

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г.
ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра общей и консультативной психологии
наименование кафедры

Духовные способности личности как фактор совладания со страхами
наименование темы выпускной квалификационной работы полужирным шрифтом

**АВТОРЕФЕРАТ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ
МАГИСТРА**

студента (ки) 3 курса 394 группы

направления
(специальности) 37.04.01 «Психология»
код и наименование направления (специальности)

факультета психологии
наименование факультета, института, колледжа

Черниковой Марии Михайловны
фамилия, имя, отчество

Научный руководитель
(руководитель)

Канд. психол. н., доцент
должность, уч. степень, уч. звание

подпись, дата

А.Ю. Смирнова
инициалы, фамилия

Зав. кафедрой

Д. психол. н., доцент
должность, уч. степень, уч. звание

подпись, дата

С.В. Фролова
инициалы, фамилия

Саратов 2024

Введение. В последние десятилетия российское общество прошло через ряд глобальных социокультурных изменений, к числу которых можно отнести смену его социально-политического и экономического устройства, военные конфликты, утрату общности и единой идеологии у граждан.

Постепенный процесс трансформации социальной действительности и исцеления общества от последствий переломных исторических событий в настоящее время осложняется усилением политической напряженности на международной арене, преодолением социально-экономических и политических кризисов (в том числе, обусловленных пандемией коронавирусной инфекции), бурным развитием научно-технического прогресса, ускорением темпа жизни, а также другими факторами.

Кроме перечисленных угроз жизнь каждого человека сопровождается более повседневными основаниями для переживания страха: страх потери близких людей вследствие конфликта, болезни, смерти или войны; страх перед собственной болезнью и смертью; страх неопределенности, будущего; страх бедности; страх перед начальством; боязнь публичных выступлений, темноты, высоты и др.

В совокупности повседневные и экстремальные события в жизни социума и отдельного человека, а также ожидание их наступления, могут провоцировать возрастание интенсивности и частоты эмоциональных нагрузок (переживания страха, тревоги) у личности, что негативно влияет на ее соматическое и психическое здоровье, социальное функционирование.

Как отмечают О.А. Ахвердова и Н.А. Тарасьян, крах советской идеологии, значимым элементом которой являлся научный атеизм, способствовал возрождению общественного интереса к духовным и религиозным ценностям. В период личностного и социального кризисов обращение к духовной сфере позволяет субъекту определить значимые для себя этико-смысловые жизненные ориентиры и преодолевать негативные последствия стрессовых событий, смягчая нанесенный ими эмоциональный урон.

Таким образом, изучение духовных способностей личности как фактора совладания со страхами может способствовать разработке программ психологической профилактики, направленных на актуализацию духовного потенциала субъекта для совладания с переживанием страха и стрессовых ситуаций, что отражает актуальность данного исследования.

Объект исследования: духовные способности личности.

Предмет исследования: духовные способности личности как фактор совладания со страхами.

Цель исследования: теоретико-эмпирический анализ духовных способностей личности (духовных ориентаций, типов секулярной духовности и религиозного совладания) как фактора совладания со страхом.

Задачи исследования:

1. Раскрыть психологическое содержание понятия «духовность»;
2. Изучить теоретические представления о духовных способностях личности в отечественных и зарубежных исследованиях;
3. Рассмотреть определение и основные виды страха как психологического феномена;
4. Проанализировать роль духовной сферы в контексте совладающего поведения субъекта;
5. Провести психодиагностическое обследование испытуемых;
6. Проверить полученные по методикам данные на нормальность распределения;
7. Установить связь стратегий совладающего поведения с духовными ориентациями, типами секулярной духовности и религиозного совладания;
8. Выявить роль духовных ориентаций, типов секулярной духовности и религиозного совладания как предикторов выраженности страха у испытуемых.

Основная гипотеза исследования: духовные ориентации, типы секулярной духовности и позитивное религиозное совладание являются предикторами выраженности страха у личности.

Дополнительная гипотеза исследования: такие стратегии совладающего поведения как «ассертивные действия», «социальное взаимодействие», «поиск социальной поддержки», «осторожные действия» имеют прямые связи с духовными ориентациями, типами секулярной духовности и позитивным религиозным совладанием у личности.

Методы исследования:

– методы сбора данных: психологическое тестирование.

Психологическое тестирование было проведено с помощью следующих методик:

1. «Опросник иерархической структуры актуальных страхов личности» (ИСАС) Ю.В. Щербатых, Е.И. Ивлевой;

2. Опросник «Духовная личность» (ОДЛ) А. Husain, M. Anas в адаптации Г.В. Ожигановой;

3. Опросник «Духовная ориентация личности» (ДОЛ) Г.В. Ожигановой;

4. «Краткий опросник религиозного совладания» К. Pargament et al. в адаптации Ф.М. Шанькова, А.А. Золотаревой и др.;

5. Опросник «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций» S. Hobfoll в адаптации Н.Е. Водопьяновой, Е.С. Старченковой.

– методы анализа данных: методы математической статистики. К методам математической статистики, используемым в данной работе, относятся: критерий Шапиро–Уилка, коэффициент линейной корреляции Пирсона, линейный множественный регрессионный анализ.

Математико-статистический анализ данных выполнялся в статистической программе JASP, v. 0.18.3.0.

Теоретико-методологическую основу исследования составили работы Т.В. Абакумовой, О.А. Ахвердовой, Н.А. Тарасьян, А.А. Бакановой, И.А. Горьковой, Л.Г. Бузуновой, Ф.Е. Василюка, Л.С. Выготского, А.Л. Журавлева, А.И. Захарова, В.В. Знакова, К. Изарда, Д.А. Леонтьева, А.

Маслоу, Г.В. Ожигановой, В.И. Слободчикова, В.Д. Шадрикова, Ю.В. Щербатых, Т. Гэлла, П. Хилла, К. Паргамента, Г. Брелсфорда и др.

Эмпирическая база исследования. Исследование было реализовано в онлайн-формате с использованием сервиса для сбора данных Яндекс.Формы. Выборку составили 92 испытуемых, из которых 68 человек женского пола, 24 человека мужского пола. Возраст в выборке находится в диапазоне от 19 до 67 лет ($M=36,08$; $SD=10,62$).

Теоретическая значимость и научная новизна исследования заключаются в раскрытии роли духовных способностей в структуре совладающего поведения личности в контексте преодоления страха.

Практическая значимость результатов исследования состоит в возможности их использования в рамках консультативной психологии, в частности, при оказании психологической помощи религиозным и нерелигиозным клиентам в целях актуализации их духовного потенциала для совладания со страхами.

Опыт апробации результатов исследования. По результатам исследования, проведенного в рамках работы над выпускной квалификационной работой магистра, была опубликована научная статья:

– Дружинина М.М. Взаимосвязь стратегий совладающего поведения с типами секулярной духовности и духовными ориентациями личности // Научное сообщество студентов XXI столетия. Гуманитарные науки: сб. ст. по мат. CXLIV междунар. студ. науч.-практ. конф. № 12(143). URL: [https://sibac.info/archive/guman/12\(143\).pdf](https://sibac.info/archive/guman/12(143).pdf) (дата обращения: 10.12.2024)

Структура работы. Выпускная квалификационная работа магистра состоит из введения, двух глав, выводов, заключения, психологических рекомендаций по развитию духовности, списка литературы и приложений.

Основная часть. По результатам теоретического исследования можно сформулировать следующие выводы:

– Духовность представляет собой экзистенциальное основание ценностно-смысловой и мотивационной структуры личности,

проявляющееся на эмоциональном, когнитивном и конативном уровнях ее функционирования.

Генезис духовности определяется сложным сочетанием социальных и личностных факторов. Духовность позволяет субъекту устанавливать морально-нравственные ориентиры для оценки себя, Других и общества, стремиться к реализации высших ценностей и смыслов (любви, справедливости, долгу и др.) в своей деятельности, несмотря на внешние факторы;

– Духовные способности – это сочетание индивидуально-психологических особенностей личности, которые участвуют в формировании ее духовной сферы.

В зарубежных исследованиях наиболее употребительным является термин «духовный интеллект», в отечественных – «духовные способности». Нами были выделены общие компоненты для моделей духовных способностей и духовного интеллекта: моральный, трансцендентный и ментальный компоненты;

– Страх – это сущностная составляющая психики человека, имеющая когнитивные, эмоциональные и поведенческие проявления. Генезис страха может быть связан как с биологическими, так и с социальными факторами, при этом ключевую роль играют социокультурные факторы.

Выделяются различные типы страха (экзистенциальный, природный, социальные и др.), в зависимости от вызывающих его стимулов и психологических последствий его переживания. Страх может играть как конструктивную роль в жизни личности, позволяя ей предвосхищать угрозы и эффективно преодолевать их, так и дезадаптивную, например, являясь результатом искажения процесса когнитивной обработки информации;

– Анализируя роль духовной сферы в контексте совладающего поведения личности, мы пришли к выводу о том, что наиболее употребительными в данном исследовательском дискурсе являются термины «религиозное» и «духовное совладание», которые в зарубежных

исследованиях преимущественно рассматриваются как синонимичные, за исключением признания того факта, что религиозное совладание связано с институализированными ценностями и способами преодоления сложных ситуаций, принятыми в определенных религиозных структурах.

В настоящее время данные концепты наиболее исследованы в англоязычных работах, в которых им присваивается, как правило, инструментальный характер. Тем не менее, опыт отечественной психологии, в частности, работы Ф.Е. Василюка (в которых данные термины не фигурируют, однако предмет исследования является смежным) содержат в себе значительный потенциал для разработки отечественной интерпретации концептов «религиозного» и «духовного совладания» с учетом российской социокультурной специфики.

В соответствии с эмпирическими задачами исследования в рамках данной главы нами было установлено следующее:

- Полученные по методикам данные имеют распределение, близкое к нормальному, что дало нам основания для применения параметрических методов статистики;

- Были выявлены 28 прямых и обратных связей стратегий совладающего поведения с духовными ориентациями, типами секулярной духовности и религиозного совладания, что является свидетельством высокого потенциала характеристик духовной сферы личности в совладании со стрессовыми ситуациями;

- Было установлено, что такие типы секулярной духовности как «Самоконтроль», «Надежность и ответственность», «Духовность отношений», «Правдивость и удовлетворенность» вносят обратный вклад в выраженность «Интегрального показателя страха» личности; «негативное религиозное совладание» вносит прямой вклад в выраженность «Интегрального показателя страха», «позитивное религиозное совладание» вносит обратный вклад. Регрессионная модель, содержащая в качестве независимых переменных духовные ориентации, оказалась незначимой.

Таким образом, можно заключить, что основная гипотеза исследования подтвердилась частично: типы секулярной духовности и позитивное религиозное совладание вносят обратный вклад в выраженность страха у личности; духовные ориентации, как мы отметили выше, не вносят вклад в выраженность данной зависимой переменной.

Дополнительная гипотеза исследования полностью подтвердилась: такие стратегии совладающего поведения как «ассертивные действия», «социальное взаимодействие», «поиск социальной поддержки», «осторожные действия» имеют прямые связи с духовными ориентациями, типами секулярной духовности и позитивным религиозным совладанием у личности.

Кроме того, было обнаружено, что тип секулярной духовности «Самоконтроль» имеет обратную связь со стратегией совладающего поведения «Агрессивные действия»; «негативное религиозное совладание» имеет обратную связь со стратегией совладающего поведения «Ассертивные действия», прямую связь со стратегиями «Избегание», «Агрессивные действия».

Развитие духовности может быть сознательно ускорено личностью регулярным участием в религиозных практиках, таких как молитва и религиозные службы (если речь идет о религиозной духовности).

Формированию духовности как религиозного, так и внерелигиозного характера может способствовать повышение уровня осознанности, созерцание мира природы, произведений искусства, творчество и созидание. Для выхода за пределы самого себя и своих интересов можно практиковать благотворительность, развивать свою эмпатию и способность к сопереживанию Другим.

В связи с этим нами были разработаны рекомендации по развитию духовности, а также предложен проект программы психологического просвещения для расширения представлений личности о феномене духовности в теоретическом и прикладном аспектах, развития ее духовных способностей и ориентаций.

Заключение. Данное исследование было направлено на изучение духовных способностей личности как фактора совладания со страхами. Вышеприведенная тема представляет собой недостаточно разработанную исследовательскую область, по ряду причин:

– Во-первых, термин «духовные способности», используемый только в рамках отечественной психологии, не имеет общепринятой дефиниции – разные исследователи предлагают его авторские интерпретации в зависимости от своих методологических позиций;

– Во-вторых, духовные или религиозные характеристики субъекта, как правило, изучаются в контексте совладания с трудными жизненными ситуациями, а не переживанием страха;

– В-третьих, термины «духовное» и «религиозное совладание» крайне неоднозначно трактуются в зарубежных исследованиях, в отечественных же работах приводятся их интерпретации в соответствии с существующими зарубежными моделями.

Таким образом, проведенное нами исследование вносит вклад в изучение описанной теоретико-методологической проблемы. Кроме того, в эмпирической части нашей работы на базе 92 испытуемых были установлены прямые и обратные связи стратегий совладающего поведения с духовными ориентациями, типами религиозного совладания и секулярной духовности, также было выявлено, что типы секулярной духовности и позитивное религиозное совладание вносят обратный вклад в выраженность страха у личности.

К ограничениям проведенного исследования можно отнести малый объем выборки для реализации многомерных методов статистического анализа, преобладание женского пола над мужским в изучаемой выборке, неоднородность распределения испытуемых по возрасту и уровню образования, что могло повлиять на получение незначимого результата при построении регрессионной модели, независимыми переменными в которой являлись духовные ориентации личности.

Перспективами настоящего исследования могут являться: разработка теоретико-методологических оснований для дифференции феноменов духовного и религиозного совладания; формирование их концептуальных моделей с привлечением теорий отечественных исследователей и их эмпирическая проверка на базе более объемной выборки; разработка программ психологической профилактики, направленных на актуализацию духовного потенциала субъекта для совладания с переживанием страха.