

Критика и библиография

НОВАЯ КНИГА О ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ СТРЕССЕ*

Психологическая наука все более необходима в современном обществе. Поэтому так велик интерес к публикациям, тематика которых актуальна для подавляющего большинства людей. К числу таких работ можно отнести монографию доктора медицинских наук, профессора В.А. Бодрова "Психологический стресс: развитие учения и современное состояние проблемы".

Состоит она из шести глав, введения и заключения. Четкая структурированность изложения подчинена строгой логике. Главы можно условно разделить на два содержательных блока: "теоретический", включающий в себя введение, главы 1, 2 и 4 (представляет теоретико-методологический анализ современного состояния проблемы и развития учения психологического стресса, описание моделей, теорий и подходов к его исследованию) и "практический", содержащий остальные главы (в них рассматриваются взаимосвязи психологического стресса с различными личностными характеристиками).

В первой главе автор подробно рассматривает основные определения стресса, начиная с самого понятия этого слова, анализирует различные подходы к его исследованию.

Вторая посвящена рассмотрению различных теорий и моделей стресса. Начиная с биологических теорий, автор последовательно представляет физиолого-психологические, психологические, социальные, общие теории и модели стресса. Заканчивается данная глава их сравнительным анализом. Отдельным параграфом выделяется профессиональный стресс.

Таким образом, краткий обзор различных теорий и моделей дает возможность читателю увидеть все многообразие проблем стресса и трудности в их решениях.

Третья глава посвящена условиям возникновения и особенностям проявления психологического стресса. Автор начинает ее с описания экстремальных факторов (ситуаций), так как последние детерминируют возникновение стресса. Далее он переходит к рассмотрению и описанию стрессовых реакций, учитывая при этом характерную только для данного человека индивидуально-личностную составляющую реакции (конституциональные особенности, предрасположенность к определенному типу реагирования, параметры личности и др.). Автор не упускает других, не менее существенных и важных в данном случае особенностей, а именно, физических и психических реакций мужского и женского организма на стресс, которые имеют весьма существенные различия. Так, например, женщины более устойчивы к неблагоприятным воздействиям, у них адаптивные системы более чувствительны, подвижны, надежны, экономичны и обладают повышенной резервной мощностью. У женщин по сравнению с мужчинами наблюдается более раннее созревание и более позднее угасание глюкокортикоидной чувствительности к стрессам, несмотря на увеличение при стрессах частоты сердечных сокращений и т.д. У мужчин последствия

*Рец. на кн.: В.А. Бодров. Психологический стресс: развитие учения и современное состояние проблемы. М.: ИП РАН. 1995. 136 с.

стресса характеризуются повышением давления и уровня холестерина, сердечными приступами и атеросклерозом, язвенной болезнью. Постстрессорная депрессия стероидогенеза у мужчин чревата подавлением иммунных функций, что резко увеличивает риск различных заболеваний. У мужчин прекращение стресса может сопровождаться дальнейшим ростом концентрации кортикостерона в крови, в результате чего восстановительные процессы затягиваются. И таких особенностей стресса, обусловленных половым диморфизмом, наблюдается довольно много. Следовательно, представляется вполне логичным и целесообразным включение в эту главу названных особенностей.

В четвертой главе монографии раскрываются механизмы регуляции психологического стресса. Автор рассматривает различные направления, начиная с концепции В. Кеннона, закономерно переходя затем к анализу сущности информационных и энергетических процессов, их взаимного влияния на организм, регуляции поведения и их роли в возникновении специфических функциональных состояний и психоэмоциональных расстройств здоровья, т.е. участию их в развитии стресса. Вопрос о соотношении эмоций и стресса также находит свое отражение: особо выделяется роль психологических и биологических факторов в механизмах развития стресса.

Автор переходит к следующему направлению исследований психологического стресса, а именно, когнитивистскому, доказывающему решающую роль познания (знания) в поведении человека. Этому посвящена пятая глава. Отдельным пунктом выделяются факторы, способствующие стрессовым оценкам событий, к которым автор относит эмоции, неопределенность и значимость события. Заканчивается глава подробным рассмотрением теории "пессимистического объяснительного стиля" и модели "представления о здоровье". Здесь допущена некоторая терминологическая неточность. В третьей главе эта теория подавалась автором как модель "убеждений о здоровье", а в пятой – "представлений о здоровье". В ней же раскрывается регулирующая и определяющая различные стили поведения человека функция когнитивной системы; в то же время наглядно показана тесная взаимосвязь особенностей когнитивной детерминации развития психологического стресса с состоянием ряда других характеристик личности.

Наибольший интерес для широкого круга читателей представляет заключительная глава "Личность и психологический стресс", в которой раскрываются взаимосвязи личностных особенностей (экстраверсии – интроверсии, мотивационно-потребностных, волевых, темпераментальных и др.) как с характером доминирующих поведенческих реакций в условиях психологического стресса, их типом и интенсивностью индивидуально-психологической реактивности человека, так и с определенными формами нарушения состояния его здоровья. Автор, ссылаясь на результаты многочисленных исследований, последовательно рассматривает роль интеллектуальных особенностей в возникновении, развитии и проявлении психологического стресса и эмоций, генетически детерминированных биологических факторов (силы нервной системы, свойств подвижности нервных процессов), тревожности, локуса контроля, психологической выносливости (устойчивости), самооценки и др. Далее описываются различные теории личности, сторонники которых по-разному рассматривают связь структуры личности и ее особенностей со стрессом и нарушением здоровья, начиная с психоаналитических теорий, которые легли в основу развития психосоматического направления в психологии и медицине, переходя затем к теориям диспозиционным и биотипов (упомяная при этом о типологическом подходе и теории черт). Связь стресса с состоянием здоровья (триада личность–стресс–заболевание) представлена в монографии описанием и анализом четырех моделей. В конце главы рассматривается депрессия, высказываются некоторые соображения по поводу ее изучения, а также проводится связь личностных характеристик со склонностью к раковым заболеваниям, курению и алкоголю, опосредованных личностными особенностями и влиянием самого стресса. Думается, в этой главе также было бы интересно увидеть особенности

упоминаемых процессов в зависимости от половых различий мужчин и женщин. Довольно очевидно (и это подтверждается рядом исследований), что разные типы стресса и особенности провоцируемых им симптомов обусловлены именно психологическими и физиологическими различиями полов.

В разделе "Заключение" автор не только обобщает и резюмирует основные результаты изучения сущности и специфики проблемы психологического стресса, но и четко формулирует основные направления, которые пока ждут своего разрешения. Автор обозначает и то, что не вошло в данную работу, а именно, отсутствие анализа проблемы преодоления, купирования стресса, программ, стратегий, способов реализации этого процесса, зависимости тактик купирования от личностных особенностей и характеристик стресса.

Цель, поставленная автором в работе, заключалась в анализе основных направлений разработки моделей и теорий стресса, сопоставлении различных подходов к формированию концепций психологического стресса, определении содержательной области как самого понятия "психологический стресс" (в соотношении с другими родственными понятиями), так и проблемных вопросов данного психического состояния. Эта цель достигнута. Монография предназначена для специалистов в области психологии и физиологии труда, инженерной психологии, эргономики. Но она полезна и широкому кругу читателей.

*И.В. Грошев, канд. психол. наук,
г. Тамбов*

ОБ УЧЕБНИКЕ ПО ПСИХОЛОГИИ УКРАИНСКИХ АВТОРОВ

В основу учебника положен принцип поступка, разработанный В.А. Роменцом в ходе создания многотомной истории психологии (см. "Психол. журн.". 1991. Т. 12. № 5); он влечет за собой последовательное перемещение акцентов при объяснении сути человеческого поведения. Проведенный анализ продуктов мировой культуры (мифология, религия, философия, литература, искусство) показал, что акцент на ситуации поступка продолжается вплоть до средних веков; на мотивации – охватывает периоды Возрождения, Барокко, Просвещения; на действии и последствии – психологию XIX–XX вв. Этот *культурологический подход к истории психологии* освещается Роменцом в третьем разделе учебника "Историческое становление психологических знаний", а раздел шестой ("Поступок как принцип построения теории и истории психологии") объясняет замысел учебного пособия: историческое переходит в логическое – "основу психологии".

Книга делится на части: "Природа психического и принципы построения системы психологических знаний", "Систематизация психологических знаний: принцип поступка", "Психология поступка".

Первая часть – анализ природы психического, взятого в логике истории его познания: философского и естественнонаучного. Делается вывод об ограниченности бытовавшей и в отечественной психологии научно-предметной парадигмы (психика – средство социальных качеств человека), гносеологического и практического подходов к ее анализу, как выполнивших свою историческую миссию (В.А. Татенко). *Авторы предлагают аксиологический подход* (психика – цель, средство и самооценность) и

высказывают идею спонтанности: "внутренне мотивированной активности творения субъектом своего психического мира и себя как его ячейки". Соответственно, предметом психологии объявляется человек как субъект психики. Ее основной объяснительный принцип – субъектно-генетический ("самопричинности и спонтанности саморазворачивания сугубо человеческого"). Тем самым выявляются основания новой системы психологии.

Хотя построение (А.В. Киричук) и методы науки психологии (И.П. Маноха) излагаются традиционно, т.е. реализуется попытка охватить психическое во всем его многообразии, принципы психологического исследования (многомерное и многоуровневое существование предмета психологии, творческая самодеятельность, организация формирующих и развивающих влияний) согласованы с новым пониманием предмета науки. Поэтому неслучайной выглядит и представляемая здесь же "метапсихология", изучающая закономерности психологического познания (В.М. Пискун). Тогда оказываются антиномиями (противоречивыми и, одновременно, истинными) проблемами психологии: детерминации психического ("и внутреннее, и внешнее"), психофизической ("духовный монизм"), свободы воли ("зависимая независимость"), сознательного и бессознательного ("подчинение сознанию"), состояния и процесса ("психика как деятельно-структурное образование"). Психологической называется проблема смысла жизни; авторы отмечают, что "убедившись в своей конечности, необходимо жить полной жизнью в том промежутке времени, который нам отпущен, осознать себя властелином данных жизнью дней". Психология – и самопознающее мышление субъекта, и этика жизни.

Часть вторая – следующий шаг конкретизации идеи единства исторического и логического (Роменец и соавторы). Логика исторического (логика постижения поступка) обнаруживает себя во взглядах М.М. Бахтина, Н.А. Бернштейна, П.К. Анохина. По мнению авторов учебника, близко подошел к пониманию "поступковой" природы психического С.Л. Рубинштейн (он часто цитируется).

Авторы утверждают, что именно категория поступка является "ячейкой" анализа психического. Дается семь "проявлений и определений" поступка: преодоление зависимости от ситуации, мотивация в самом себе, подчинение средств цели, переход от намерения к действию, поступок как действие, самооценивание и последствие. Сформулирован закон внутреннего созревания поступка: переход ситуации в мотивацию и акт поступка.

Все психологические феномены подразделяются на ситуативные (разд. 7), мотивационные (разд. 8), действия и последствия (разд. 9). К первым относятся впечатления, тяготение, активация, эмоции, движение, внимание, предметные действия, ощущения, восприятие, темперамент, игра значениями, интуиция, фантазия, мышление, волевое испытание, память. Ко вторым – воля, потребности, мотивы, мотивация, подвижность, учение, приобретение знаний, творческий процесс, способности, отношения "учитель – ученик", личность, характер, самоутверждение, память. Третьи – труд, объективация, процессы, состояния, свойства, жизненный и творческий путь, жизнь как переживание и как поступок, жизнь и смерть, творчество, самопознание. Каждый феномен тщательно анализируется на уровне феноменологии, выявления закономерности, построения теории.

Третья часть содержит конкретизацию тезиса: все, что существует в человеке и в очеловеченном мире, есть процесс поступка и его результат. Поступок рассматривается в онтологическом и онтогенетическом измерениях. В первом случае – это универсальный механизм самовоспроизведения бытия, единство индивидуально-психологического, общественно-исторического и логического, саморазвивающееся противоречие, диалог и монолог, разнокачественное и разноуровневое явление. Во втором – движение к сознательному и ответственному творению индивидом своего жизненного мира и себя в нем. Происходит это посредством поступков, самоутверждения, самоопределения, самоосвобождения, самосовершенства, самоотчетности, умирания и движения к бессмертию. Исследовать поступок предлагается путем анализа его

структурных и процессуальных характеристик и применения релевантных ему методов (любой метод, моделирующий поступок).

Анализируется *феноменология поступка* (разд. 12): обыденность (непосредственное, ежедневное, маргинальное, бегство от абсурда), истина (познавательные чувства, состояния, переживания, убеждения), красота (поиск гармонии), добро (динамика чувств, моральность, искупление вины, "пленение" добром и трагизм добра), экзистенция (бытие, тленное и вечное, ответственность, трагизм жизни и идея вечного возвращения), самопознание (чтение в самом себе, отзеркаливание от мира вещей, человек-человек, выход за пределы себя, самопознание как самосозидание), возвращение к обыденности (свобода, возвращение к себе, от уникальности к высшему единению). *При определенном истолковании указанных феноменов психологии они могут становиться своего рода философией человека.*

Завершает книгу послесловие В.А. Роменца, в котором он размышляет о психологии, называемой им канонической. Это психология смысла человеческого существования, неисчерпаемого познания человеком самого себя. В этом ему видится "величайший канон", которому призван служить и данный учебник.

Итак, авторы предлагают новую систему психологии. Правда, построена она путем фактической редукции психического к категории поступка. Конечно, за этим стоит извечное стремление психологии к "целостному человеку". Но должна ли исходная "клеточка" психического стать "самой" психологией? Почему современное психологическое знание "оседает" на ступеньках исторического восхождения к структуре поступка? Не превращается ли единство исторического и логического в их тождество? Возможно, эти вопросы не встали бы так остро, будь этот учебник назван "Основы психологии поступка"?

И еще: книгу трудно представить учебным пособием для студентов, ведь ее чтение превращается в распутывание линий сложного движения теоретической мысли.

И все же это фундаментальный труд, подводящий итог 30-летним, поистине титаническим поискам В.А. Роменцом философских основ психологии.

*П.А. Мясоед,
Полтава, Украина*

"ПОЛЬСКИЙ ЕЖЕКВАРТАЛЬНЫЙ ЖУРНАЛ ПО ПСИХОЛОГИИ РАЗВИТИЯ"

Среди новых и новейших психологических журналов, которые продолжают прибавляться к множеству существующих в Европе (только за 1995–96 годы – Cognitive Neuropsychiatry, Laterality, European Psychology), новый англоязычный ежеквартальный журнал "Polish Quarterly of Developmental Psychology" безусловно выделяется своим "лицом необщим выраженьем". "Polish Quarterly" возник в постсоциалистическом интеллектуальном пространстве Восточной Европы, что само по себе удивительно. Тематика статей варьирует от традиционнейших для психологии развития (например, life-span development – развитие личности и жизненный путь) до малоизученных проблем современной психологии личности – личностной автономии, духовного развития, религиозных ценностей. Хотя подавляющее большинство публикаций составляют статьи, представляющие результаты конкретных экспериментальных исследований (только одна из тридцати двух статей первого тома является чисто теоретической), "Polish Quarterly" удается сохранять высокий теоретический уровень,

избегая при этом узкой специализации журнала. При самом предвзятом отношении вряд ли можно здесь найти задуманные и созданные "без божества, без вдохновения", неразличимые в своей безупречности статьи, заполняющие ныне страницы психологических периодических изданий.

Значительное число публикаций "Polish Quarterly" посвящено проблемам юношеского возраста. Это экспериментальное исследование юношеского идеализма А. Мирским, различных сторон самооценки юношей и девушек Л. Небрыздовским (№ 4), статьи Э. Ридз о развитии способности к планированию жизни и В. Загорской о понимании студентами духовного развития (№ 2). Исследования более раннего возраста преимущественно представлены в № 3: статьи Б. Змигельской "Локус контроля, социальная компетентность и мотивация интеллектуальных достижений у дошкольников", Л. Войцеховского "Развитие понятия семьи у младших школьников", А. Радомской о восприятии юмора в дошкольном возрасте. В первом номере журнала несколько статей посвящены проблемам развития речевых способностей ребенка, в том числе, у глухих и слабослышащих детей (М. Едрзжичек). В статье Б. Качмарека описываются результаты более чем двадцатилетней работы с оригинальной методикой "Narrative Ability Test". Этот тест основан на пропозициональном анализе рассказов по рисункам и может быть использован как в работе с дошкольниками и школьниками, так и с людьми более старшего возраста. Автором приводятся корреляции нарративных способностей с возрастом, полом, способностью совпадения с жизненными проблемами и т.д. Среди других оригинальных методик, относительно малоизвестных российскому читателю, можно отметить тест "биографических дилемм" А. Немчинского. Описание результатов работы с этой методикой в разнообразных теоретических контекстах см. в статьях И. Габанской, А. Голек и А. Немчинского (№ 1), М. Олейника и А. Немчинского (№ 4) и "Опроснике религиозных ориентаций" П. Соши (№ 3).

«Способствовать "наведению мостов" между различными интеллектуальными традициями и линиями исследований в психологии развития, стать международным и междисциплинарным форумом для всех авторов, изучающих развитие личности и индивидуальности», – так формулирует задачи журнала редакция в предисловии к первому номеру. Редакция приглашает на свои страницы российских авторов и заинтересована в распространении журнала в России. Желающие подписаться на "Polish Quarterly of Developmental Psychology" могут прислать свою заявку в адрес редакции "Психологического журнала", через некоторое время всем, выразившим свой интерес, будет сообщено об условиях получения журнала в России. Можно также связаться по телефону 203-00-67.

Г.В. Иванченко, канд. психол. наук,
Институт человека РАН

Хроника

Благотворительный Фонд профилактики наркомании, алкоголизма и асоциального поведения детей подросткового и юношеского возраста "Второе рождение" зарегистрирован в России в городе Самаре в мае 1996 г.

Фонд является некоммерческой благотворительной организацией, учрежденной юридическими лицами на основе добровольных имущественных взносов, не ставящей целью извлечение прибыли в качестве основы своей деятельности.

Статистика крупных городов России показывает, что каждый пятый подросток имеет опыт