

Субъективно-деятельностный подход к развитию личности и формирование оптимальных переживаний у осужденных, отбывающих длительные сроки лишения свободы

В.Г. РОГАЧ – адъюнкт кафедры юридической психологии и педагогики ВИПЭ ФСИН России

В статье рассматриваются концептуальные идеи субъективно-деятельностного подхода к развитию личности осужденных, отбывающих длительные сроки лишения свободы. Автором представлена психокоррекционная программа по формированию оптимальных переживаний у данной категории осужденных.

Ключевые слова: оптимальные переживания; постдиагностический тренинг-коррекция; криминализация личности; осужденные к длительным срокам лишения свободы.

Subjective-active approach to personal development and formation of optimal experiences among prisoners serving long prison terms

V.G. ROGACH – adjunct of the Chair of Juridical Psychology and Pedagogic of the Vologda Institute of Law and Economics of the Federal Penal Service of Russia

The article considers the conceptual ideas of subjective-active approach to the development of personality of prisoners serving long terms of imprisonment. The author presents psycho-correctional program on forming of optimal experiences of this category of convicts.

Key words: optimal experiences; post-diagnostic training-correction; criminalization of personality; prisoners sentenced to long terms of imprisonment.

В связи с декриминализацией ряда преступлений, расширением практики применения новых видов наказания, альтернативных лишению свободы (в отношении лиц, совершивших преступные деяния небольшой и средней тяжести), и реализацией комплекса других мероприятий, обозначенных в рамках Концепции развития уголовно-исполнительной системы Российской Федерации до 2020 г., в исправительных учреждениях возросла доля осужденных к длительным срокам, совершивших тяжкие и особо тяжкие преступления.

Длительное отбывание наказания в местах лишения свободы с психологической точки зрения рассматривается как нахождение человека в экстремальных условиях, оказывающих неблагоприятное воздействие на психику, приводящее к негативным личностным изменениям¹. Пенитенциарные психологи (А.В. Наприс, В.М. Поздняков, В.С. Мухина, Ю.М. Антонян, Е.Ф. Штефан и др.) отмечают развитие у осужденных по мере увеличения срока нахождения в исправительном учреждении устойчивых негативных психологических особенностей, таких как отчужденность, вы-

сокий уровень криминализации личности, агрессивность и т.д.

Данная тенденция в свою очередь предопределила негативные изменения сознания и социально-психологической характеристики среды лиц, содержащихся в местах лишения свободы, примером которых может служить достаточно высокий уровень нарушений порядка отбывания наказания и пенитенциарной преступности за последние годы². Учитывая тяжесть совершенных преступлений лицами, осужденными к длительным срокам лишения свободы, необходимость обеспечения личной безопасности сотрудников и осужденных в период отбывания наказания, актуальность совершенствования методики оказания психологической помощи данной категории осужденных не вызывает сомнений.

Согласно проведенным ранее исследованиям³ «наиболее полной величиной в структуре сознания»⁴, осуществляющей глубинные личностные изменения и движущей поведением человека, является переживание. Феномен переживания наиболее полно рассмотрен в рамках субъектно-деятельностного подхода (Л.С. Выготский,

Ф.Е. Василюк, Д.А. Леонтьев и др.). Переживание как основное содержание сознания представляет собой единство когнитивного и эмоционального уровней психики человека⁵. Комплексное воздействие на уровни переживания осужденных с целью формирования просоциальной направленности личности обеспечит в дальнейшем и соответствующие изменения их поведения. Таким образом, процесс коррекции переживаний осужденных представляется наиболее действенным в рамках реализуемой в пенитенциарных учреждениях системы психолого-педагогического сопровождения осужденных, отбывающих длительные сроки лишения свободы.

Характеризуя оптимальные переживания, отметим, что, во-первых, они являются позитивными, что выражается в тенденции к развитию, самоактуализации и совершенствованию личности⁶, во-вторых, процесс их протекания равномерен, отсутствуют «застывания» и жесткая фиксация на объектах переживания⁷. Примерами оптимальных переживаний могут служить механизмы совладания, а неоптимальных – психологическая защита.

В рамках субъектно-деятельностного подхода рассмотрены основные виды переживания личности: гедонистические, реалистические, ценностные, творческие. По мнению Ф.Е. Василюка, оптимальными, то есть обладающими наибольшим потенциалом для развития личности, являются ценностные и творческие переживания. Причем первые следует понимать как имеющие нравственный (общечеловеческий) характер⁸.

Представляется, что знание пенитенциарными психологами индивидуально-психологических особенностей личности, характера переживаний, испытываемых лицами, отбывающими длительные сроки лишения свободы, позволит оказывать им более целенаправленную, адресную психологическую помощь.

С целью решения рассматриваемой практической проблемы по снижению негативного влияния мест лишения свободы на осужденных к длительным срокам отбывания наказания нами был реализован эксперимент по формированию у них оптимальных переживаний. В констатирующей части эксперимента была поставлена задача по выявлению факторов и условий, необходимых для развития оптимальных переживаний. В качестве психодиагностического инструментария использовались следующие методики: «Смысло-жизненные ориен-

тации», «Эмоциональная направленность личности», «Диагностика полимотивационных тенденций в “Я-концепции” личности», «Рефлексия лиминальных состояний».

В психодиагностическом обследовании приняли участие 196 осужденных в возрасте от 25 до 40 лет, содержащихся в исправительных учреждениях для впервые и ранее отбывавших наказание в виде лишения свободы строгого и особого видов режимов (УФСИН России по Вологодской, Мурманской областям, по Удмуртской Республике) и находящихся в условиях социальной изоляции более 5, но менее 10 лет. Согласно исследованиям пенитенциарных психологов⁹ именно в данный период наиболее интенсивно протекает негативная трансформация личности осужденного.

Полученные данные показали, что у лиц, находящихся в условиях искусственной социальной изоляции более 5 лет, отмечается превалирование переживаний гедонистического вида (70% респондентов) над переживаниями ценностного и творческого видов, усилены акизитивные (68% респондентов) и гедонистические (72% респондентов) тенденции в «Я-концепции» личности и крайне снижена трудовая (19% респондентов) тенденция, присутствует низкая «общая осмысленность жизни» (52% респондентов). Это может свидетельствовать о негативном характере переживаний осужденных данной категории и опосредованных ими личностных изменениях, так как у респондентов выявлен общий регресс личности (лишь 24% обследуемых находятся в лимитальной (переходной) фазе), о чем свидетельствуют низкие показатели (ср. зн. 2,8) по рефлексии осужденными своего жизненного пути, переживаний о необходимости меняться и саморазвиваться (ср. зн. 3,2). На уточняющие вопросы об условиях, препятствующих возникновению позитивных переживаний, респонденты ответили следующим образом: «бесмысленность и тяжесть пребывания в исправительном учреждении» (52% опрошенных) и «разрыв связей с жизнью на свободе» (контакты с родственниками, потеря жилья и т.д.) (46% опрошенных).

С учетом результатов, полученных в ходе констатирующего эксперимента, нами была разработана «Психокоррекционная программа по формированию оптимальных переживаний осужденных, отбывающих длительные сроки лишения свободы», включающая следующие направления работы:

1. Раскрытие осужденным сущности переживания и его роли в становлении и развитии личности.

2. Коррекция у осужденных негативных переживаний, характеризующихся использованием психологических защит и фиксацией на объекте переживания.

3. Формирование и развитие у осужденных оптимальных (позитивных) переживаний в экстремальных условиях пенитенциарной среды.

Разработка программы строилась в рамках концептуальных идей, принятых сторонниками субъектно-деятельностного подхода, согласно которому осуществлялось воздействие на следующие уровни личности осужденного:

– когнитивный уровень (представления, убеждения осужденного о себе, человеке, окружающих, среде, своем жизненном пути и т.д.);

– эмоционально-волевой уровень (позитивные и негативные эмоции, чувства, оценки, отношения, переживания);

– поведенческий уровень (реакции, процессы, движения, действия, деятельность, паттерны поведения, коммуникации и т.д.);

– духовно-нравственный уровень (общечеловеческие ценности, личностные смыслы и идеалы).

Психокоррекционный процесс осуществлялся через комплексное проведение групповой, индивидуальной и самостоятельной психологической помощи осужденным к длительным срокам лишения свободы.

Индивидуальная работа проводилась в ходе психологических консультаций с осужденными, в рамках которых уточнялись автобиографические данные об осужденном,

отношение к преступлению и наказанию, «интимные» переживания осужденного, на основе которых разрабатывались задания для самостоятельной психокоррекционной помощи.

Самостоятельная работа предполагала ведение осужденным дневниковых записей относительно наиболее интенсивных негативных переживаний и выполнение им ранее отобранных психотехнических упражнений.

Групповая работа осуществлялась в рамках тренинга по оптимизации переживаний, разработанного по методической модели «постдиагностического тренинга-коррекции»¹⁰.

В организационно-содержательном плане для участия в программе была сформирована экспериментальная группа из 12 осужденных, участвовавших в констатирующей части эксперимента, отбывающих наказание за разные типы преступлений (корыстные и насильственные). В группу были включены осужденные с наименьшими показателями по шкале «переживание необходимости меняться» (методика «Рефлексия лиминальных состояний»). Низкие показатели по данной шкале указывают на отсутствие оптимальных переживаний¹¹. С респондентами, входящими в экспериментальную группу, была проведена серия занятий в рамках психокоррекционного тренинга (тематический план тренинга представлен в таблице 1). Продолжительность занятий составляла 1,5–2,5 часа, периодичность – два раза в неделю. В перерывах между групповыми занятиями проводились индивидуальные и самостоятельные виды работ.

Таблица 1

Тематический план тренинга
«Оптимизация переживаний осужденных к длительным срокам лишения свободы»

Тема занятия	Цель и задачи занятия	Применяемые формы и методы обучения	Время
1	2	3	4
1. Знакомство	Создание условий для более близкого знакомства; обсуждение норм и правил поведения в группе; создание психологической атмосферы, благоприятной для самосознания и самореализации, доверительных отношений; групповое сплочение	Психологический комментарий; психотехнические упражнения; групповое обсуждение, дискуссия; самодиагностика, рефлексия	2 ч
2. Мои переживания	Расширить представление осужденных о переживании и его роли в развитии личности, осознать свои «удачные» и «неудачные» переживания и то, с чем они связаны	Диспут, психологический комментарий, психотехнические упражнения, рефлексия	2 ч
3. Негативные переживания осужденных	Рассмотреть источники негативных переживаний и причины из «непреодоления» (фиксация на источнике переживания, психологическая защита и т.д.). Осознать возможности психологической защиты и возможности совладания (преодоления) в экстремальных ситуациях. Сформировать навыки совладающего поведения	Диспут, психологический комментарий, самодиагностика, психотехнические упражнения, рефлексия	2,5 ч

1	2	3	4
4. Управление переживанием	Сформировать навыки снижения интенсивности негативных переживаний и развития позитивных переживаний. Освоить приемы когнитивной и эмоциональной саморегуляции своего эмоционального состояния	Психологический комментарий, диалог, психотехнические упражнения, рефлексия	2 ч
5. Планирование жизни	Осмыслить основные жизненные цели. Способствовать осознанию необходимости ставить перед собой ясные цели, требующие конкретных действий. Обучение приемам построения жизненных планов	Диспут, психологический комментарий, психотехнические упражнения, рефлексия	2 ч
6. Позитивный «Я-образ»	Способствовать осознанию, переживанию своего «Я», осмысление самораскрытия как способа гармонизации внешнего и внутреннего «Я» и построение значимых отношений. Обучение приемам самоидентификации	Психологический комментарий, диалог, психотехнические упражнения, рефлексия	1,5 ч
7. Переживание высших чувств	Расширить представления осужденного о высших чувствах, их социокультурной природе. Осмыслить свои жизненные ценности как регуляторы поведения	Психологический комментарий, психотехнические упражнения, рефлексия	2,5 ч
8. Эмпатия и рефлексия как способ успешного взаимодействия	Развить эмпатические способности осужденного как возможность осознать собственные чувства через чувства другого. Формировать навыки рефлексии для организации успешного межличностного взаимодействия	Психологический комментарий, диалог, психотехнические упражнения, рефлексия	2 ч
9. Зрелость личности	Расширить представление участника о себе, своих возможностях, осмыслить сильные стороны своей личности. Способствовать осознанию необходимости расширения индивидуальности до уровня общего блага. Формирование навыков позитивного мышления	Дискуссия, психологический комментарий, психотехнические упражнения, рефлексия	1,5 ч
10. Я – хозяин своей судьбы	Развитие субъективной жизненной позиции. Осмысление необходимости самоорганизации, самореализации своего жизненного пути и самоуправления им. Формирование навыков уверенного поведения. Развитие ответственного отношения к своей жизни	Дискуссия, психологический комментарий, психотехнические упражнения, рефлексия	2 ч
11. Подведение итогов	Формирование позитивного настроя на саморазвитие, личностный рост. Обсуждение реализации задач тренинга. Составление четкого плана действий для дальнейшего совершенствования своих переживаний	Групповое обсуждение, самодиагностика, психотехнические упражнения, рефлексия	2 ч

После комплекса тренинговых занятий респондентам, входящим в экспериментальную группу, было предложено подготовить рефлексивный самоотчет о содержании проделанной работы по оптимизации переживаний и степени личностных изменений по ходу и после участия в психокоррекционной программе. Согласно представленным самоотчетам осужденные отмечают наличие у себя «внутренних сдвигов» (46% респондентов) в осмыслении своей жизни в колонии, «обретение уверенности и спокойствия» (54% осужденных) при выполнении повседневных обязанностей, выравнивание эмоционального фона (36% респондентов), желание «учиться и развиваться дальше» (68% осужденных).

Результаты психодиагностического обследования респондентов экспериментальной группы показали, что 76% участников

тренинга (значимость различий при $p \leq 0,05$) находятся в лиминальной фазе, характеризующейся наличием выраженной экзистенциальной рефлексии, касающейся себя и собственной жизни, что свидетельствует о развитии позитивных переживаний осужденных. Численность осужденных, у которых доминируют гедонистические переживания, снизилась до 54% (значимость различий при $p \leq 0,01$). Количество лиц с гедонистическими тенденциями в «Я-концепции» также снизилось до 56% (значимость различий при $p \leq 0,05$) наряду со значительным возрастанием (до 42%) трудовой мотивации. Взаимное снижение гедонистических тенденций «Я-концепции» и соответствующих переживаний может свидетельствовать о формировании у респондентов экспериментальной группы позитивных переживаний. Полученные данные согласуются с утверждени-

ем Ф.Е. Василюка о наличии прямой связи между наличием в сознании оценочных представлений, формируемых в основном посредством механизмов идентификации (Я-концепция), и интенсивностью ценностных переживаний¹².

Высокий уровень осмысленности жизни отмечается у 52% осужденных (низкий уровень снизился до 35% респондентов (различия значимы при $p \leq 0,05$)), участвовавших в программе.

Экспертный опрос начальников отряда также позволил выявить позитивные тенденции в переживаниях осужденных, участвовавших в психокоррекционной программе. Так, например, 17% респондентов экспериментальной группы вскоре после окончания программы изъявили желание работать в исправительном учреждении с целью погашения иска, 8% – подали документы в вуз на заочное отделение для получения высшего образования.

Таким образом, можно констатировать, что поставленные нами цели по оптимизации переживаний осужденных были полностью реализованы в ходе формирующего эксперимента, предопределив позитивный характер личностной динамики осужденных, отбывающих длительные сроки лишения свободы, и просоциальную направленность их действий.

Полученный опыт психологической коррекции переживаний у лиц, отбывающих длительные сроки лишения свободы, позволил нам сформировать практические рекомендации сотрудникам, непосредственно участвующим в процессе исправления, направленные на профилактику негативных и развитие оптимальных переживаний у данной категории осужденных.

Во-первых, психокоррекционное воздействие необходимо оказывать системно, что достигается последовательным проведением групповой, индивидуальной и самостоятельной работы. Координация своих действий с сотрудниками воспитательных и социальных отделов исправительного учреждения позволит практическому психологу значительно увеличить интенсивность данного воздействия (посредством включения в план воспитательной работы материалов схожей тематики, привлечения с помощью социальной службы к участию

в программе родственников осужденных и т.д.).

Во-вторых, коррекционное воздействие целесообразно оказывать на рассмотренные уровни личности осужденных к длительным срокам лишения свободы.

Для коррекции когнитивного уровня осужденным следует предлагать упражнения на формирование позитивного «Я-образа», ясных целей, навыков жизненного планирования, самоидентификации.

Для коррекции эмоционального уровня осужденных можно использовать упражнения, направленные на обучение приемам эмоционально-волевой регуляции, формирование навыков рефлексии и эмпатии, развитие ценностных и творческих переживаний.

На коррекцию поведенческого уровня осужденных направлены упражнения, формирующие уверенность в реализации своих решений, вырабатывающие конструктивные поведенческие паттерны, развивающие навыки эффективного общения (открытость, искренность и т.д.), спонтанности действий.

Для коррекции духовно-нравственного уровня можно предложить упражнения на осознание и интеграцию высших ценностей в структуру личности, осмысление жизненного пути, формирование навыков самодетерминации своего поведения, развитие творческого потенциала личности.

В-третьих, психокоррекционная работа по оптимизации переживаний осужденных к длительным срокам должна строиться по двум направлениям:

1. Коррекция негативных переживаний посредством осознания своих психологических защит и их потенциала в разрешении трудных жизненных ситуаций, обучения приемам совладающего (преодолевающего) поведения, развития навыков эмоционально-волевой регуляции.

2. Развитие оптимальных (позитивных) переживаний с помощью выработки субъективной позиции при принятии решений, обучения приемам постановки ясных целей, создания условий для возрастания интенсивности ценностных и творческих переживаний личности, через осмысление недостаточности гедонистических и реалистических переживаний для развития личности.

ПРИМЕЧАНИЯ

- ¹ См.: Магомед-Эминов М.Ш. Трансформация личности. М., 1998. С. 89.
- ² См.: Основные показатели деятельности уголовно-исполнительной системы ФСИН России: Информ.-анал. сб. Тверь, 2014. С. 19–21.
- ³ См. подр.: Рогач В.Г. Особенности переживаний осужденных, отбывающих длительные сроки лишения свободы, и их психологическая коррекция // Прикладная юридическая психология. Рязань, 2014. С. 46–50.
- ⁴ Василук Ф.Е. Процесс переживания // Психологическая типология: Хрестоматия / Сост. Д.Я. Райгородский. Самара, 2006. С. 315.
- ⁵ См.: Рубинштейн С.Л. Избранные философско-психологические труды. Основы онтологии, логики и психологии / Под ред. К-А. Абульханова-Славской, А.В. Брушлинского. М., 1997. С. 28.
- ⁶ См.: Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. М., 2005. С. 266.
- ⁷ См.: Чиксентмихайи М. Поток. Психология оптимального переживания / Пер. Е. Перовой. М., 2011. С. 124.
- ⁸ См.: Василюк Ф.Е. Психология переживания // Самосознание и защитные механизмы личности: Хрестоматия / Сост. К.В. Сельченко. Минск, 2000. С. 416.
- ⁹ См.: Сочивко Д.В. Раскольный мир. Опыт анализа психодинамики человека в экстремальных условиях жизнедеятельности. М., 2002. С. 68.
- ¹⁰ См.: Парыгин Б.Д. Постдиагностический тренинг-коррекция // Практикум по социально-психологическому тренингу. СПб., 1997. С. 116–158.
- ¹¹ См.: Сапогова Е.Е. Экзистенциальная психология взрослости. М., 2013. С. 416.
- ¹² См.: Василюк Ф.Е. Процесс переживания. С. 301.
- ¹ Sm.: Magomed-Jeminov M.Sh. Transformacija lichnosti. M., 1998. S. 89.
- ² Sm.: Osnovnye pokazateli dejatel'nosti ugovolno-ispolnitel'noj sistemy FSIN Rossii: Inform.-anal. sb. Tver', 2014. S. 19–21.
- ³ Sm. podr.: Rogach V.G. Osobennosti perezhivanij osuzhdennyh, otbyvajushhijh dlitel'nye sroki lishenija svobody, i ih psihologicheskaja korrekcija // Prikladnaja juridicheskaja psihologija. Rjazan', 2014. S. 46–50.
- ⁴ Vasiljuk F.E. Process perezhivaniya // Psihologicheskaja tipologija: Hrestomatija / Sost. D.Ja. Rajgorodskij. Samara, 2006. S. 315.
- ⁵ Sm.: Rubinshtejn S.L. Izbrannye filosofsko-psihologicheskie trudy. Osnovy ontologii, logiki i psihologii / Pod red. K-A. Abul'hanova-Slavskoj, A.V. Brushlinskogo. M., 1997. S. 28.
- ⁶ Sm.: Leont'ev A.N. Dejatel'nost'. Soznanie. Lichnost'. M., 2005. S. 266.
- ⁷ Sm.: Chiksentsmihaji M. Potok. Psihologija optimal'nogo perezhivaniya / Per. E. Perovoj. M., 2011. S. 124.
- ⁸ Sm.: Vasiljuk F.E. Psihologija perezhivaniya // Samosoznanie i zashhitnye mehanizmy lichnosti: Hrestomatija / Sost. K.V. Sel'chenok. Minsk, 2000. S. 416.
- ⁹ Sm.: Sochivko D.V. Raskol'nyj mir. Opyt analiza psihodinamiki cheloveka v jekstremal'nyh uslovijah zhiznedejatel'nosti. M., 2002. S. 68.
- ¹⁰ Sm.: Parygin B.D. Postdiagnosticheskij trening-korrekcija // Praktikum po social'no-psihologicheskomu treningu. SPb., 1997. S. 116–158.
- ¹¹ Sm.: Sapogova E.E. Jekzistencial'naja psihologija vzroslosti. M., 2013. S. 416.
- ¹² Sm.: Vasiljuk F.E. Process perezhivaniya. S. 301.