФ (2001) – Международная классификация функционирования, ограничений жизнедеятельности и здоровья (International Classification of Functioning, Disability and Health) – концептуальной позицией является ориентация на «составляющие здоровья»



МКФ



Учет личностных факторов в реабилитации

- Болезнь и уязвимость изучены разносторонне и глубоко
- Что можно противопоставить их влиянию на состояние человека?
- Реабилитационная психология?
- Психология устойчивости



Психологическая устойчивость

- Способность личности к успешной адаптации и нормальному функционированию, несмотря на хронический стресс или неблагоприятные условия, а также после затяжной и серьезной травмы.
- Способность взрослых людей, попадающих под воздействие деструктивных событий, поддерживать относительно стабильный уровень психологического и физического функционирования.
- Обладание ключевыми ресурсами и поддержание таких ключевых ресурсов, которые предотвращают или помогают преодолеть срывы функционирования.
- Благополучный жизненный результат вне зависимости от серьезных угроз для адаптации или развития.



Психологическая устойчивость

- позитивный исход, несмотря на факторы риска
- компетентное функционирование в ситуации острых и хронических стрессоров
- восстановление от травмы.

Э. Мастен, Н. Гармези



Перемена акцентов

- Неблагополучный опыт – неблагоприятный результат
- Одинаковый опыт – различные последствия
- Отход от дефицит-центрированной модели
- «Неуязвимый ребенок» (invulnerable child)
- Интерес к устойчивости в различных сферах жизнедеятельности («educational resilience», «emotional resilience», «behavioral resilience»).



Понятийное поле

- Resilience (Э.Вернер и Р.Смит, Н.Гармези, Э.Мастен и др.)
- Hardiness (С.Мадди, С.Кобейса)
- Целостное осмысление личностных характеристик, ответственных за успешную адаптацию и совладание с жизненными трудностями (А.Г. Маклаков, Д.А. Леонтьев, А.В.Махнач и др.).



Понятийное поле

- Жизнеспособность
- Жизнестойкость
- Устойчивость, психологическая устойчивость, устойчивость к стрессу, стрессоустойчивость
- Сопротивляемость
- Эластичность психики
- Резильентность



Факторы устойчивости

- The International Resilience Project
- устойчивость - «универсальная способность, которая позволяет человеку, группе или обществу предотвратить, минимизировать или свести на нет пагубные последствия трудной ситуации» (Эдит Гротберг)



Модель, предложенная Э. Гротберг

У МЕНЯ ЕСТЬ	Я ЯВЛЯЮСЬ	Я МОГУ
<i>Доверительные отношения</i>	<i>Привлекательным</i>	<i>Общаться</i>
<i>Правила дома</i>	<i>Любящим</i>	<i>Решать проблемы</i>
<i>Образцы для подражания (ролевые модели)</i>	<i>Обладающим чувством собственного достоинства</i>	<i>Управлять своими чувствами</i>
<i>Поощрение самостоятельности</i>	<i>Независимым и ответственным</i>	<i>Оценивать свой характер и характер других</i>
<i>Доступ к услугам здравоохранительных, педагогических, благотворительных и правоохранительных организаций</i>	<i>Исполненным надежды, веры, доверия</i>	<i>Искать доверительные отношения</i>



Опора на позитивные факторы

- **Возможность анализа**
- **Предпочтение профилактики**
- **Ориентиры формирования устойчивости**
- **Сосредоточенность на потенциале**



Ключевые теории и понятия

- «Выученный оптимизм» (М.Селигман)
- «Лечение смыслом» (В.Франкл)
- Посттравматический рост
- Деятельностный подход
- Средовой подход
- Локус контроля
- Копинг-стратегии



Устойчивость и ресурсы

- Устойчивость - способность человека управлять ресурсами собственного здоровья и социально приемлемым способом использовать для этого семью, общество и культуру (М. Ungar, руководитель международного проекта по исследованию устойчивости подростков) .
- Личностный потенциал (И.А. Буровихина, Д.А. Леонтьев, Е.Н. Осин)



Публикации

1. Щербакова А.М., Шехорина А.В. Факторы, определяющие психологическую устойчивость детей в трудных жизненных ситуациях//В сб. Проблемы комплексного сопровождения детей-сирот в системе службы практической психологии образования. М.:Центр «Школьная книга». - 2005.
2. Щербакова А.М. Психологические аспекты реабилитационной среды // в сб. научных статей «Другое детство». М.: МГППУ, 2009.
3. Щербакова А.М. Роль среды в формировании субъектной позиции ребенка с ОВЗ // Сб. материалов Международной научно-практической конференции «Искусство как творчество социальности и проблемы социокультурной реабилитации» 12-13 мая 2010 года).
4. Гудилина О.Н., Щербакова А.М. Сравнительная характеристика отношения к ограниченным возможностям своего здоровья лиц с врожденными и приобретенными нарушениями статодинамической функции // Психологическая наука и образование. 2010, № 5.
5. Щербакова А.М. Подготовка студентов-психологов к работе с терминальными больными (в рамках специализации «Психологическая реабилитация») // Электронный журнал Психологическая наука и образование PSYEDU.ru. 2010. №5. http://psyjournals.ru/psyedu_ru/2010/n5/index.shtml
6. Щербакова А.М. (соавт.) Методические рекомендации по проведению психологической и социальной реабилитации у пациентов с ТБСМ в условиях специализированного реабилитационного стационара. М., 2010.

